



脚上烂个口,差点要截肢?

中医外科“内外合治”为糖尿病足“保肢解困”

本报记者 晏飞

“鞠主任,我这脚是不是保不住了?”徐州市中医院中医外科诊室里,王先生脱下鞋子,右足底大片红肿发紫,足跟处破溃流脓,皮肤已经发黑坏死。他患糖尿病多年,3个月前脚底磨了一个小泡,谁知越烂越大,疼痛难忍,多家医院的医生均建议截肢。王先生抱着最后一线希望,找到中医外科主任、主任医师鞠振国。

鞠振国仔细查看创面后安抚道:“先别急,这是典型的糖尿病足,中西医结合内外兼治,保住脚的机会很大。”



高血糖“侵蚀”血管神经,小伤口酿大祸

鞠振国解释,糖尿病足是糖尿病患者最严重、最痛苦的并发症之一。长期高血糖损伤下肢血管和神经,导致血管变窄,脚发凉发麻;神经受损后感觉迟钝,磨出水泡,踩到钉子都察觉不到。一旦破溃,缺血的创面很难愈合,细菌感

染会迅速蔓延,严重时只能截肢。

“很多患者像王先生一样,一开始觉得脚上破点皮没啥,等到疼得受不了了,创面已经深可见骨。”鞠振国说,治疗必须同时控制血糖、改善循环、抗感染、修复创面,四管齐下。

消渴日久,血瘀化腐

中医将糖尿病足归为“脱疽”。鞠振国分析,很多糖尿病足患者和王先生一样患消渴病多年,气阴两虚是根本。气虚推动无力,阴虚血行涩滞,加上久病入络,下肢血脉瘀阻不通,肢端失去濡养,慢慢枯萎发黑。若再遇外伤或湿热毒邪,瘀血化热、热盛肉腐,便会迅速溃烂化脓。

“急则治其标,缓则治其本。”鞠振国说,急性期先解毒通络、化腐止痛;待创面干净,再益气养血、活血生肌。

鞠振国为王先生制定了中西医结合方案。西医方面,精准调控血糖,选用敏感抗生素控制感染,并使用改善循环的药物。中医外

治方面,鞠振国先使用传统制剂八二丹撒在坏死组织上,温和溶解、分离发黑失活的筋膜肌肉,如同“清创不用刀”。几天后,坏死组织脱落,露出新鲜红润的肉芽。此时改用生肌膏外敷,它能“煨脓长肉”,营造湿润洁净的环境,刺激肉芽和上皮生长,让伤口从基底一层层填满收口。

“很多人觉得化脓就是坏事,但中医外科里,适当的‘煨脓’是创面有活力的表现。”鞠振国解释道。

同时,王先生每天接受中药熏洗下肢,活血通络、改善循环。内服方面,鞠振国辨证为气阴两虚、脉络瘀阻,开具养阴益气、解毒化腐的汤剂,从内部调理。

护足记住“三字经”

治疗头两周,王先生发现发黑的死肉开始松动脱落,新肉呈粉红色,第三周疼痛明显减轻。一个月后,溃疡缩小一半,他能在床边站立。鞠振国动态调整外用药物,化腐期用八二丹,生肌期换生肌膏,收口期改用生肌散;内服方也从解毒化痰逐渐过渡到益气活血。3个月后,足底创面完全愈合。

鞠振国强调,糖尿病足病情千差万别,绝不能“一刀切”。浅表溃疡以中药换药、内服调理为主;深部感染需微创清创联合化腐生肌;大血管闭塞要先介入打通血运,再配合中医内外治。个体化精准治疗,才能最大程度保肢。

“即使是重度糖尿病足,只要没有全足坏死,都不应轻言截

肢。”鞠振国说,中医药在保肢方面有独特优势,尤其是西药换药效果不佳的“老烂脚”,往往能通过中医外治找到转机。

鞠振国提醒糖友,日常护足要做到:每天看,就是检查脚底、脚趾缝有无破损水泡;温水洗,水温不超过37℃,洗后擦干趾缝;穿好鞋,选择宽松透气的糖尿病专用鞋,穿前摸有无异物;不赤脚,无论室内外;早就医,发现伤口或异常,第一时间到中医外科就诊。

“糖尿病足不可怕,可怕的是忽视、拖延和错误处理。只要做到早发现、早干预,中西医结合全程管理,绝大多数糖友可以避免截肢,保住双腿。”鞠振国说。

本期专家 鞠振国

主任医师,教授,徐州市中医院中医外科主任,学科带头人。江苏省中医药学会外科专业委员会委员,徐州市中医学会中医外科专业委员会副主任委员。长期从事糖尿病足、周围血管疾病、复杂难愈创面的中西医结合诊疗,擅长中医外治技术,精于疮疡诊治及慢性创面修复,以个体化方案与中医疗法为特色。



