

认识胰岛素误区，科学控糖更安心

本报讯(新畿輔-保定晚报通讯员刘帆)糖友们就诊时听医生说要打胰岛素,往往表现出抗拒与担忧,常常会有“胰岛素一打上就停不下来”、“天天打针一想就觉得麻烦”……这些疑问让他们在关键路口徘徊,那么,今天我们就来澄清一些关于打胰岛素的常见误区,帮助大家更科学、理性地看待胰岛素治疗。

误区一:打胰岛素会“成瘾”,用上就停不下来这是最常见的认知误区。

胰岛素是人体胰腺胰岛β细胞分泌的生理性激素,并非成瘾性药物。是否需要长期使用,取决于自身胰岛功能的损伤程度。I型糖尿病患者因胰岛素分泌绝对缺乏,必须终身使用外源性胰岛素替代治疗,是生理替代而非“成瘾”;II型糖尿病患者用口服药联合饮食、运动干预后血糖仍不达标,或合并应激状态、急性并发症、严重慢性并发症、妊娠时,需短期或长期启用胰岛素治疗,待胰岛功能改善、血糖平稳后,可在医生评估后调整降糖方案。

误区二:打针太痛、太麻烦,生活质量会严重下降这个顾虑在多年前或许成立,但在今天已经发生了天翻地覆的变化。

目前,胰岛素笔配备的是“微创针头”,注射痛感几乎非常轻微,大多数患者形容“像被蚊虫叮一下”,且操作简便,剂量精准,数秒钟即可完成。真正影响生活质量的,并非胰岛素注射,而是长期高血糖导致的视力模糊、手脚麻木、肾功能损害、脑梗死、冠心病等并发症,以及因恐惧而带来的巨大心理负担。

误区三:剂量越大,血糖降得越快越好血糖控制的核心是平稳达标,并非越快越好。

盲目加量会使体内胰岛素浓度骤升,极易引发低血糖,严重时还可能导致昏迷、诱发心脑血管意外。胰岛素剂量的调整,需结合血糖监测数据、饮食运动情况综合判定,由医生逐步优化,切勿自行加量。

误区四:血糖正常了,就不用再打胰岛素了,血糖降至正常值,是药物、饮食、运动共同作用的结

果,不代表胰岛功能完全恢复。

如果擅自停止注射胰岛素会导致血糖反弹升高,可能会出现糖尿病急性并发症,并加速糖尿病慢性并发症进展。调整用药方案,必须经医生全面评估后实施。

误区五:打了胰岛素就可以“放开吃”,不必控制饮食这恰恰是胰岛素治疗中最大的自我管理误区。

胰岛素的核心作用是将血液中的葡萄糖转运至细胞内,实现血糖调节。如果饮食不节制,糖分、热量摄入过多,就需要注射更多胰岛素来应对,会出现“胰岛素越打越多,体重越来越重”的局面,而体重增加又会加剧胰岛素抵抗,让控糖难度进一步加大,形成恶性循环。饮食控制、胰岛素治疗、运动干预三者相互配合,才能实现最佳控糖效果。

避开这些误区,科学使用胰岛素,才能够更好地控制血糖,延缓并发症,拥抱高质量生活。



远离疾病困扰
共享健康生活

市第二医院赴津交流 共促老年眼病防治与医联体合作深化

本报讯(新畿輔-保定晚报通讯员秦著)老年眼病防治论坛暨医联体工作总结会议近日在天津医科大学眼科医院召开。保定市第二医院党委书记张晓霞、党委副书记、院长杨卫率改革发展处处长李微、眼科主任韦旭受邀参会,共话学科发展,共谋合作新局。

会议系统总结了医联体年度建设成效,围绕协作发展、资源整合、医疗服务提升等核心工作,以详实数据与典型案例展现了共建成果。作为天津医科大学眼科医院医联体成员单位,保定市第二医院依托医联体平台,眼科事业实现跨越式提升,门诊、住院量及高难度手术量均大幅增长,专科建设迈上新台阶。

会后,双方就深化合作开展座谈。天津医科大学眼科医院党委副书记、院长魏瑞华对保定市第二医院一行表示欢迎,她表示,自医联体共建以来,专家坐诊、线上会诊、疑难病例研讨等合作形式,实现了医患双赢。未来该院将借鉴保定市第二医院多学科协作经验,聚焦专科建设、慢病管理、科研攻关等领域深化协作,携手推动眼科事业提质升级。

