

认识糖尿病

Diabetes

Sandstone 
沙力医疗

www.sandstonemed.com

CONTENTS
目录

01. 为什么我会得糖尿病?

02. 什么是糖尿病?

03. 糖尿病有哪些危害?

04. 糖尿病该如何治疗和管理?

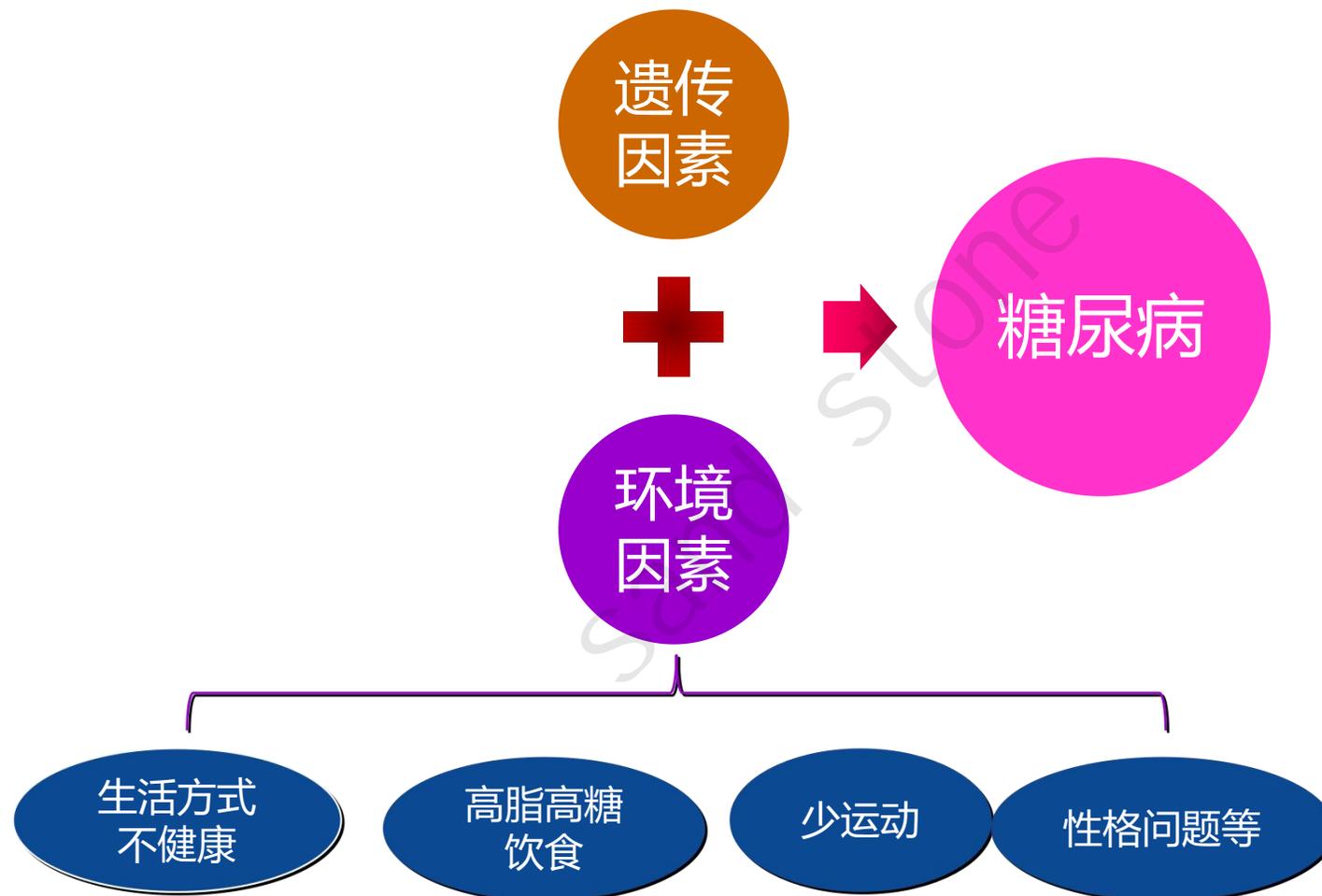
01

为什么我会得糖尿病？



DIABETES

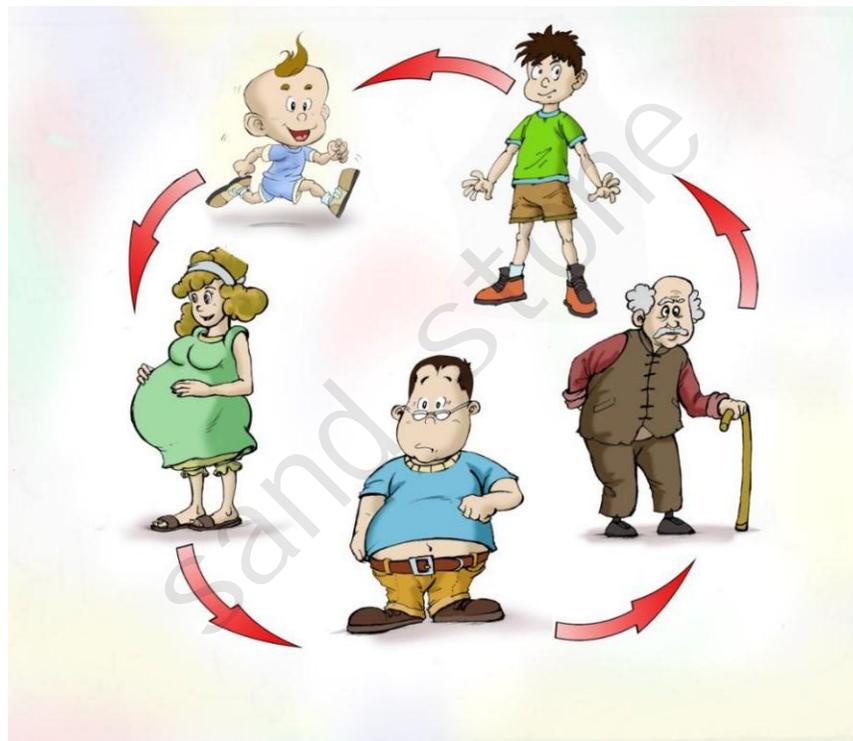
为什么我会得糖尿病？



哪些人容易得糖尿病？

