

女子喝奶茶喝出糖尿病进ICU?

专家:这种说法不准确,糖尿病可预防

近日,广东一名年轻女子“大量喝奶茶导致糖尿病被送入ICU”的新闻引发热议。不少爱喝奶茶饮料的网友震惊,手中的奶茶喝也不是扔也不是……爱喝奶茶真的会喝出糖尿病吗?甜食和糖尿病到底有没有关系?记者咨询了瑞金医院内分泌代谢科主任王卫庆教授。

爆发型糖尿病多是青壮年

广东广州29岁的林小姐被确诊为爆发型糖尿病,送进了ICU。医生称,她入院前几天曾喝十几瓶甜饮料,且平时非常爱喝奶茶。网友感慨,“糖尿病来得太猝不及防了!”但也有网友质疑,认为得糖尿病跟奶茶和甜食没太大关系。

王卫庆教授说,糖尿病包括1型、2型、妊娠期糖尿病等等,各种糖尿病病因不同,在我国,95%以上的糖尿病患者为2型,大多由于长期饮食不合理加上遗传等因素造成。

媒体也曾报道过类似的喝大量含糖饮料后被抢救的案例。王卫庆说,爆发型糖尿病,

也就是1型糖尿病,多有自身免疫系统、遗传等发病基础。“患者已经不舒服了,自己却没有察觉,此时又大量食用含糖量高的食物,糖尿病就急性发作了。这种情况在糖尿病患者中占比不多,基本发生在青壮年,但发病比较凶险,短时间内血糖升高,发生糖尿病急性并发症,糖尿病酮症酸中毒,危及生命。”

王卫庆说,2型糖尿病也会急性发作,如果血糖长期控制不好,又遇到了急性感染等因素,也会出现急性发作的情况,此时往往危及生命,必须立即抢救。

喝甜饮料有无患病风险?

2010年,瑞金内分泌宁光教授团队与国家疾控中心合作,进行了中国10万常住人口统一口服糖耐量试验,结果显示国人糖尿病患病率超过11%,而糖尿病前期超过50%,中国糖代谢异常人群超过6亿。我国是糖尿病第一大国,且发病群体逐渐年轻化,这确实值得关注。

糖尿病和吃甜食到底有没有关系?王卫

庆表示,是有关系的。比如,当一个人本来就有2型糖尿病遗传因素,同时又喜欢高脂饮食,吃大量甜食,那么可能会导致胰岛素分泌异常,出现高胰岛素血症。

工作压力够大了,喝一杯奶茶或别的饮料,也是一种放松和享受。王卫庆教授说,喝饮料让人快乐,健康人士不用完全拒绝;但市面上卖的饮料大多含有较高糖分及其他添加剂,不能无节制地喝。她介绍,如果有糖尿病发生基础,那么频繁地大量饮用,可能会比较早地发生糖尿病。如果本身就已经得了糖尿病,也更容易会发生急性并发症。

“对于甜品和饮料这样的‘加餐’,不同的人可根据自己的体重、健康状况,合理分配摄入量多少。比如有的人有糖尿病家族史,就要严格控制糖分摄入。普通人每天一杯奶茶是有点多,偶尔喝没问题,应选择正规品牌,最好低糖、无糖;人家喝一大杯,你喝一小杯,适当节制点;爱喝咖啡的人也可尽量不放或少放糖;如果的确含糖食物摄入多了,也可以通过运动来帮助消耗,让你既收获快乐,也不摄入

过多的糖。”王卫庆给出这些实用的建议。

糖尿病是可以预防的

糖尿病的可怕,在于引起一系列严重并发症,如心脑血管疾病、肾脏病等,甚至会致盲,给个人、家庭和社会带来沉重负担。多年来,王卫庆一直呼吁,不仅要早发现早治疗,还要关口前移,通过生活方式的改变来干预这些高危因素,降低糖尿病的发生率。

王卫庆表示,保持良好的生活方式、饮食习惯,增强体育锻炼,是可以预防糖尿病的。如果常在外面吃大餐、应酬,长期高热量饮食,加上运动减少、生活环境的变化,也会增加糖尿病患病风险。此外,吸烟、酗酒、长期熬夜或睡眠不足,都会影响人体代谢能力。糖尿病的防治通常被归纳为“五驾马车”——教育、监测、药物、饮食、运动都不可缺少。在此基础上,王卫庆为血糖异常者总结了血糖管理“七法宝”,包括健康教育、均衡营养、适当运动、规范用药、血糖监测、规律作息以及关注心理。

首席记者 左妍

技术装备展区 第四届进博会

新设两大专区

展前线上供需对接会昨举办

本报讯（记者 张钰芸）第四届进博会技术装备展区展前线上供需对接会昨天在国家会展中心（上海）举办，这也是第四届进博会结合当前疫情防控新形势举办的首场线上展前供需对接会，30家参展商和60余家采购商通过视频方式进行了面对面洽谈对接。作为进博会现场最“硬核”的展区之一，今年技术装备展区将新设两大专区，继续展示全球领先装备技术。

