

# 孕妇狂补成“糖妈妈” 住进糖尿病一日病房

昨天早上7点半,怀孕7个多月的小李和另外4名孕妇,准时来到了南京市妇幼保健院产科八区的“糖尿病一日病房”,原来小李在怀孕期间因为吃得太好,患上了妊娠期糖尿病,这不,她要在这里呆上一天,晚上7点半才能离开,中间吃5顿饭,测6次血糖、两次运动还有健康教育……

通讯员 孔晓明 现代快报记者 安莹



漫画 俞晓翔

## 一天吃十几个橙子,怀孕七个月血糖飙升

28岁的小李怀孕7个多月了,从知道怀孕的那一刻起,她就走上了“吃货”的道路,鸡汤、排骨汤、鱼汤轮番喝着,一天吃十几个橙子,晚上睡觉前还要吃顿夜宵。怀孕前小李是个骨感美女,怀孕后体重飙升,一下子胖了30多斤。产检的时候,医生发现她的空腹血糖偏高,达到了9.2,正常孕妇的血糖应该是6.7以下。

医生说,照这种情况下去,肚子里的孩子容易发生低血糖、低血钙等疾病,这下小李着急了。

昨天早上,小李7点半就“住”进了病房,开始一天的住院生活。在吃

早饭前,小李测了一次空腹血糖,然后护士就给她送来了特别为糖尿病患者定制的早餐,杂粮馒头、脱脂牛奶和鸡蛋。吃完早饭,小李拿上计步器,在医院走廊散步。到了9点半,测第二次血糖……

小李的一天时间被安排得充实又紧凑,一共测6次血糖,吃5顿量身定制的伙食,糖尿病专科护士胡桂风还为她进行糖尿病饮食、运动方案的指导。一直到晚上7点半,小李才出院。

## 市妇幼去年一年收了4000多个“糖妈妈”

胡桂风说,南京市妇幼保健院收治的妊娠糖尿病孕妇从2012年

起,以每年约1000例的速度递增,截至2014年底,去年数量已达4000多例,逼近接诊孕妇的两成。除了遗传因素和自身基因原因,剩下的都是“不会吃”而“吃坏的”。

胡桂风给出了一日标准餐量:身高165厘米左右的孕妇,每日摄入热量约为1800卡,三餐外再进行三次加餐。主食、蔬菜、蛋白质、水果都需均衡摄入,牛奶只建议喝脱脂奶。对于一些孕期完全控制不了自己食欲的孕妇,可以来医院体验一天强制标准餐。目前,糖尿病一日病房设有5张病床,收费250元左右。

胡桂风说,1月1日推出“糖尿病一日病房”后,没想到需求量很大,目前床位已经约到了1月20日。

# “桤溪舞狮”重出江湖 融入黄飞鸿南派表演套路



八只舞狮亮相,春节期间将走村串组,为居民送上文化大餐  
通讯员 高晓平 摄

快报讯(通讯员 高晓平 记者 顾元森)昨天,高淳区桤溪镇跃进村试宅里自然村举行了舞狮开光仪式,该村歇了40多年的舞狮表演重出江湖。舞狮表演在结合传统套路的基础上,从广东请来了舞狮教练,将融入黄飞鸿南派表演套路。春节前后,舞狮表演队将走街串巷,为村民表演。

昨天中午,伴随着鞭炮声和锣鼓声,舞狮表演的7只狮子在领头舞狮带领下,进行了点睛和采青等仪式,随后教练舞狮让村民观赏。今年60多岁的芮玉林说,他20来岁时参加舞狮队,但由于集体抓农业生产,舞狮表演了一年停下了,这一停就停了40多年。

芮苏明是舞狮队的负责人,他说,现在农民经济宽裕了,冬季闲

暇时间也多了,对精神生活也有了更高要求。今年村里不少人商量着要把舞狮表演再度举行,目前这八只狮子刚从广东通过物流运输到村里。就在几天前,两名广东教练也来到这里。他说,舞狮曾经是村里的传统文化,今年重新组织舞狮表演队,村里不少年轻人积极报名参加,因为有八只狮子表演,最后挑选了16名18岁到30岁的青壮年。

芮苏明说,八只舞狮表演,颜色各有不同,出场很有气势。在舞狮表演中不但容纳传统套路,而且还将广东地区舞狮套路容纳进去,更有黄飞鸿舞狮传统套路。芮苏明表示,下一步他们将在教练的指导下,将舞狮表演练习好,在今年春节期间走村串组为当地村民送上文化大餐。

## 新闻链接

### 南京“一日病房”不止一家

在南京的三甲医院中,一日病房不止一家,去年年底,东南大学附属中大医院耳鼻喉科最新推出“一日病房”服务,主要针对声带息肉、耳前瘻管、颈部小包块、咽部良性小肿瘤、鼻甲肥大等患者。

其实,类似于“一日病房”这样的服务在国外非常广泛,小毛病小手术待身体状况稳定后即可出院,不会影响治疗效果,还大大减少了患者术前检查和手术等待时间,不用排队等床位,也节约了医疗资源。