- 高血压、高血脂

- 娩巨大儿或妊娠期糖尿病女性



- 一级亲属有糖尿病史：父母、子女及亲兄弟姐妹

- 40岁以上
- 有糖尿病前期史

- 肥胖、缺乏体力活动者

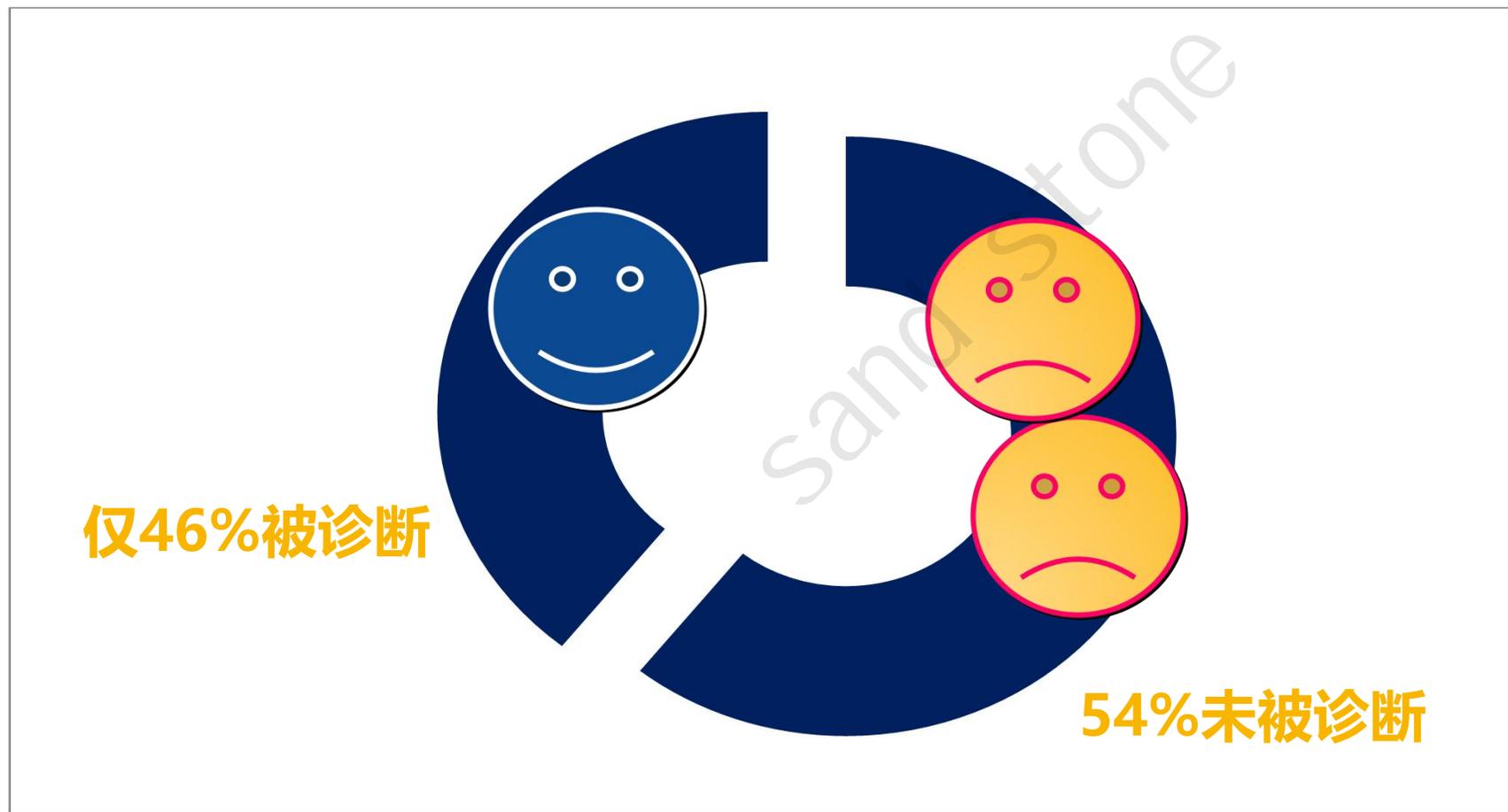
患糖尿病的人多吗？

- 我国是世界上患糖尿病人数**最多**的国家
- 每八个成年人中就有一个糖尿病患者，中国粗患病率**12.5%**



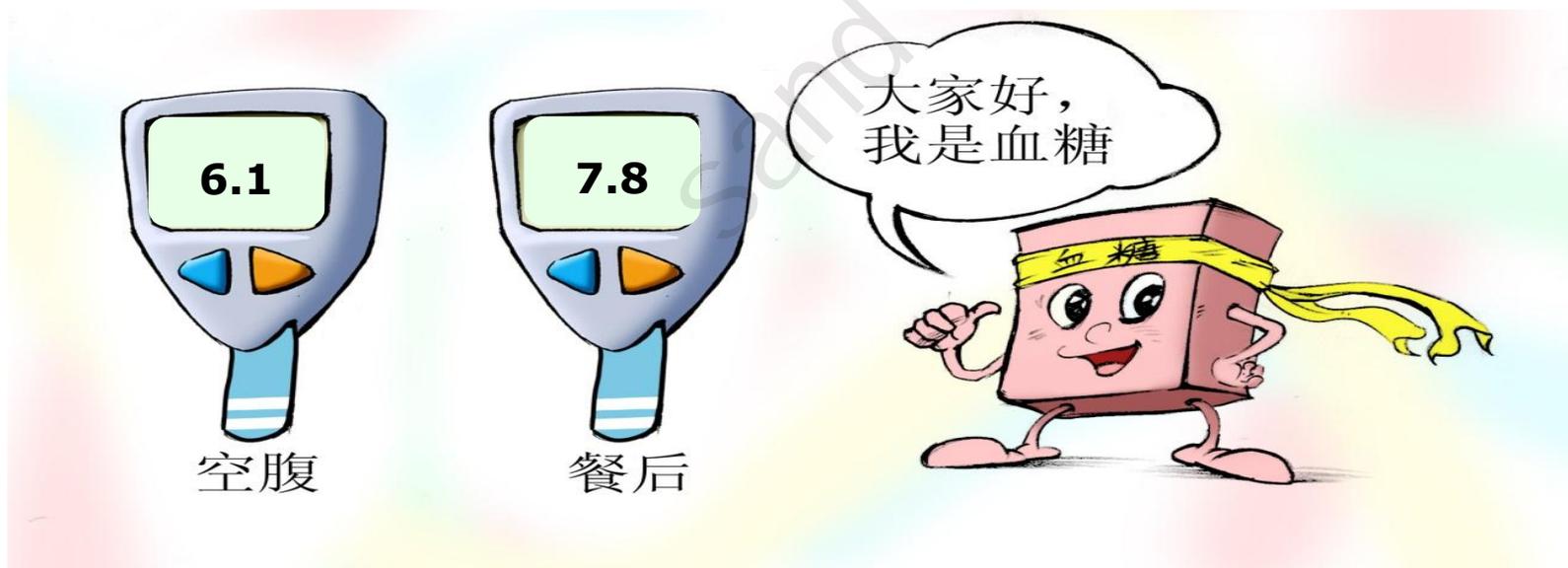
没有及时治疗的患者多吗？

