

【同仁大讲堂】

探秘胰岛素十二时辰

古人根据自然规律将一昼夜划分为十二时辰,每个时辰对应着天色的变化。但你有所不知,我们机体中存在着这样一种激素,在正常人体内它也有着和十二时辰一样的规律变化,它就是传说中的“胰岛素”。一旦它昼夜颠倒不规律分泌,就会引起我们临床上常见的一种疾病——糖尿病。

什么是胰岛素?

胰岛素是机体内唯一降低血糖的激素,它分为基础胰岛素和餐时胰岛素。由胰脏内的胰岛β细胞受内源性或外源性物质如葡萄糖、乳糖、核糖、精氨酸、胰高血糖素等的刺激而分泌的一种蛋白质激素。当胰岛素分泌相对或

绝对缺乏时,机体的糖利用发生障碍使得血糖升高,进而形成糖尿病。

正常人群的胰岛素

正常人群的胰岛素分泌与血糖水平相一致:十二时辰(24小时)都有基础胰岛素不间断的分泌。在进食以后尤其是在碳水化合物刺激下会出现胰岛素分泌增加。

以早餐为例,如果您在辰时(7:00-9:00)进食早餐,在进餐5-10分钟胰岛素浓度开始升高,30-60分钟上升至高峰,可达基础值的5-10倍。在己时(9:00-11:00)逐渐下降到正常水平,3小时应该能恢复至基础水平。

血糖非正常人群

1.非糖尿病肥胖者
肥胖者的胰岛素敏感度下降,基础胰岛素水平明显高于正常人,进食或服糖刺激后30-60分钟胰岛素分泌可达高峰,其峰值亦明显高于正常值,3小时不能恢复正常值。此类患者多伴有胰岛素抵抗,从而导致血糖升高。可通过改变生活方式、运动减重增加胰岛素敏感性。

2. 1型糖尿病患者
1型糖尿病患者基础胰岛素水平明显低于正常,进食或服糖刺激后其胰岛素释放也不能随血糖升高而上升,胰岛素分泌曲线常呈无高峰的低平曲线,有些患者的胰岛素水平甚至不能测

得。该类患者胰岛素分泌绝对不足,必须予以胰岛素替代治疗。

3. 2型糖尿病患者
2型糖尿病早期患者的基础胰岛素水平正常或高于正常,进食或服糖刺激后胰岛素分泌上升趋势较为迟缓,高峰出现延迟,多数在一个时辰(2小时)达到高峰,其峰值明显高于正常值,3小时不能下降至正常水平。

随着病情的进展,2型糖尿病患者的胰岛素功能逐渐下降,基础胰岛素水平低于正常人,进餐或服糖后胰岛素水平上升迟缓,高峰出现延迟,多数在2-3小时达到高峰,其峰值明显低于正常值,3小时不能下降至正常水平。

(同仁医院供稿)

【新书推荐】

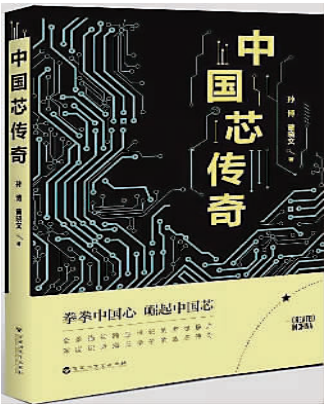
《想在书里养只猫》

内容简介:《想在书里养只猫》收入了10篇童话。《绿果儿山的秘密》讲奶奶为绿果儿山的狐狸们做糕点,孙女也很愿意继续这个工作,坚持一辈子也不觉得辛苦,甚至会觉得有一点自豪。《灯花姑娘和山妖》讲灯花姑娘“阿鼓”跳了三天三夜,熄灭之时,终于让失去小山妖的老山妖空虚忧伤的心重新开始跳动。无数灯花牺牲了自己的生命,救回了动物和人类“幼崽”……廖小琴的童话笔触柔软,充满真善美,想象天马行空,短句的运用让文字显得流畅、有节奏。



《中国芯传奇》

内容简介:《中国芯传奇》是中国首部全景展示IT精英回国创业的情感、商战长篇小说。作品主人公留美学生袁焜归国创业,在与本土企业、跨国公司中国分部的竞争中,以小搏大突出重围,创造中国式创业神话。小说情志相容,人生风月与时代风云并蓄,通过展示新世纪中国企业与世界接轨的曲折历程,抒写经济转型时期当代人情感的漂泊与回归、执着与困惑。



欧式酒店 浪漫体验

一脉相承西班牙皇家经典立面的优雅建筑
繁华都市里世外桃源, 城市度假中花园胜地



Radisson BLU

FOREST MANOR
SHANGHAI HONGQIAO
上海虹桥西郊庄园丽笙大酒店

上海市闵行区金丰路839号 邮编: 201107 电话 T: +86 21 5329 8888