

2型糖尿病患者有望停药

中山医院内分泌团队介绍最新研究成果

□记者 姚丽敏 施昱辰

糖尿病,作为一种慢性代谢性疾病,已成为全球性公共卫生问题。它不仅影响患者的生活质量,还可能引发心血管、肾脏及神经等多种并发症,给患者和社会带来沉重的负担。我国糖尿病的患者数量居全球首位,90%以上是2型糖尿病患者。传统的缓解方法,如代谢手术和生活方式干预,虽有一定效果,但前者费用高且存在并发症风险,后者则因依从性差而难以广泛推广,临床效果也有限。因此,如何找到既安全又易于患者接受的2型糖尿病缓解方法,成为内分泌科急需破解的难题。

近日,复旦大学附属中山医院内分泌团队取得了重要突破,由李小英教授、李晓牧教授团队联合南方医科大学南方医院张惠杰教授团队进行的一项重大研究成果——“达格列净联合生活方式干预在超重或肥胖2型糖尿病患者中可达到糖尿病缓解:一项多中心、双盲、随机、安慰剂对照临床研究”,被刊登在国际顶级医学期刊《英国医学杂志》(The British Medical Journal)上。

该研究共招募了328名超重或肥胖的2型糖尿病患者,并将其分组。一组患者每天口服

钠-葡萄糖共转运蛋白2抑制剂达格列净,同时配合中等强度的生活方式干预,也就是每天少摄入500~750千卡热量的食物;另一组患者只进行中等强度的生活方式干预。研究历时12个月,结果显示,达格列净联合干预组的糖尿病缓解率显著高于仅干预组,且患者的体脂、血压、血脂等指标也得到了显著改善,整体安全性良好,未见明显不良反应。

“研究结果显示,有44%的患者把降糖药完全停掉了。”据复旦大学附属中山医院内分泌科李小英介绍,药物让肾脏把体

内多余的葡萄糖以尿液形式排出体外,每天有70~80克的葡萄糖从体内排出,从而达到了降糖减重的效果,再结合中等强度生活方式的干预,最终实现糖尿病缓解。同时他也指出,停药之后,患者需要继续保持良好生活习惯,坚持控制饮食,才能控制好后期的血糖指标。

复旦大学附属中山医院院长周俭表示,中山医院作为全国首个获批的综合类国家医学中心,始终坚持科研和临床紧密结合的理念,致力于推动医学技术的创新和发展,并为“健康中国”战略贡献力量。这一研

究为2型糖尿病的治疗提供了新的思路,特别是针对超重和肥胖的患者,不仅能有效减重,还能改善其他代谢性风险,为临幊上糖尿病的缓解和逆转带来了新的希望,具有重要的应用价值。

据悉,复旦大学附属中山医院李小英教授、南方医科大学南方医院张惠杰教授、复旦大学附属中山医院李晓牧教授为本文共同通讯作者。复旦大学附属中山医院刘明隽医生、陈颖医生,南京市第一医院马建华教授,南方医科大学南方医院林嘉扬医生为本文共同第一作者。

开了30年的“波美美发”让你“美美哒”走亲访友

□记者 王永娟 张旺

“过年好啊!今朝(今天)想做什么发型啦?”春节期间,在徐汇区五原路287号,一家名为波美美发(以下简称“波美”)的理发店格外忙碌。1月28日除夕一大早,邻居王阿姨拎着年货推门而入,新年理“新发”,美美地去走亲戚,是她每年必不可少的“节日仪式”。门店内,老板徐伟正忙着给一位老顾客修剪头发,看到王阿姨进来,他抬起头,热情地打着招呼,双方非常熟悉热络,宛如多年老友。

虽然与热闹的武康路、安福路仅“一街之隔”,“闹中取静”的五原路却有着截然不同的“气质”。这里没有熙熙攘攘

的游客,也没有琳琅满目的商铺,却有着上海里弄邻里间最醇厚的情谊。徐伟告诉记者,波美在五原路上已经开了30多年,从1993年至今,从一开始的仅仅十几平方米,到向纵深开拓至现在的五十多平米的门店,波美的成长见证了这条街的变迁,也和周边的居民结下了深厚的情谊。店里来的大多是老顾客,除了理发,大家还会聊聊天,有什么事情也会彼此帮忙。

“可不是嘛,这么多年了,他们的手艺和人品我们都信得过。”理完发的王阿姨接过徐伟的话茬,一边对着镜子欣赏自己的新发型,一边告诉记者,“我们喜欢到这里来,这里的发

型师熟悉我们的喜好,来理发还经常能遇到老邻居、老朋友,大家坐在一起,一边理发一边聊天,感觉很轻松惬意。”

