

38岁“网红洋媳妇”突然去世，低血糖也会致命

医生：如出现头晕眼花、出冷汗等症状，应及时补充糖分

曾登上央视舞台的“网红洋媳妇”杨奇娜因低血糖于4月2日去世，年仅38岁。杨奇娜的丈夫在网上公开了这一噩耗。

突发低血糖为何会致命引发关注。就在4月1日，杨奇娜还在抖音直播与家人一起做农活。目前尚不清楚杨奇娜是否有其他基础疾病。

减重药控制体重，可引起低血糖

上海市第十人民医院泛血管病中心主任张毅表示：“年轻人出现低血糖死亡的病例还是比较罕见的，一般来说，这种情况更易出现在糖尿病患者，或者本身有代谢疾病的患者身上。”

张毅表示，对于健康人而言，低血糖不至于致命。“很多情况下低血糖是因挨饿或者减肥而导致的，如未吃饭状态下出现头晕眼花、出冷汗等症状，这时候应及时补充糖分并做好血糖监测。”

而对于糖尿病患者而言，在治疗期间，出现低血糖甚至比高血糖更加危险。因低血糖容易引发心梗或脑卒中，严重的低血糖会在瞬间损害身体器官，导致昏迷甚至死亡。

目前，治疗糖尿病常用的胰岛素、磺胺类和非磺胺类胰岛素促泌剂均可引起低血糖。而二甲双胍、α-糖苷酶抑制剂、噻唑烷酮、二肽基肽酶IV抑制剂、胰高糖素样肽-1受体激动剂和钠-葡萄糖共转运蛋白2抑制剂不增加低血糖风险，这些药物单用一般不诱发低血糖，但和胰岛素及胰岛素促泌剂联合使用则可引起低血糖。

值得关注的是，近年来随着GLP-1类减重药的流行，越来越多的人开始使用这种药物控制体重，这也令低血糖的现象更加普遍。张毅提醒称，服用减重药会导致人们的食欲降低，进食偏少，而如果加之大量运动，就会很容易出现低血糖的情况。

张毅建议在服用GLP-1类药物的患者更应注意血糖水平。“虽然药厂不会过多地强调低血糖风险，但是毕竟GLP-1类药物是降糖药，如果一边用药，一边节食，再运动，可能会导致严重的后果。”张毅说。

低血糖严重时会导致致命

消息传出，不少网友表示震惊，“第一次听说低血糖也会致命”“只知道高血糖是病，没想到低血糖会致命？”医生介绍，低血糖容易对脑细胞造成损坏，严重的低血糖会在瞬间损害身体器官，导致昏迷甚至死亡。

医学上，针对糖尿病患者和非糖尿病患者，也有着不一样的低血糖判断标准：

糖尿病患者低血糖标准：≤3.9毫摩尔/升。

非糖尿病患者低血糖标准：≤2.8毫摩尔/升。

一般轻度低血糖会引起交感神经兴奋，出现饥饿感、头昏眼花、心慌手抖、脸色苍白、出冷汗、虚弱无力等症状。

严重低血糖就复杂多了。因葡萄糖是大脑的主要能量来源，当糖分不能及时补充时，大脑就像被突然拔了电源，无法正常运行，随即引起功能障碍，出现意识恍惚、昏昏欲睡、抽搐惊厥、记忆力下降、认知功能障碍等症状。有些人“断电”太久，还会造成心脏及大脑的缺血、缺氧，导致不可估量的伤害，甚至还会因此丧命。

低血糖时应该怎么办

对于绝大多数健康人群而言，如果是轻度低血糖，还未出现如抽搐、昏迷等严重情况，就要立刻进食约15克碳水化合物。

白糖、糖块、糖水、蜂蜜、葡萄糖片最佳，这类食物吃进去后，很快被肠道吸收入血，能迅速缓解低血糖症状。

饼干、点心、馒头、含糖饮料(含白砂糖的)、粥。

含糖饮料(含果葡糖浆的)、牛奶、冰淇淋、巧克力等食物的升糖速度相对较慢。

特别提醒：出现以下两种情况，应尽快送医。

意识较清醒的患者在补充单糖(如葡萄糖和果糖)食品15分钟后，症状仍不能缓解。

患者一开始就表现为意识严重丧失或昏迷，身边的人应及时拨打急救电话进行求救。

专家建议，预防低血糖应按时吃饭，不可盲目节食；糖尿病人吃饭最好定时定量，不擅自减餐；少进行长距离、大重量或超负荷的劳动；容易发生低血糖的人可随身携带糖果、饼干等。

据极目新闻

“刘海”未及时修剪，眼里长出“果胶”

医生：及时修剪过长的“刘海”，防止头发接触眼睛

近日，武汉的9岁女孩小美(化名)，因未及时修剪“刘海”，导致前额过长的头发反复刺激眼睛，出现眼红、眼痒、异物感等不适症状，最终被确诊为春季角结膜炎。

小美表示：“眼睛非常痒，忍不住想去揉。”直到眼角膜出现一圈类似果胶的物质，家人才意识到问题的严重性。随即，小美被带到武汉爱尔眼科汉口医院接受治疗。

该院角膜及眼表科医生王浩宇经过详细检查发现，小美双眼上睑乳头增生，上方角膜缘胶冻样隆起，确诊为双眼春季角结膜炎。

医生解释，春季角结膜炎是一种过敏反应，虽

然并非揉眼直接引起，但是频繁揉眼会刺激眼部，导致免疫反应和炎症反应加剧，从而加重病情。

针对小美的病情，医生开具了对症治疗的药物，并叮嘱定期复查。

医生指出，春季角结膜炎多发于儿童和青少年群体，该疾病全年都可能发生，春季尤为高发。

随着气温回升，桃花、樱花等花卉相继开放，花粉在空气中飘散，过敏风险增加。春季出游时要注意预防花粉过敏，同时关注孩子的眼部卫生，及时修剪过长的“刘海”，防止头发接触眼睛。

若孩子出现眼痒、流泪、异物感等症状，应立即就医，以免错过最佳治疗时机。

据武汉晚报

