

见报即有奖 最高2000元

“杏坛学院杯” 读者爆料大奖赛

爆料热线 96706

微博:齐鲁晚报96706 邮箱:qwb2011@sina.com



微信二维码

得脑血栓了,还是忍不住去偷

一男子盗窃成瘾,10年偷200辆电动车,已经被抓12次

本报96706热线消息(记者 吴金彪) 一男子大白天在小区里盗窃电动车,市中警方调取监控录像锁定并抓获嫌疑人。调查后才了解,原来该男子是个盗窃惯犯,10年来共盗窃电动车约200辆,此前已经有12次犯罪“前科”。

“也就停了不到半个小时,电动车就没了影。”11月6日下午2点左右,市中区王官庄小区一区一居民报警丢了电动车。王官庄派出所民警刘辉

和同事赶到现场后,调取了周围的监控录像,发现一个戴白帽子的男子十分可疑。更令民警惊诧的是,2012年夏天,他们留有一个嫌疑人偷电动车的视频,从穿衣打扮和行动举止来看,两个视频中的男子应该是一个人。

随后民警对男子可能出人的地方进行了蹲守。11月8日晚7点30分,视频中的男子来到辖区内一家洗浴中心洗澡,被蹲守的民警当场抓获。

从男子随身携带的包里,民警搜出了改锥、钳子等作案工具一宗。

面对民警的讯问,男子显得满不在乎,称自己早已经是“派出所的熟人”了。原来男子是一个专门盗窃电动车的惯犯,10年前就在济南市区内流窜作案盗窃电动自行车,也被公安机关多次打击处理过。

“光打印他的犯罪记录就有一摞纸。”市中公安分局王官

庄派出所民警刘辉介绍,男子姓赵,商河人,今年56岁,此前已经有12次犯罪前科。自2004年3月至今,曾经因为盗窃电动车被劳教5次,判刑1次,治安拘留6次。

“虽然知道是犯罪,但还是手痒,忍不住。”嫌疑人赵某交代,他10年来共盗窃电动车200余辆。一开始是一个人作案,后来得脑血栓“手不利索”了,就又拉拢朋友一起盗窃。

遇交警夜查调头跑 俩酒司机被抓现行

本报96706热线消息(记者 尉伟) 远远地看到夜查的交警,两名司机连忙靠边调头试图逃避检查,11月12日晚沂安路附近,两名酒司机被闻讯而来的交警抓了个正着:一人涉嫌醉驾,一人属于酒后驾驶。

11月12日晚8点半左右,天桥交警在沂安路西段针对酒驾等违法行为设点展开集中检查。谁想,刚开始没几分钟,一辆西行的白色轿车就引起了民警的注意。

“白色轿车离检查点还有三四十米的距离,突然靠边停车,并欲调头。”交警立即驱车赶了过去,将刚调了一半的白色轿车截了个正着。

驾驶白色轿车的是一名戴眼镜的中年男子,经过交警现场酒精呼气检测,他的呼气值已达105mg/100ml,属于醉驾。

“下一步,我们还将对其进行抽血化验,并根据结果作出进一步的处罚。”天桥交警表示。

紧接着,9点左右,又一辆面包车“故技重施”:面对前方设点检查的交警,连忙靠边停车调头。但这辆面包车仍被细心的民警早早发现并当场拦了下来。

经过现场酒精呼气检测,他的呼气值达到了75mg/100ml,属于酒后驾驶。交警依法对其处以罚款1000元、扣12分、暂扣驾驶证六个月的处罚。

598台赌博机 铲了!

“金鲨银鲨”、“捕鱼达人”、“黄金万两”……13日,济南警方集中销毁了598台赌博游戏机。这些赌博游戏机都是今年以来收缴的。这是继今年2月集中销毁379台赌博游戏机后又一次大规模集中销毁。

本报记者 戴伟 见习记者 许亚薇 摄影报道



国际糖尿病日对话控糖专家: 为糖友解读空腹血糖<6.1mmol/L的重要意义

近年来,空腹血糖对控糖效果的重要性越来越受到重视,美国糖尿病学会和欧洲糖尿病学会提出的治疗策略中就指出,“先控制空腹血糖,后控制餐后血糖”。对于众多的糖友来说,血糖管理是一个漫长而艰辛的过程。控糖之路漫漫,我们将上下而求索。随着糖尿病日到来之时,山东省立医院在11月17日将举办糖尿病义诊活动。

糖友有人戏称的形容空腹血糖犹如全天的血糖的调色板,充分影响着血糖的“色调”变化。通俗来说,人体控制血糖而产生的胰岛素可分为基础胰岛素和餐后胰岛素,它们分别控制着全天的空腹和餐后的血糖。在糖尿病患者中,由于基础胰岛素分泌不足,就会出现空腹血糖升高的情况,而且随着糖尿病病程的延长,空腹高血糖在整体血糖管理中的主导地位也就越发重要。

空腹血糖指标高,拉动着餐后血糖的“攀升”

空腹血糖水平是全天气血糖的基础,餐后血糖水平在空腹血糖的基础上发生变化。空腹血糖数值好比水位,餐后血糖好比水位,水涨船高,一旦水位升高,餐后血糖这个水位自然也会升高,这就是水涨船高的道理;如果水位降低,船位自然也会降低,这就是水落船低。可见,如果空腹血糖指标高了,餐后血糖就难控制好。

空腹血糖指标高,影响着糖化血红蛋白“风险值”

众所周知,糖化血红蛋白反映着2~3个月的血糖平均水平,是国际上公认的糖尿病诊断的金标准。糖化血红蛋白量越高,发生糖尿病并发症的风险越高。空腹血糖水平对于糖化血红蛋白的影响而言,又是怎样的呢?