- 我国 **54%** 的糖尿病患者未被诊断而无法及早进行有效的治疗和教育



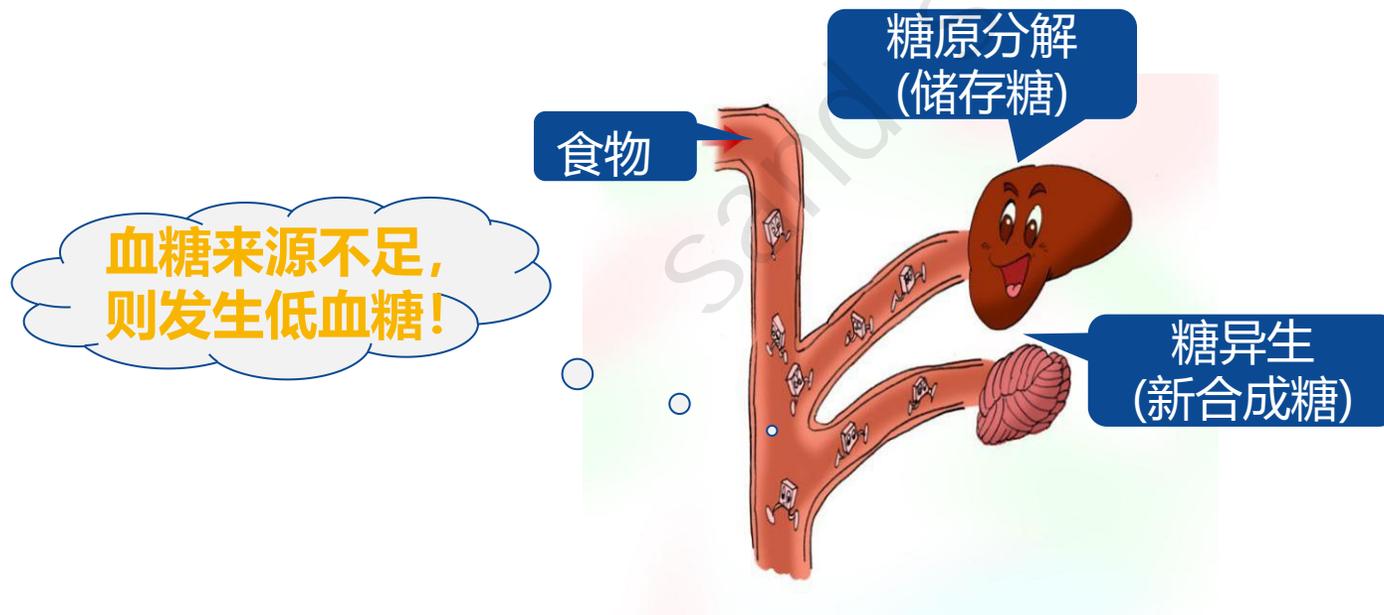
什么是血糖？

- 血糖即血液中流动的葡萄糖，通常指血液中的葡萄糖浓度
- 正常人的血糖：
 - 空腹 3.9-6.1mmol/L
 - 餐后2小时 < 7.8mmol/L



血糖从哪里来？

- 血糖的三个来源
- 食物，是血糖的主要来源
- 储存的糖原分解，是维持空腹血糖稳定的关键
- 身体里新合成的糖，即非糖物质在体内转化为葡萄糖



血糖要到体内发挥什么作用？

血糖的三个去路：

- 给身体提供能量
- 以糖原的形式储存于肝脏和肌肉中
- 转化为其它的糖及非糖物质，如脂肪、蛋白质等



02 什么是糖尿病?



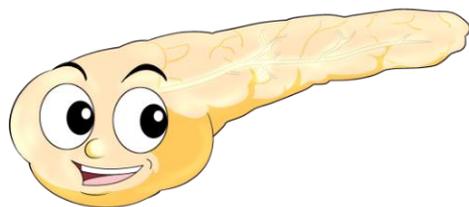
什么是糖尿病？

- 糖尿病是一种慢性、全身性、代谢性、进展性疾病
- 以高血糖为特征
- 是由胰岛素分泌缺陷和（或）作用障碍引起的糖、脂肪、蛋白质代谢紊乱



在维持血糖稳定的过程中，
血糖、胰岛素、胰岛素受体等发挥重要作用

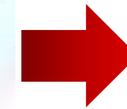
什么是胰岛素?



