

天热血糖降低可减药？不靠谱！

导致糖尿病患者夏季血糖“走低”原因有多种

人体的血糖水平和季节有密切关联，由于夏季人体的胰岛素分泌量增多、活动量加大、天热食欲下降等原因，使得糖友们的血糖值普遍有所降低乃至趋于正常。在这时候减药，成了微信朋友圈中普遍流传的谣言或误区。

夏季血糖趋于平稳有原因血糖和季节的关系非常密切，导致糖尿病患者夏季血糖“走低”的主要原因有以下这些：

1. **运动量增大**。一般情况下，适量增加运动量、增大体能消耗、是有助于糖友们减轻体重和降血糖的。

2. **食欲降低**。夏季天气炎热，人们的食欲普遍降低，相较于冬天的大补，夏季往往更多吃些清淡的食物，而清淡

的食物含糖量都偏低，犹如采取了低糖饮食疗法。

3. **新陈代谢旺盛**。炎热天气人体出汗多，人的能量消耗较大，而热量的消耗主要来自于体内的血糖。同时，夏季的白昼时间较长，睡眠时间少，造成体内热量消耗，新陈代谢旺盛，相对消耗的血糖也增多。

4. **胰岛素敏感**。夏季人体新陈代谢活跃，胰岛素分泌量会变得更多，同时人体组织对胰岛素敏感性也增高。

夏季血糖降低不能减药既然天热了血糖值普遍降低，有的甚至趋于正常，是不是可以减药呢？不能！

维持血糖稳定是一个长期的目标，原则是“健康”而非不用药，部分糖

糖尿病患者通过综合治疗可以使血糖得到控制，但并不意味着糖尿病已经根治了，如果血糖刚刚趋于平稳就停了药，血糖水平很有可能会再次升高。自行减药或停药往往就是部分糖尿病患者长时间血糖控制不理想的一个重要原因。

良好的血糖控制能有效地延缓糖尿病慢性并发症的发生和发展，因此对于糖尿病患者来说，要充分利用好夏季结合医嘱强化治疗，促使轻症糖尿病患者的血糖趋于正常，重症糖尿病患者的血糖浓度也能有较大幅度下降。

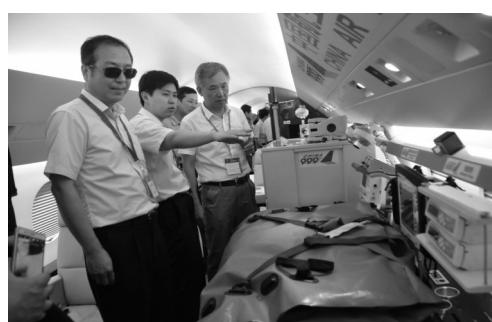
对于少数患者，不仅不能减少药物剂量，甚至还需稍加剂量，待血糖水平降至正常一段时间后，再考虑减药。即



使可以减药也必须遵照医嘱，原则是循序渐进，不能骤然停药，以免发生意外或使病情加重。

虽然长期的完全停药是不可能的，但糖尿病的用药方案实际上与患者个体身体与血糖水平关系紧密，对于部分患者，在血糖控制良好的情况下，减药或短期停药还是有可能的；同时，请确保与你的主治医生交流来增减药物的使用量。

《当代健康报》2017.7.27 文/景斐



罗永昌教授等参观北京999航空医疗救护飞机机载医疗设备。

专家学者共话航空医疗救援

以“安全·融合·发展”为主题的2017北京国际航空医疗救援论坛，日前在中国民用航空飞行校验中心与第五届北京国际商务航空展同期举行。来自国内外航空医疗救援领域的专家学者、企业家齐聚一堂，共同研讨全球化背景下的航空医疗救援面临的发展机遇和挑战。

中华医学学会王大方副秘书长在致开幕词中指出，航空航天医疗救援作为特种医学的分支和延伸，需要高新技术密集、跨学科、跨部门、高度融合的综合性学术平台。中华医学学会受邀担任本次论坛的学术支持单位，集结了下属多个专科分会的专家和医务工作者参与相关的学术活动。他表示，我国航空救援的发展方向就是要建立完善的航空医疗救援体系，建立严格的职业准入制度，建立高水平的医疗救护团队，制定标准化救援流程和医疗规范，发展航空医疗救援学科。

中华医学学会航空航天医学分会罗永昌主任委员做了题为“军民融合推动中国航空医疗救援发展”主旨报告。由中华医学学会器官移植学分会推荐的专家石炳毅教授做了题为“移植器官的航空转运快速通道”的演讲；由中华医学学会胸心血管外科学分会推荐的专家龙村教授做了题为“膜肺在航空医疗转运中的应用”的演讲；由中华医学学会航空航天医学分会推荐的专家王志翔教授和温陆叶副主任医师分别做了题为“空中紧急医学救援装备发展建设的探索与研究”和“民航客机旅客航空院前急救”的演讲。

中华医学学会航空航天医学分会秘书长王志翔主持了嘉宾对话，特邀嘉宾龙村、Jerome Desmazes（丁旭和）、张澍和曾庆宇，以“发展中国航空医疗救援的建议、安全关注以及资源融合”为专题，展开了热烈、精彩的讨论。

本次论坛由中国国际旅行卫生保健协会、亚太地区航空航天医学分会秘书处、亚太旅行卫生学会秘书处以及中国国际贸易中心股份有限公司联合主办，北京国贸国际会展有限公司承办。论坛得到了中华医学学会及其四个相关专科分会提供的强有力的支持。