著名的Riddle研究发现,当糖化血红蛋白<8%时,空腹血糖对糖化血红蛋白的贡献是76%,餐后血糖的贡献是24%。随着糖化血红蛋白的升高,空腹血糖的贡献率越来越高,当糖化血红蛋白>9.6%时,空腹血糖对糖化血红蛋白的贡献是80%,而餐后血糖对糖化血红蛋白的贡献只有20%。可见,空腹血糖控制得越差,糖化血红蛋白量越高,发生糖尿病并发症的风险越高。

一项大型研究发现,空腹血糖每降低1mmol/L,总体卒中风险降低21%,缺血性心脏病风险降低29%,心血管死亡风险降低19%。

专家建议:打造血糖基础优势,确定血糖“上层建筑”

糖尿病患者只有控制好三个指标就是:空腹血糖、餐后血糖和糖化血红蛋白。其中,空腹血糖是根基,餐后血糖和糖化血红蛋白水平则是上层建筑。控制好糖尿病,必须要打好基础,也就是说,把空腹血糖控制好,将会奠定上层建

筑——空腹血糖和糖化血红蛋白。空腹血糖主要是由肝脏输出引起的,控制起来更加容易,而餐后血糖是多种因素共同作用的结果,也就相对更加难以掌控。

然而,一方面空腹血糖对控糖是决定因素,一方面是糖尿病患者对空腹血糖的重要性还有很多的困惑,有的人了解甚少,就此本就不愿意请了中华医学会内分泌分会副主任委员、省内分泌学会主任委员、山东省立医院内分泌科主任赵家军教授,与该报共同策划,探讨糖尿病患者的控糖之道。

问题1:糖尿病患者空腹血糖控制在多少算是达标呢?

赵家军教授:2019年版《AAACE糖尿病诊疗路径》提出了更加严格的更加明确空腹血糖控制目标:空腹或餐前血糖<6.1mmol/L,且无低血糖发生,这才是真正意义上的血糖达标。通常空腹血糖在4.4~6.1mmol/L属于良好,空腹血糖<7.0mmol/L为控制一般,空腹血糖>7.0mmol/L为控制较差。而年龄较大、存在并发症、易发生低血糖的患者,可设定较宽松的指标。此外,空腹血糖指在8~12小时内无任何能量摄入,即不吃主食、肉蛋、奶等含能量的食物,可以喝水的情况下检测的血糖,一般在早上7点左右检测较为合适。

问题2:为什么我的空腹血糖比餐后血糖水平还高?

赵家军教授:对于糖尿病患者,血糖控制水平要区别对待,也就是倡导个体化治疗。有些糖尿病患者,由于体型肥胖、脂肪肝导致肝

脏对胰岛素的敏感性下降,通俗讲就是胰岛素对肝脏的控制能力下降,使得清晨时肝脏产生的内源性葡萄糖增多,引起空腹血糖升高。而餐后血糖主要由饮食决定,如果加强饮食控制后就会出现空腹血糖高于餐后血糖的情况。对于空腹血糖比餐后血糖水平还高的患者,更要积极控制空腹血糖。

问题3:哪些方法可以控制空腹血糖呢?

赵家军教授:空腹血糖高的患者,首先要调整生活方式,因为生活方式干预是治疗糖尿病的基础。例如:(1)注意减少高脂肪食物的摄入,尤其在睡前不要进食油腻食品,或吃大餐,最好在睡前3小时吃晚餐;(2)增加晚餐后的活动量,如晚餐后1小时步行30~60分钟;(3)通过控制饮食和运动,把体重控制在目标范围内。理想体重=身高(厘米)-105,把体重控制在理想体重



赵家军教授

山东省立医院内分泌科主任,主任医师,教授,博士生导师,博士后导师,泰山学者,中华医学会内分泌分会副主任委员,省内分泌学会主任委员,省医师协会内分泌科分会主任委员,省糖尿病学会副主任委员,中国中西医结合学会内分泌学分会主任委员,中国中西医结合学会内分泌专业委员会主任委员,全国卫生系统先进工作者,卫生部突出贡献中青年专家,全国优秀科技工作者,山东省突出贡献中青年专家,山东省医学领军人才,山东省十大名医,山东省突出贡献科学家,山东省卫生系统十大杰出学术带头人。

主要从事遗传和环境因素与糖尿病及其并发症发病机制的基础和临床研究,主持过多个国家级科研项目,并获奖项。发表学术论文300多篇,其中SCI论文70余篇,著作著作20余部。