

列净类药物的副作用

列净类降糖药,即SGLT-2抑制剂,是近年来降糖领域的“明星”药物。其作用机制是通过抑制肾脏对葡萄糖的重吸收,从而增加尿糖的排泄,降低血糖水平。这类药物包括达格列净、恩格列净、卡格列净、艾托格列净、恒格列净等,它们在帮助降低血糖的同时,还有助于保护心血管和肾脏健康。

但是,药物总是有其两面性,列净类降糖药也不例外。在服用这类药物时,身体如果出现以下几个症状,可能是发生严重副作用了,需要及时就医!

症状一:尿频、尿急、尿痛

列净类降糖药的作用机制是让多余的糖分从尿液中排出,这样一来,尿液中的糖分就高了,容易滋生细菌,导致尿路感染。如果在服用列净类降糖药后,频繁地上厕所,每次上厕所都感到尿急、尿痛,那就要注意了,这可能是尿路感染的症状。

如果出现严重的尿路感染

要及时就医,在医生指导下应用抗感染药物或更换降糖方案。

症状二:生殖系统感染

女性使用列净类降糖药物出现生殖器真菌感染的发生率和风险都高于男性。女性表现为外阴瘙痒、皮疹、阴道分泌物,男性表现为包皮龟头炎。

症状三:体位发生变化时会头晕

列净类药物可能会导致身体里的水分过多地被排出,特别是老年人,他们的身体调节水分的能力变差,喝水也少了,所以更容易发生血容量减少事件。血容量相对不足易导致直立性低血压、体位性眩晕、晕厥等情况发生,增加意外跌倒风险。

如果你在服用“列净”类药物期间,体位发生变化时,如由蹲到站立,会感觉头晕、昏厥等。提示可能出现了血容量不足的不良反应,需立即监测血压,并就医检查。特别是那些同时使用利尿剂的老年糖友,要

特别留心观察。而有下肢动脉闭塞的患者可能在血容量不足时局部缺血加重,故也需要注意观察。

症状四:腹痛、恶心、呕吐、呼吸困难

列净类降糖药容易导致酮体增多。如果发现血糖超过11.1mmol/L,或出现糖尿病酮症相关症状,如腹痛、恶心、呕吐、乏力、呼吸困难等,需要及时就医,检测血酮体和动脉血酸碱度。

确诊发生糖尿病酮症,要停用列净类药物,并针对糖尿病酮症进行治疗。

症状五:生殖器或者会阴区疼痛

会阴坏死性筋膜炎(也被称为Fourniers坏疽):罕见但严重且危及生命的坏死性感染,最初表现为生殖器或会阴区疼痛、红斑、肿胀,有捻发音,它可以发展为暴发性软组织感染,沿筋膜层快速扩散,导致皮肤、皮下软组织和筋膜坏死,甚至伴发全身

性脓毒症。一旦怀疑,需早期广谱抗感染同时覆盖需氧菌、厌氧菌、革兰阳性菌、革兰阴性菌、广泛清创术和有计划地重复清创。

总之,糖友在使用列净类降糖药期间,一旦出现上述症状,建议立即就医,及时处理。

如何减轻药物副作用?

1.记得多喝水:吃列净类降糖药的时候,一定要补充足够的水分。这样能帮你防止尿路感染和血容量减少带来的副作用。

2.定期测血压:为了防止血容量不足等问题,定期检查血压很重要。这样能及时发现问题并处理。

3.讲卫生:要特别注意外阴部位的清洁和卫生,这样能降低尿路感染的风险。

4.健康饮食,少喝酒:为了防止糖尿病酮症酸中毒,要避免过量饮酒和生酮饮食(生酮饮食指的是:不吃或少吃主食,多吃肉)。

(作者:刘林华 福州大学附属福建省立医院 内分泌科 副主任医师)