人体内的胰脏



胰脏中存在胰岛



胰岛分泌胰岛素

- 胰岛素直接降低血糖, 使血糖被组织利用, 使血糖的来源和去路保持平衡, 维持血糖在正常范围

胰岛素是怎样发挥作用的？

- 血中的胰岛素不能直接促进葡萄糖进入细胞内被利用，它必须与细胞膜上的**胰岛素受体**结合，才能发挥作用

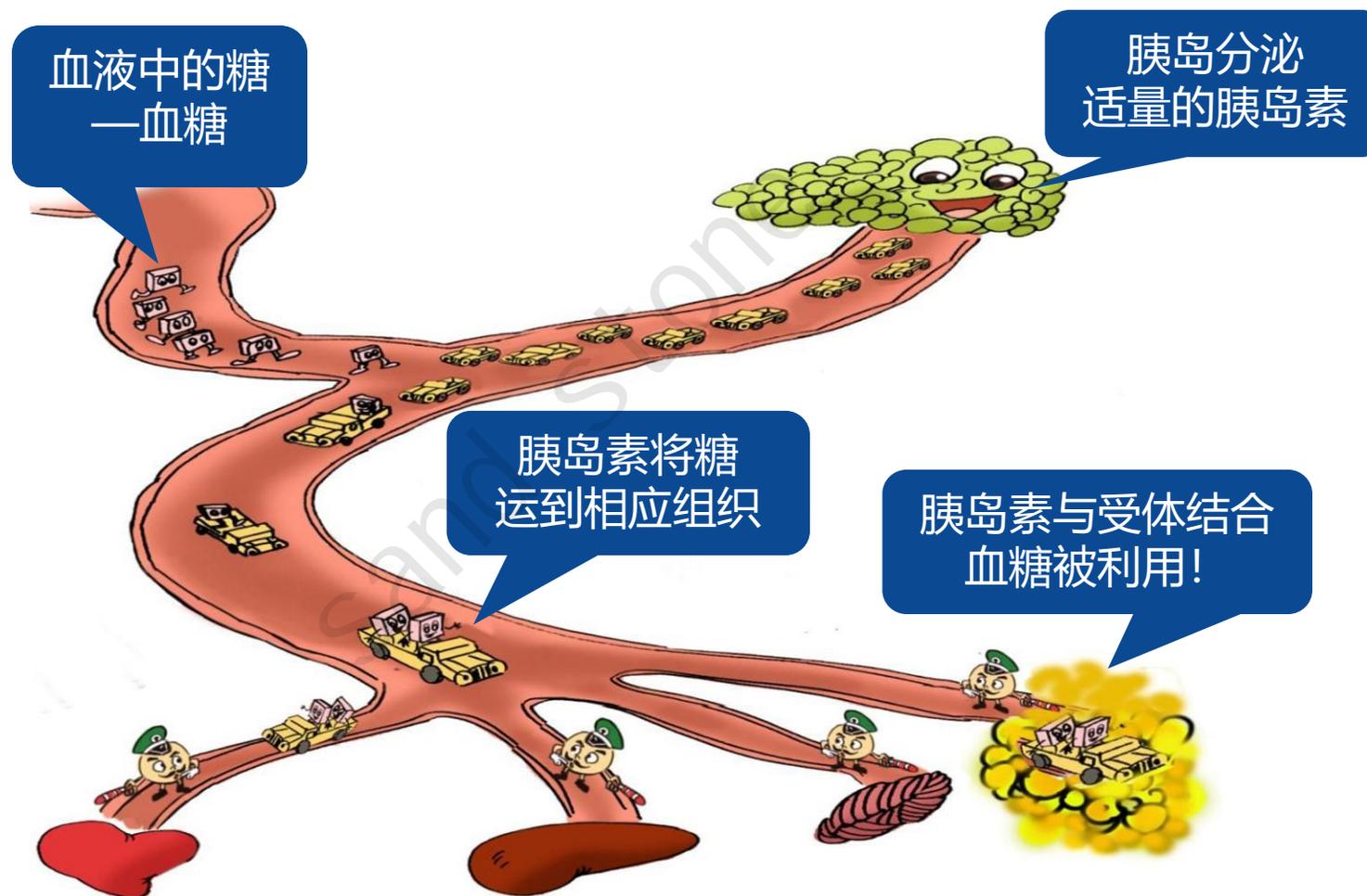


+

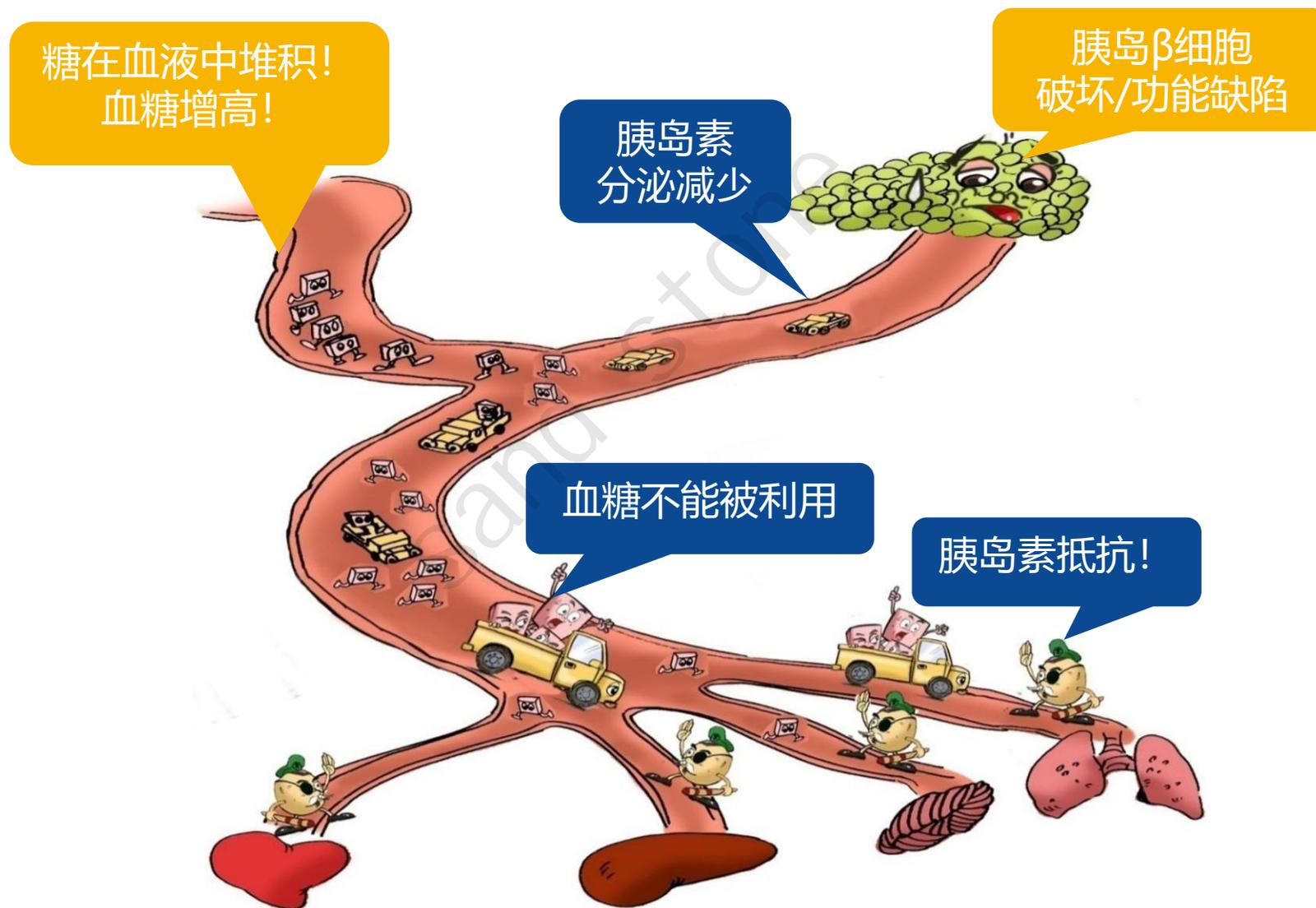


发挥降低
血糖的作用

什么是正常的糖代谢？



糖代谢紊乱可致糖尿病发生



糖尿病有哪些表现？

典型的“三多一少”