节后出现这些“不得劲” 建议你去看医生

本报记者 晏飞

“五一”假期刚过,不少老年朋友聚在一起,常会聊起一些“说大不大、说小不小”的不舒服。很多人的第一反应是“累着了,歇歇就好”。其实,有些看似平常的“不得劲”,背后可能是身体在用症状给您递话:一些指标已经悄悄发生了变化。

总是睡不醒,浑身没劲?查查血常规和血糖

“‘五一’跟孩子们出去走了走,回来这两天怎么困得眼皮都抬不起来?”68岁的王阿姨午觉睡一个多小时,起来还是乏,遛弯的劲头都没了。

对此,徐矿总医院内分泌科副主任医师刘灿灿建议检查血常规,重点看“血红蛋白”和空腹血糖。

先说血红蛋白。节日饭菜丰盛,有些老人牙口不好,肉吃不动,多吃主食点心填肚子,优质蛋白没跟上。铁和蛋白质摄入不足,血红蛋白就可能往下掉,出现轻度贫血。报告单上找到“HGB”,男性

低于120g/L、女性低于110g/L,这个“乏”就找到病根了。

再看空腹血糖。餐桌上甜食多、水果多,血糖容易往上蹿。血糖高了,身体里的糖分用不上,就像油箱满着但油管堵了,发动机照样没劲。报告单上“GLU”,正常空腹不超6.1mmol/L。略高一点不必紧张,恢复清淡饮食、饭后走走路,一两周后复查。但要注意,如果乏力的同时还有口干、喝水多、尿多、体重下降,要尽快去内分泌科。另外,如果两项都正常仍极度乏力,还要查查甲状腺功能。

看见油腻就反胃,右上腹发胀?查查肝功能和B超

“不知道是吃顶了还是怎么的,看见炒菜油多一点就恶心,右边肋骨下面隐隐发胀。”65岁的刘阿姨念叨。

这种“厌油感”是肝胆系统发出的明确信号。过节几天顿顿大鱼大肉,再喝点小酒,胆囊拼命收缩排胆汁,肝脏加班代谢脂肪和酒精,转氨酶就可能升上来。徐矿总医院感染科主任李建军建议抽血查肝功能,重点看“ALT”和“GGT”,再做个腹部B超。

李建军表示,如果ALT和

GGT只是轻度升高,又没有皮肤发黄、尿色如浓茶、眼白变黄,多半是“累出来的”。停酒、吃三五天清淡饭菜、不熬夜,两周后复查大多能恢复。但如果指标翻了数倍,或B超提示“胆囊壁毛糙”“泥沙样结石”,说明胆囊已在替过节买单,今后饮食要长期清淡。

李建军特别提醒,有些老人自行吃了止痛药或感冒药,这些药物也可能让转氨酶一过性升高。回忆一下吃过什么药,就诊时告诉医生。

手指发僵,脚趾隐隐酸胀?查查血尿酸

“这几天早上起来手指头绷得紧紧的,右脚大脚趾附近也酸酸胀胀的。”73岁的赵师傅觉得是“上年纪的毛病”,老伴却多了个心眼:“会不会是痛风?”

痛风急性发作前往往有一段“沉默期”,尿酸已高,尿酸盐结晶悄悄在关节周围沉积,感觉就是“手指发僵”“脚趾酸胀”,还没到红肿剧痛的程度。血尿酸对节日饮食极其敏感,一顿海鲜、几块红烧肉、半碗骨头汤、一杯啤

酒,就可能让它窜上去。建议检查肾功能,重点看“UA”,男性超过420μmol/L、女性超过360μmol/L就要警惕。

如果指标高了又有关节酸胀感,可以每天喝2000毫升以上白开水,让尿酸尽快从尿里排出去。同时严格忌口动物内脏、海鲜、浓肉汤、啤酒。坚持一两周,不少人尿酸能明显回落。但如果关节突然红肿、剧痛、发热,就必须在医生指导下用药控制。

早起眼皮肿,小腿一按一个坑?查查肾功能和尿常规

“早晨起来眼皮是肿的,到中午才消。小腿前面一按一个坑,半天起不来。”76岁的李阿姨跟女儿一说,女儿立马带她去徐矿总医院查了尿,果然出了点问题。

节日期间饭菜咸、喝水少、旅途劳累、作息打乱,都可能导致血压波动,肾脏这个小血管极为丰富的“过滤器”就首当其冲。肾脏早期受损往往不痛不痒,最早线索就是眼皮和小腿浮肿,或夜尿突然增多。

有这些症状,查两个项目最

直接:肾功能“肌酐”和“尿素氮”。尿常规里“蛋白”一项标的是PRO,如果出现“+”号,哪怕只是一个“+”号也要高度警惕,因为蛋白尿往往比肾功能指标异常出现得更早。如果尿蛋白有“+”号,哪怕肌酐和尿素氮还在正常范围,也一定要去肾内科就诊。

秒懂体检报告

健康原来如此简单

徐州矿务集团总医院联办