第四届进博会技术装备展区规划展览面积7万平方米，包括数字信息化、工业自动化、解决方案、材料加工及成型装备、产业机械、工业产成品、工程机械、农业机械等，同时将“节能环保专区”优化为“能源低碳及环保技术专区”，并新设立“集成电路专区”“数字工业专区”，继续汇集全球领先“硬核”的高端装备和技术，引领未来发展方向。

德州仪器中国大客户销售总经理张海涛表示，目前德州仪器在成都的制造基地已经成为德州仪器全球唯一从晶圆制造、封装、凸点加工和晶圆测试的“端到端”世界级制造基地，“在第四届进博会上，德州仪器将带来旗下极具创新性的产品组合，并展示丰富的应用场景。”

而在第三届进博会上首次以“One Fortive”的集团形象对外进行联合展示的福迪威，则将在第四届进博会上继续强化品牌合力，带来一体化的升级场景方案，包括智慧工厂、智能数据中心、智慧医疗、智慧出行、智慧安防、绿色能源、前沿科研七大领域的关键应用和新品发布。

东芝三菱集团今年首次参加进博会，除了将展示全新的数字化、智能化和绿色能源解决方案，还将基于在自动化领域的专业技术和产品实力，服务中国的“3060”碳达峰、碳中和发展目标。同样首次参加进博会的艾蒙特朗流体公司则提前剧透了部分即将现场亮相的重点展品，包括第5代DE智能技术的立式管道泵，以及获得多项大奖Tango双头泵产品，“另外我们还有一个神秘新品将在进博会上全球首发，打算留到进博会期间再正式揭晓”，公司总经理吴之非表示。



在百年愚园路，一个仅9平方米的“故事商店”已成为网红打卡点。

重新对外开放的故事商店，对互动形式加以升级——市民可写下故事和记忆，封存进“故事胶囊”，搭配店内的文创产品，就可以打包带走专属自己的愚园文创。

据悉，回归的故事商店将持续营业一年时间，以“每月店主”形式邀请不同行业的市民在此分享自己的故事。

杨建正
摄影报道

愚园路「故事商店」回归

这个三伏天下了上海半年雨

下周当心“神出鬼没”的午后阵雨



丹丹看天气

本报讯（记者 马丹）昨夜今晨，申城雨水再起，今天白天才转为阵雨或雷雨。气温也是不温不火，最高气温也止步于33℃左右。这样的天气，也恰如其分地为昨天刚刚画上句号的2021三伏天气候，作出了最佳的“注脚”——高温不多，雨水充沛。

气象统计资料显示，截至8月20日，今年本市徐家汇站共有10个高温日，尽管三伏天里出现了7个高温日，极端最高温一度冲至38℃，但和常年同期平均相比，今年三伏天高温日数少了。此外，和近期高温“缺席”不同，雨水是最佳“劳模”——40天长的三伏天里，徐家汇站的降水日数达到了19个（常年同期14.5个），浦东新区站更是多达23个（常年同期13.7个），都比常年同期偏多。不

仅如此，雨量也有点惊人，市区徐家汇站的累计雨量为542.1毫米，比常年同期异常偏多（常年同期平均218毫米），相当于今年三伏用40天下了上海半年的雨。

出伏之后，上海的夏天并未走远。昨夜雨水“滴答”声犹在耳边，明天起，副热带高压又要再度增强了，也会让雨水暂时“退场”。气象专家说，副热带高压加强后，雨带位置有所调整，下周虽有雨水，但是多为午后“神出鬼没”的局地雷雨。而身处副热带高压边缘的上海，气温也小幅上升，最高气温将接近34℃。据上海中心气象台预报，下周的气温将走成两条平行线，最高气温都在33℃~34℃间，最低气温在27℃~28℃间。

本月沪牌最低成交价 91800元

本报讯（记者 张钰芸）上海8月份车牌拍卖上午举行，11:30本月沪牌拍卖结果出炉：个人额度9900辆，参加拍卖人数236233人，中标率4.5%。最低成交价91800元，平均成交价为91889元，比上月的92471元减少了582元。最低成交价的截止时间是11:29:58。



Holly's 华艺国际

值得收藏的艺术品综合服务平台

北京 广州 香港

华艺国际2021秋季拍卖会

HOLLY'S INTERNATIONAL AUTUMN AUCTIONS 2021

公开征集

线下+线上拍卖 征集全面启动

上海站

中国书画 | 现当代艺术
瓷器·玉器·工艺品 | 古籍善本
名画·陈茶·养生

8/28-29

上海华艺拍卖有限公司

上海市静安区延安中路1111号
延安饭店105室

咨询电话: 18028557622

华艺在线APP

华艺国际公众号

广告