

# 桂城医院开设妊娠期糖尿病一日门诊 “糖妈妈”控血糖 线上线下有指导

如今,随着人们饮食结构、饮食习惯、生活习惯的改变,以及高龄孕产妇数量的增多,妊娠期糖尿病发病率也明显增加。为了帮助“糖妈妈”控好血糖,孕育健康宝宝,桂城医院开设妊娠期糖尿病一日门诊,为“糖妈妈”提供线上、线下健康管理服务。桂城医院提醒广大女性,在备孕时要做好体重管理,孕期也应避免体重的增长过快,避免因体内脂肪堆积导致胰岛素抵抗加重,从而出现血糖异常问题。

## “糖妈妈”要注意调节生活方式

少孕妇也因此对妊娠期糖尿病心存恐惧。

桂城医院产科相关负责人表示,“糖妈妈”中巨大胎儿发生率高达25%以上,是因为胎儿长期处于母体高血糖所致的高胰岛素血症环境中,促进蛋白、脂肪合成和抑制脂解作用,导致躯体过度发育所致;胎儿生长受限发生率约21%,妊娠期早期高血糖有抑制胚胎发育的作用,导致胚胎发育落后,糖尿病合并微血管病变,胎盘血管常出现异常,影响胎儿发育。此外,还有流产、早产、胎儿窘迫、胎死宫内、胎儿畸形等风险。对产妇而言,巨大胎儿发生率明显增高,出现难产、产道损伤等的概率也会增高,产程延长,易发生产后出血。

一旦被确诊为妊娠期糖尿病,

“糖妈妈”除控制体重外,还应调节生活方式,医生会根据具体情况,通过计算其全天应摄入的热卡,进行饮食指导。妊娠期糖尿病患者的饮食主要原则是将一日三餐分为六餐,降低每餐的主食量,从而降低餐后血糖。此外,应适量减少碳水化合物的摄入,适量增加蛋白质的摄入,建议患者将精米精面与粗粮混合食用,以减少患者餐后血糖波动的幅度。还要注意进餐顺序,应先食用蔬菜和肉类,再食用主食。

该负责人提醒,尽管妊娠期糖尿病患者要严格控制自己的饮食,但也应做好血糖监测,切勿过度控制饮食,导致营养不良,影响胎儿的生长发育。

## “线上+线下”结合开展健康管理

目前,桂城医院产科已开设妊娠期糖尿病一日门诊,帮助广大孕妈解决困扰。妊娠期糖尿病一日门诊逢周四开诊,将对“糖妈妈”进行个性化营养分析,动态指导“糖妈妈”掌握合理的饮食搭配、运动、体重、血糖和母胎的自我监测,维持稳定血糖水平,减少母胎并发症等。

据悉,妊娠期糖尿病一日门诊以“线上+线下”相结合的形式,对患者进行健康管理。

其中,线下健康管理是让患者定期到门诊复诊,为患者讲解控糖、监测血糖、胰岛素注射等知识,如发现血糖控制异常情况,医生会及时调整干预方案,保障母亲和胎儿的健康;线上健康管理则是建立“糖妈妈”控糖管理群进行线上答疑,“糖妈妈”将每日饮食热卡、血糖值、运动量、体重增减情况等发送给医护人员,医护人员会第一时间进行解答。

“有了这些,孕妈们再也不用住院就能将血糖控制平稳,既节省了医疗费用,也避免了更多麻烦。”该负责人提醒,已经确诊的妊娠期糖尿病患者要遵照医嘱综合治疗,做到生活规律、科学饮食,选择低血糖生成指数的食物,多吃含蛋白质丰富的食物,适量运动、劳逸结合,注意卫生、防止感染,做好系统产检,及时向医务人员详细汇报病情变化等。

## 妊娠期糖尿病患者血糖控制标准更高

妊娠期糖尿病患者可选择治疗的药物非常有限,通常通过注射胰岛素进行治疗。此外,在血糖的控制标准方面,妊娠期糖尿病患者的控制标准要更高。例如,妊娠期糖尿病患者要将空腹血糖控制在5.3mmol/L以内,餐后2小时血糖控制在6.7mmol/L以内。

文/珠江时报记者 李冬冬 通讯员 伍伶俐

# 整治乱摆卖行为 及时消除安全隐患

桂城综合行政执法办连续3天开展“净岸行动”,取缔占道经营、乱摆卖等无证经营行为



“尖东公园变得整洁、有序,我们出去散步觉得舒心多了。”桂城海逸社区居民开心地说。这是桂城综合行政执法办等部门联合开展“净岸行动”取得的成效。原来,7月14日起,桂城综合行政执法办连续3天到桂城尖东公园及对出路段开展攻坚行动,坚决取缔占道经营、乱摆卖等无证经营行为,及时消除安全隐患。