张晓霞介绍了该院眼科发展成效,她表示,依托天津医科大学眼科医院的技术支持,该院眼科朝着“做大、做强、做精、做优”目标稳步迈进。她提议,新



会议现场。秦著 摄

年度双方拓展党建共建、健康义诊、眼健康科普等合作载体,把优质医疗资源下沉至基层,惠及更多保定百姓。

杨卫对天津医科大学眼科医院的长期帮扶表示感谢。他表示,“天津医大眼科医院干眼中心保定分中心、多学科诊疗中心”落户该院,搭配专家派驻、学术交流、骨干进修等帮扶举措,显著提升了医院眼科诊疗能力。希望双方创新合作模式,整合优势资源,为群众提供更优质可及的眼健康服务。

天津医科大学眼科医院事业发展办公室主任马文江就专家派驻、医师进修等后续合作事宜作详细说

明,表示将推动各项合作议题落地见效。

座谈结束后,保定市第二医院一行参观了天津医科大学眼科医院史展馆。

张晓霞表示,此次赴津交流务实高效、成果丰硕,既是一次对标先进、学习一流的宝贵机会,也是一次深入交流、共谋发展的切实行动。该院将以此次交流为新起点,深化与天津医科大学眼科医院在资源共享、技术互通、人才共育等方面的合作,持续提升眼科诊疗与管理水平,助力区域眼健康事业高质量发展,守护保定百姓眼健康。

市第二中心医院 召开述职考核评议大会

本报讯(新畿輔-保定晚报通讯员田琳)市第二中心医院日前召开2025年度党支部书记、中层干部述职考核评议大会。

本次述职评议大会采用“现场述职+民主测评”的方式进行,会上,96位党支部书记、中层干部依次登台。各支部书记围绕认真履行抓党支部建设和全面从严治党工作第一责任人职责,紧紧围绕医院发展中心任务,重点突出党建与业务相结合引领科室业务发展,紧贴提高业务水平、技术能力、科研教学等情况,详细汇报了支部标准化、规范化建设推进情况,“三会一课”、主题党日等组织生活落实情况,党建工作与医疗质量提升、技术创新、人才培养等中心工作融合情况。各中层干部聚焦科室发展核心职责,客观呈现了2025年度主要工作任务完成情况,重点突出全年工作亮点,工作中存在的问题,结合目标任务,重点从医疗质量管理、新技术新项目开展、专科建设发展、科研立项等方面阐述2026年度工作计划。

医院有关负责人表示,此次述职大会的召开,不仅全面检验了党支部书记与中层干部的年度履职成效,更搭建了交流经验、查找不足、凝聚共识的平台,全院干部职工将以此次大会为新起点,砥砺奋进,坚守医者初心,勇担健康使命,奋力谱写医院高质量发展新篇章。

市第二中心医院 迎新春送春联

本报讯(新畿輔-保定晚报通讯员罗艳平)2月10日,农历腊月二十三。市第二中心医院举办以“送万福 进万家”为主题的迎新春送春联书法公益活动。

本次活动特邀本地书法家协会会员和书法爱好者现场挥毫泼墨。大家凝神聚气,一副副寓意吉祥的春联、一个个饱满有力的“福”字在笔尖流淌而出。作品或端庄大气,或灵动飘逸,或苍劲挺拔,风格多样却都饱含着对新年的美好祝福。

职工们纷纷驻足欣赏,有的精心挑选心仪的春联内容,有的与书法家交流书法艺术,还有的职工主动加入创作行列。墨香与欢笑交织,祝福与温情相伴,整个活动充满了浓厚的文化气息和节日氛围。

参加活动的职工纷纷表示,本次活动既让大家感受到了医院的关怀,又能在忙碌的工作之余享受到传统文化的熏陶,特别有意义。

市第二中心医院有关负责人表示,此次活动不仅为职工送上了真挚的新春祝福,更通过书法这一传统文化形式,增强了医院的文化凝聚力,提升了职工的归属感和幸福感。医院将继续开展丰富多彩的文化活动,营造温馨和谐、积极向上的文化氛围,为医院高质量发展注入持久的文化动力。