据徐伟介绍,“我是从2000年开始理发的,当时是跟着姐姐一起学技术。这么多年,最忙的时候每天有五六十人。时间久了,大家将心比心,相互之间都非常信任。”忙碌间,理发店的一位“老朋友”也来“晒娃”,萌宝咿咿呀呀的语气逗乐了大家。

“上门理发”,对“波美”来说也是稀松平常的事,有年轻人骑电动车不小心摔骨折了,休养期间一个电话,他们就送服务上门。甚至有些长期住院的老人,因为多年的信任和情

感,只认“波美”,他们也会二话不说,拎上工具箱,把理发服务送到医院病房里。像一些年纪比较大的顾客,上下楼、出门都不方便,像拿快递这种事,他们也经常帮忙做。

“搭把手。”徐伟笑着说,“都说远亲不如近邻,这么多年的邻里关系,就像亲人一样了。”

说话间,又有几位顾客推门而入,不大的理发店里,洋溢着笑声,也洋溢着暖流。波美这家小店,在为顾客带来美丽和自信的同时,为这条老街增添了一份独特的魅力;在快节奏的时代中,邻里间展现的这份温情,也让人找到了久违的宁静与归属感。

姜茶、暖宝宝……

寒风中,49路车队暖意融融

□记者 沈艺飞

随着寒潮来袭,申城气温也如同“过山车”般上下波动,让市民措手不及。而在寒风凛冽的时节,巴士二公司49路车队采取了一系列暖心举措,让市民乘客能够在寒冬中感受到一丝温暖。

位于上海体育馆站的49路“锋巢”党群服务站成为许多乘客在寒冬中温暖的港湾。为了让乘客们更好地抵御寒冷,49路车队特别准备了姜茶、暖宝宝以及最新日期的一次性口罩,免费向市民乘客提供。乘客们可以在寒风中享受一杯热腾腾的姜茶,感受到来自



车队的贴心关怀。49路车队在“万体学习强国长廊”内还特别配备了慢回弹坐垫,为市民们带来一份冬日里的别样温暖。

工作中感到身体不适时,可以第一时间检查身体状况,及时采取措施。此举不仅确保了驾驶员的健康,也大大提高了公交行驶的安全性。

为了保障好冬季行车的安全性,车队管理层也下足了功夫。车队干部和管理人员轮值驻守在公交站点,叮嘱驾驶员们要开好安全车,注意路面情况,确保每一趟公交都能安全到达终点。

49路车队的暖心举措不仅温暖了乘客们的身体,也温暖了他们的心。许多乘客纷纷表示,在寒冬中能够享受到如此贴心的服务,感受到了申城的温度与关怀。49路车队也将继续用实际行动,为市民提供更加安全、舒适的出行环境。

『孝亲敬老』,为特殊老人送爱心年夜饭

□记者 沈艺飞

临近春节之际,上海市慈善基金会徐汇区代表处携手徐家汇、斜土、龙华、凌云、漕河泾社区基金会,开展了“孝亲敬老”——为特殊老人送爱心年夜饭公益项目,让他们在温馨欢乐的氛围中迎接新年。

徐家汇街道陈家宅居委会工作人员与志愿者们将承载着温情与关怀的年夜饭送到中原新村98岁高龄的孤老黄伯伯手中,陪他话家常、迎新年。这份年夜饭特别注重了老年人的饮食健康以及地方特色,避免了有吞咽风险的食物。“全家福”让老人在这个特殊的日子里不再孤单,每一道菜肴皆蕴含着对老人们的深深祝福。

香甜的八宝饭、酱香浓郁的烧鸡、皮酥肉嫩的烧鸭,还有腊味香肠和软糯入味的红烧肉,这是斜土街道江南居委会为低保老人薛老伯送上的年夜饭礼盒。工作人员在送上礼盒的同时,还仔细询问他的生活情况和身体状况。薛老伯感动地说:“社区每年都惦记着我,今年还送来了这么丰盛的礼盒,有你们在,真是让我心里踏实!”

据徐汇区民政局相关负责人介绍,本次爱心年夜饭项目共惠及徐汇区内800余名高龄、低保、孤老等特殊老人,各社区居委会以此为契机,陪老人一起聊天,倾听他们对新年的美好祝愿,让老人们感受到社区大家庭的温暖,让“孝亲敬老”的传统美德在社区内传承,汇聚成冬日里最温暖的力量。