多尿



多饮



多食



体重下降

不典型的症状



皮肤瘙痒



反复生疔长疖



视物模糊



下肢麻木

糖尿病大部分也有可能**不表现任何症状**

糖尿病分哪些类型？



1型糖尿病
多见于儿童



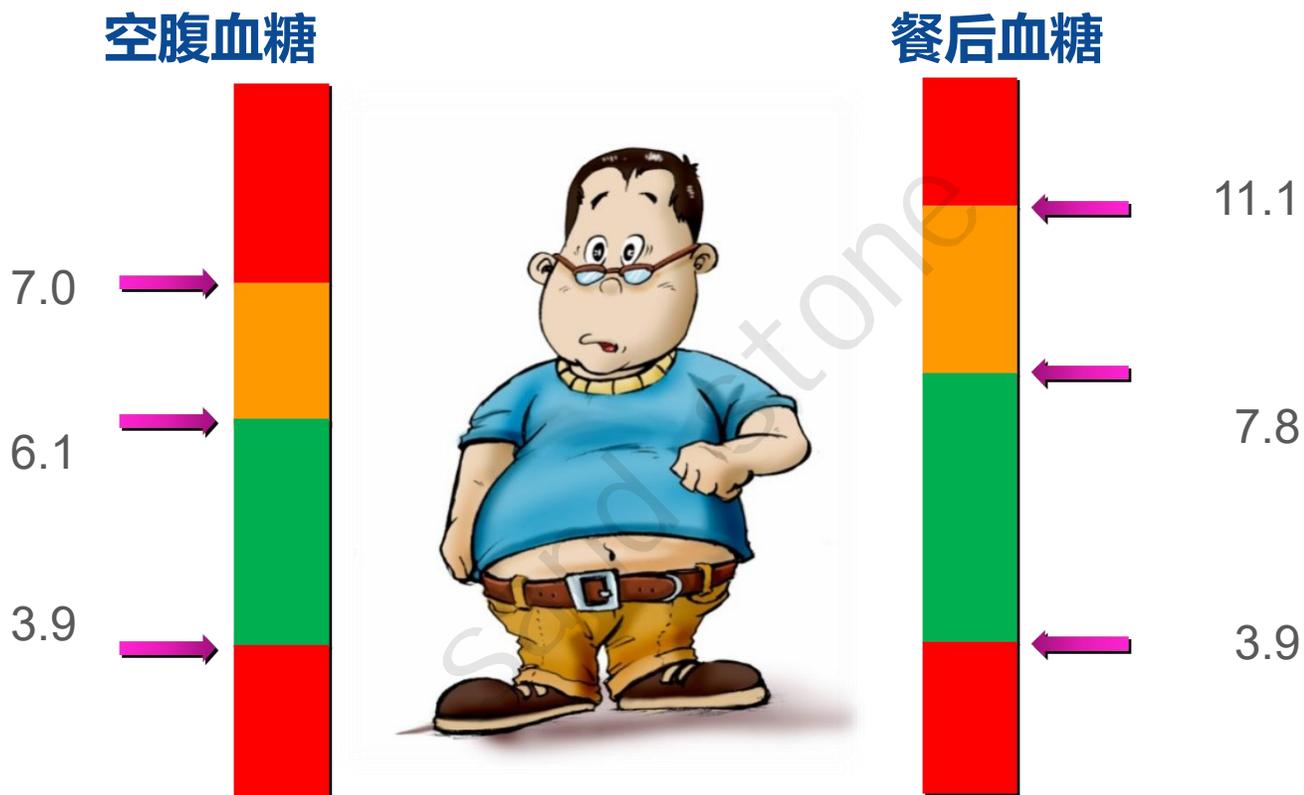
2型糖尿病
多见于中老年



妊娠糖尿病

还有病因相对明确的其他特殊类型糖尿病

糖尿病如何诊断?



- 糖尿病的诊断标准参考WHO(1999)标准；血糖值为静脉血浆葡萄糖值
- 2011年世界卫生组织（WHO）建议在条件具备的国家和地区采用糖化血红蛋白（HbA1c）诊断糖尿病，诊断切点为 $HbA1c \geq 6.5\%$

糖尿病可以治愈吗？

- 糖尿病是终身疾病
- 不能治愈，但能控制，
- 治疗方案需要不断调整
- 关键在于自我管理

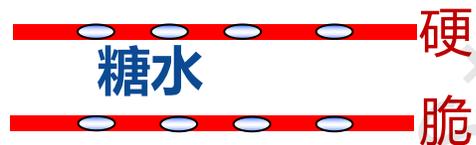
控制好了和正常人一样！

目前世界上尚没有能根治糖尿病的药物。在未来的几年甚至更长的时间内也很难出现。请不要轻易相信“祖传秘方”、“重大科学发现”、“根治糖尿病”等夸大其辞的宣传。



糖尿病症状不明显，可否不治疗？

- 高血糖使全身血管泡在糖水中，就像腌肉一样，糖把血管壁细胞的水分吸出来，血管僵硬，变脆



- 高血糖使脂肪分解加速，导致高血脂，血管以每年3%~4%速度阻塞



正常



狭窄



更狭窄



带来无穷
的危害!