## 多部门联合 整治乱摆卖行为

“近段时间,有不少商贩到尖东公园摆摊出租‘碰碰车’,有些小孩直接在公园里开碰碰车,既占用地方又产生噪音,影响市民休闲散步。”近日,一位居住在桂城海逸社区的居民向记者反映,希望政府部门对此类现象进行整治,还市民清静的环境。

记者随即把居民的诉求反映给桂城综合行政执法办。该部门工作人员透露,自6月底开始,在桂城平西金穗花园对出河堤路段及东平河沿线路段,流动商贩占道、占河堤乱摆卖等情况较为突出。对此,桂城综合行政执法办联合桂城交警、派出所、水利、市政等部门开展执法行动,坚决取缔乱摆卖、占道经营等行为。

7月17日晚6时30分,桂城综合行政执法办再次出动执法人员、文明劝导员共20人,到平西金穗花园对出河堤路段开展“净岸行动”,严厉打击河堤设摊摆卖行为,暂扣了一批碰碰车及乱摆卖物品,及时消除安全隐患。执法人员还耐心劝导在该处露营的市民,引导他们到正规对外开放露营的场所,做到文明露营,并派发《文明露营倡议书》,呼吁大家共同维护河堤安全。

## 爱护公园环境人人有责

“这些乱摆卖、占道经营等无证经营行为,不仅会导致严重的市容卫生问题,还存在安全隐患,对防汛工作也会造成不良影响。”执法人员说,目前周边城市疫情形势严峻,人群过于集聚还会带来潜在的风险,一旦出现问题,后果不堪设想。

据统计,目前“净岸行动”已连续开展3天,共出动约200人次,有效整治各类乱象。“公园终于变得清静,我

们散步更加安心了。”看到公园的变化,周边居民不禁竖起了大拇指。

接下来,桂城综合行政执法办将继续保持力度不减、态势不变,规范商家有序经营。同时呼吁广大市民,占道经营、乱摆卖等属违法违规行为,请自觉遵守相关规定合法经营。另外,爱护公园环境人人有责,希望大家从自身做起,共同营造良好环境。

文/图 珠江时报记者 李冬冬 通讯员 王婷



▲执法人员暂扣了一批碰碰车及乱摆卖物品。

▲执法人员向市民派发《文明露营倡议书》。

# 企业发生安全事故 工会有权依法参加调查

工会篇——

某化工股份有限公司的操作工在排料回收槽对粉料进行工艺处理时,发现排出的粉料与往常不同,有烟雾状气体出现,该操作工立即关闭了放料阀。但因排出物中带有可燃气体,遇空气后自燃,造成某建设公司的2名检修工甲、乙被烧伤。经医院诊断,甲需要休息3个月,乙需要休息1年,才能正常上班。

根据《企业职工伤亡事故报告和调查处理规定》,这是一起重伤事故,应该由企业负责人或其指定人员组织生产、技术、安全等有关人员及工会成员参加事故调查组进行调查。

南海区总工会提醒,根据《中华人民共和国安全生产法》第六十条第三款规定,工会有权依法参加事故调查,向有关部门提出处理意见,并要求追究有关人员的责任。根据《企业职工伤亡事故报告和调查处理规定》第九条规定,轻伤、重伤事故,由企业负责人或其指定人员组织生产、技术、安全等有关人员以及工会成员参加的事故调查组,进行调查。根据《中华人民共和国职业

病防治法》第四十条第一款规定,工会组织应当督促并协助用人单位开展职业卫生宣传教育和培训,有权对用人单位的职业病防治工作提出意见和建议,依法代表劳动者与用人单位签订劳动安全卫生专项集体合同,与用人单位就劳动者反映的有关职业病防治的问题进行协调并督促解决。

## 相关链接:

7月23日至24日,南海区总工会、南海区应急管理局、南海区普法办联合举办“遵守安全生产法 当好第一责任人”主题微信学法大赛,参与游戏答题有机会获得微信红包等丰厚奖品,详情可关注“南海普法”微信公众号。

整理/珠江时报记者 原诗杰



## 遵守秩序

文明礼让 井井有条 自觉遵守 和谐稳定



文明健康 有你有我