尿糖血糖不可混为一谈

笔者在医院检验科工作已有二十年,遇到亲友咨询检验报告单的事早已司空见惯。

前几天,邻居家70岁的李大爷,在家门口一脸困惑地问到报告单上的尿糖是怎么一回事。血糖正常为何尿糖会呈阳性?我只能耐心地和李大爷解释了半个小时有余。

一句话:尿糖和血糖不可混为一谈。

何谓尿糖和血糖

尿糖是指尿液中的糖分,主要指尿中的葡萄糖。当人体处于正常生理状态时,通常普通尿液化验方法尿糖为阴性。当血糖浓度超过8.88mmol/L时导致肾脏对葡萄糖的滤过作用增强时,尿液中开现出现葡萄糖。尿糖是发现糖尿病的重要线索,基本上能反映血糖的情况,但尿糖检查不能代替血糖测定而作为糖尿病诊断的依据。因为尿糖阳性存在影响因素(如饮食不健康、食入大量高糖分食物、服用某些药物、暂时性的餐后尿糖等)。所以尿糖增高,不见得患了糖尿病。反过来

患者有糖尿病,多数表现为尿糖增高,但也有些是阴性的患者。所以在糖尿病的诊断和治疗当中应以血糖为主。

血糖值表示血中葡萄糖的浓度,血中葡萄糖为人体提供能量的主要物质。但血糖也会随着进食和活动情况的变化可能有一定的波动,正常人的血糖处于动态平衡中维持较为稳定的水平。血糖高值除了糖尿病早期症状外,也存在很多的原因(如甜食引起的偶然高血糖,不良生活习惯和环境、其它疾病等引起的高血糖)。

不论是血糖高还是尿糖高,都不能单凭一次的检验结果来判断,应咨询医生并定期复查,如果确实查出有血糖或尿糖重复高时应进一步做相应的糖尿病相关指标检测(如餐后两小时血糖、糖化血红蛋白、口服葡萄糖耐量试验甚至医生还可能根据病情的严重程度加做C肽和胰岛素的检测等)。

血糖和尿糖有何关系

血糖和尿糖就像俩“兄弟”,

血糖顾名思义是指血液中的葡萄糖,尿糖是指尿液中含有葡萄糖。血糖似“大哥”,而尿糖似“小弟”,诊断靠大哥,小弟——尿糖仅作参考。尿糖升高时,血糖有可能升高,有可能不升高。血糖升高时,尿糖大多数都是升高的。所以血糖、尿糖可同步,也可不同步,两者不能混为一谈。在空腹血糖>7.0mmol/L或餐后两小时血糖>11.0mmol/L时,即可以诊断糖尿病。而血糖正常的情况下,出现尿糖阳性则不一定是糖尿病患者,需在不受药物及含糖量高的食物影响下复查尿糖,根据结果综合判断。

糖尿病的预防

健康饮食:选择合理、多样化的饮食,少吃高糖、高脂和高盐食物。控制体重:保持适当的体重对于预防糖尿病非常重要。如有超重或肥胖问题,通过合理的饮食和适量的运动来控制体重。积极运动:进行适度的运动,运动能加快血糖的代谢分解。做好体检:在相应的就近医院或社区坚持每年的健康体检。控制好血压和血脂:高血压和高血脂也是糖尿病的风险因素,保持血压和血脂的正常水平对于预防糖尿病很重要。

血糖与尿糖不能混为一谈了。单次尿糖阳性并不代表患有糖尿病,需要进行尿糖复查,再次复查时需注意避免吃高糖食物及相应的药物,用新鲜的尿液检测,如果确实存在血糖正常而尿糖重复阳性的可咨询医生,并进一步做其他相关检查。此外,无论是血糖高,还是尿糖阳性,又或者被诊断为糖尿病,大家都应该保持健康的饮食和生活方式,这样能预防和治疗糖尿病,更是为自己打造良好身体,保障健康人生。

(作者:谢快快 福建省三明市清流县中医院 检验科 主管技师)