03 糖尿病有哪些危害？



慢性高血糖会带来哪些危害？

心脑血管疾病



中风、心衰

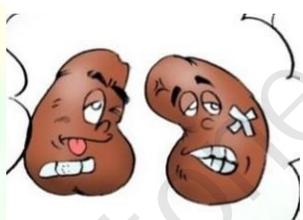


心绞痛

肾病变



下肢浮肿



肾功能不全、
肾衰

视网膜病变

视力下降



失明



神经病变



腹泻或便秘



四肢麻木



感觉丧失
/过敏

下肢血管病变



间歇性跛行



下肢缺血性溃疡

糖尿病足



烂脚

足溃疡/坏疽、截肢

04 糖尿病该如何治疗和管理？



得了糖尿病该怎么办？

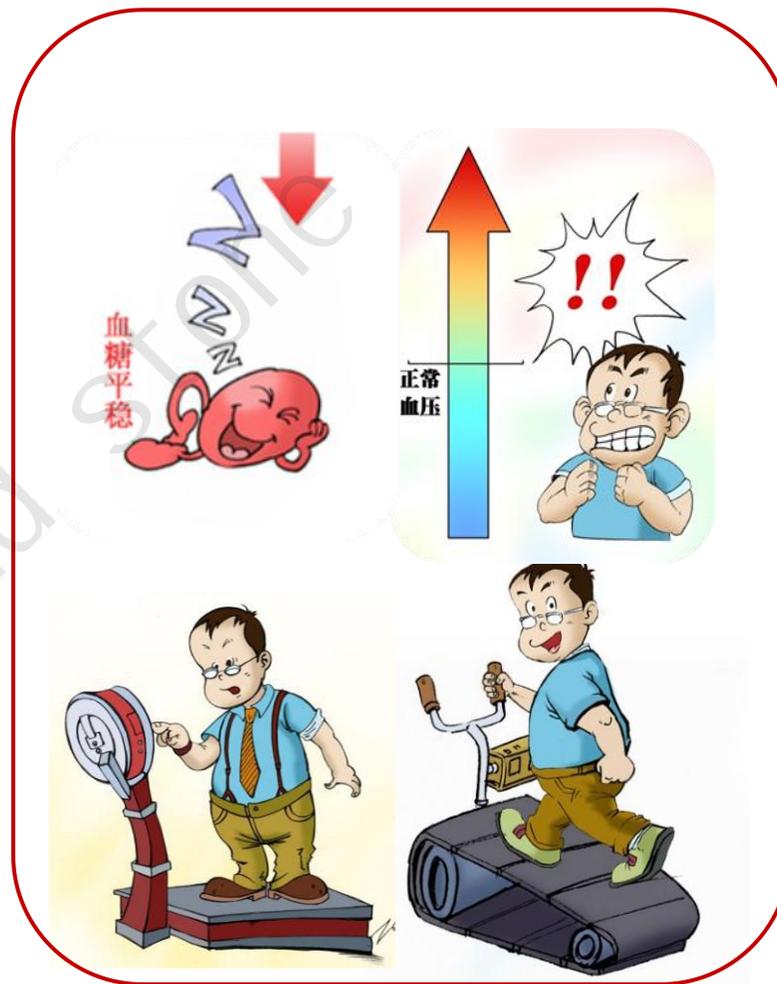
“健康新7点” 治疗缺一不可：

- 饮食控制、合理运动、血糖监测、糖尿病自我管理教育、药物治疗心理干预和预防并发症缺一不可



糖尿病的综合管理包含哪些内容？

- 降糖
- 降压
- 调脂
- 抗凝
- 控制体重
- 改善生活方式等



控制糖尿病要达到怎样的目标？

近期目标

- 控制高血糖，消除糖尿病症状，防止急性代谢并发症

远期目标

- 预防慢性并发症，提高生活质量，延长寿命



如何知道控制得好/坏?

表7 中国2型糖尿病的综合控制目标

测量指标	目标值
毛细血管血糖(mmol/L)	
空腹	4.4~7.0
非空腹	<10.0
糖化血红蛋白(%)	<7.0
血压(mmHg)	<130/80
总胆固醇(mmol/L)	<4.5
高密度脂蛋白胆固醇(mmol/L)	
男性	>1.0
女性	>1.3
甘油三酯(mmol/L)	<1.7
低密度脂蛋白胆固醇(mmol/L)	
未合并动脉粥样硬化性心血管疾病	<2.6
合并动脉粥样硬化性心血管疾病	<1.8
体重指数(kg/m ²)	<24.0

注: 1 mmHg=0.133 kPa

控制血糖因人而异

- 中年/病程短/无严重心血管疾病者, 可严格控制血糖
- 反复低血糖/年龄大/病程长/严重并发症者, 血糖控制目标可适当放宽
- 超重/肥胖患者控制总能量摄入,

体重至少减轻 **5%**

通过科学的方法 相信你一定能管理好糖尿病！



I Q&A

聚沙成塔之力 感谢您的时间



微信公众号

苏州沙力医疗器械有限公司
苏州市高新区普陀山路168号
Sandstone Medical (Suzhou) Inc.
客服电话: 400-855-6682
www.sandstonemed.com