文/李丹霞 李蕊 冯浩妍 摄影/王志翔

基因疗法或为肌营养不良症患儿带来福音

修复后的基因能产生对矫正肌肉功能至关重要的蛋白质

在一项突破性的基因疗法显示能恢复狗的肌肉力量之后，患有最常见的一种肌营养不良症的儿童获得了过上健康生活的新希望。

据英国《每日电讯报》网站7月25日报道，这种遗传病的症状是肌肉出现进行性衰弱和萎缩，每5000名男孩中就有1人受到影响，患者大多活不过30岁。

不过，伦敦大学皇家霍洛韦学院的研究人员和法国科学家进行的一项新试验发现，修复一个有缺陷的基因可以极大地提高狗跑动、爬行和跳跃的能力。

在一些案例中，受试狗的运动技

能与未患病的狗没有明显差别。

这12只金色拉布拉多犬本来预计都活不过6个月，但它们在尚为幼犬时得到了治疗，试验两年后仍然存活。

新疗法的原理是借助无害的病毒用功能完好的DNA替换有缺陷的基因。该病毒可以“感染”细胞，改变它们的遗传密码。修复后，这些基因就能产生一种对矫正肌肉功能至关重要的蛋白质。

皇家霍洛韦学院领导这项试验的乔治·迪克森教授说：“这对于用基因疗法治疗杜氏肌营养不良症是一个非常激动人心的进展。在狗身上的研

究结果令人惊叹，超出了我们的预料。”

杜氏肌营养不良症是肌营养不良症中最常见的一种，英国每年约有100名新出生的男孩患有此病。在英国，大约有2500名男孩患有此病。

肯特大学遗传学教授达伦·格里芬说：“这的确是一项激动人心的研究。杜氏肌营养不良症对年轻人来说是一种可怕的、使人身体消瘦的致命疾病。这项对狗进行的试验使被治疗动物展现出真正的改善，未来治疗人类就有了真正的希望。”

这项研究发表在英国《自然·通讯》杂志上。《参考消息》2017.7.27

血检可测阿尔茨海默氏症

健康的生活方式能降低此症风险

一种血液检测方法可以探知大脑中是否在积累 β -淀粉样蛋白斑块——它们是可能发展出阿尔茨海默氏症的一个迹象。

阿尔茨海默氏症患者的大脑中拥有 β -淀粉样块，但斑块在这种症状下所起的作用仍不清楚。直到现在，监测个人大脑中斑块的唯一方法是进行昂贵的PET扫描，或是进行侵人性脊椎抽液。

现在，一个团队开发了一种简单的血检测试，或可让家庭医生在健康检查时检测阿尔茨海默氏症风险。“这种测试可用于检测大量存在阿尔茨海默氏症风险的人，并在记忆丢失和大脑损伤前开始治疗。”美国圣路易斯华盛顿大学的Randall Bateman说，他近日在英国伦敦举行的阿尔茨海默氏症

协会国际会议上发布了这一测试方法。

这一方法可同样用于胆固醇年度检测。它通过测试不同形式的 β -淀粉样蛋白的相对含量（斑块是否在人脑内累积的一个迹象）发挥作用。研究人员通过对比41人血液中的 β -淀粉比例与PET扫描显示的大脑中积累的 β -淀粉含量开发出这种测试方法。

寻求一种能够有效治疗阿尔茨海默氏症的药物的尝试仍在继续，同时，越来越多的证据表明，健康的生活方式，如运动和健康饮食能够使发展阿尔茨海默氏症的风险降低30%以上。在理论上，血检可以使那些不存在阿尔茨海默氏症风险的人消除疑虑，同时分辨出那些可能会受益于进一步检测并改变生活方式的人。



在阿尔茨海默氏症开始表现出来的15至20年前，淀粉样斑块就会开始积累，但测试阳性并不意味着一个人就一定会发展出阿尔茨海默氏症。“我对这种检测方法非常支持，同时期望看到它生效。”阿尔茨海默氏症协会的Dean Hartley说，“目前的样本量非常小，研究人员正打算通过另外180名参试者确认它。”

《中国科学报》2017.7.27 文/晋楠

“基因剪刀”可防治视网膜病变

具备治疗血管新生相关眼疾的潜力

俗称“基因剪刀”的基因编辑技术显示了医疗应用的潜力。美国研究人员在动物实验中应用“基因剪刀”成功阻止视网膜血管新生，达到防治视网膜病变的目的。

视网膜血管新生，是指视网膜表面长出新的、异常的血管。随着病程变化，这些新生血管会渗漏、破裂甚至导致视网膜脱落，诱发视力受损乃至失明。增生性糖尿病视网膜病变、湿性老年性黄斑变性、早产儿视网膜病变等，都可能引发视网膜血管新生。

目前主要靠血管内皮生长因子抑

制剂类药物来抑制新生血管生长、减轻血管渗漏。但这类治疗手段需持续用药，还有相当数量的患者对血管内皮生长因子抑制剂不响应。

美国马萨诸塞眼耳科医院研究人员在新一期英国《自然·通讯》杂志网络版上报告说，此前研究已知，血管内皮生长因子受体-2在血管新生过程中扮演了重要角色，因此他们此次尝试以腺相关病毒为载体，对编码这种受体的基因进行编辑，阻断眼内病理性血管新生。

结果显示，在实验鼠身上，只需一次腺相关病毒的注射就能完成基因

编辑，阻断了视网膜血管新生。

基因编辑技术可以像人们编辑文字那样修改DNA链编码，此次实验中应用的是目前全球最流行的CRISPR-Cas9技术。研究小组说，下一步有望利用这种基因编辑技术开发出新疗法，临床治疗以病理性眼内血管新生为特征的眼部疾病。

他们接下来将重点研究这种疗法的安全性和有效性，“我们目前的动物实验研究结果显示，CRISPR-Cas9技术是一种精准、有效的工具，具备治疗血管新生相关眼疾的潜力。”新华社 2017.7.26