## 生活直通车 广告刊登热线:

- 搬家服务
- 疏通
- 保洁保姆
- 装潢/拆除
- 家电维修
- 电脑维修
- 老年公寓
- 防水治漏

66069071

66069072

QQ:2724050545

**双喜** 专业搬家,钢琴,单位,搬家,家具,空调,长途优,包满意。84231142

**喜顺** 正规83433888人,车多,厂、厢,长短途,全市连锁,特价。

喜庆 搬家,全市连锁。86653506

喜顺 专业 搬琴、搬家。86455277 优

**五星** 84233480, 市区150, 江北350, 长短途。

**迁福-84440546**

车大人多,搬家,单位,长途优。

**喜顺** 总公司86279827。人车多,特低

**喜顺** 鼓楼、河西。86278226 桥北,价优

河西 鼓楼,桥北。86279339 厢

**喜顺** 84441922, 专业搬家,人车多,特价。

光华门 马群,家,低。84490675

喜顺 免楼层,拆装,长途优。86050222

**金蚂蚁** 84449702正规,搬家,车多,人多,随叫随到。

**蚂蚁** 86603346, 搬家,单位,搬家,家具,空调,大件起重,长途免楼层,5米车。满意付款。

**双喜** 84375800, 正规,专业搬家,钢琴,红木,拆装,长途优,服务好。

**好运来** 专业搬家,厂,家具,空调拆装,长短途,价优。58709009

## 搬家服务

**喜顺** 总公司全市连锁。86612038价优

**喜顺** 86612038价优

**喜顺** 迈皋桥 栖霞,厢。85333308 低

**喜顺** 市区150, 江北350, 专业

**喜顺** 钢琴。84418520

**喜顺** 搬家, 全市连锁, 特价。86279888

**喜顺** 搬家, 全市连锁, 特价。86279888

**喜顺** 搬家, 全市连锁, 特价。86279888

**喜顺** 搬家, 全市连锁, 特价。86279888

**喜顺** 搬家, 全市连锁, 特价。86279888

**喜顺** 搬家, 全市连锁, 特价。86279888

**喜顺** 专业搬家, 拆装, 桥北, 河西, 鼓楼, 雨花。

86475997 长途全国

**好运来** 家, 企业搬迁, 琴, 专业拆装空调, 家具。52609868 不加价

栖霞区 尧化门、仙林、马群、家。85331216 优

栖霞 玄武, 迈皋桥。85333158 厢

益民 搬家。86222038

南京 特价搬家。85350696

江宁 厢。52159499

栖霞 仙林, 迈皋桥。85336058 厢

江宁 家。52627693

**栖霞** 迈皋桥, 仙林, 下关, 家。83136658

南湖 江北, 特价。86494881 厢

江宁 家。52146520

下关 家。58818039

下关 家。58811712 迈皋桥

下关 家。58826201

**民英** 保洁, 满意为止。52253039

## 家电维修

## 苏宁空调

空调移机50元, 安装30元, 加氟10元, 空调维修免费上门检测, 有车运, 一级资质。鼓楼、建邺86434500 白下、玄武83203987 下关、栖霞85698089 江宁、秦淮52635517

## 金陵便民服务网

(全市连锁、十分钟回复、凭回执单保修)  
空调(家用、商用)精修、移机、充氟  
专业太阳能(精修、移机、升级、置换)  
精修彩电、液晶、冰箱、微波炉、洗衣机、电脑  
热水器、灶具、油烟机(洗修)、马桶维修  
换厨卫、龙头、电路检修、防水、疏通、改道、保洁  
敲楼、玄武、白下:83372328 下关、栖霞:85525652  
江宁、秦淮、雨花:84432328 建邺、浦口:86621210

## 天宇空调

空调移机50元, 安装30元  
加氟10元, 空调维修20元  
免费上门检测, 一级资质  
鼓楼、玄武、白下:84612098 建邺、下关:86512023  
江宁、秦淮、雨花:52106571 栖霞、浦口:8666835

## 五星电器

专业空调(家用、商用)维修 移机、充氟、保养  
水电、精修:洗衣机、电视、冰箱、热水器(太阳能)、灶具、油烟机(洗、修)  
鼓楼、玄武、白下:83539891 建邺、雨花:83537912  
下关、栖霞、浦口:83537972 秦淮、江宁:83537921

**苏宁** 专业空调移机, 安装, 维修, 加氟。24小时服务热线85551477

**法制现场** 空调、冰箱、彩电、电脑、洗衣机、热水器、灶具、油烟机、水电、疏通。86311234

**五星** 空调, 移机50, 安装30, 维修20, 加氟10(鼓楼、下关、栖霞、浦口)85590353(建邺、玄武、秦淮、雨花、江宁)52380353

**五星** 空调移机50, 装30, 修20, 加氟10起。24小时热线:86623402

## 电脑维修

**忠和** 30修电脑、打印机。全市连锁。86652816

**阳光快修** 30上门修电脑。全市连锁-85575811

## 疏通

白下 通、改道、水电。84619536

秦淮 通、水电、抽粪、清洗。15261879981

全市 管道清洗、疏通、抽粪。15996239037

白下 疏通, 抽粪。84592946(低)

白下 通改、钻, 清洗(低价)。84606359

鼓楼 疏通、钻孔、水。83608129

河西 通、改、水。86403652

玄武 疏通, 水, 钻孔。83320773

江宁便民网 疏通。52106471

建邺 疏通、水电、孔。86320109

## 装潢

**如意** 专粉刷、漆、翻新。83901944

**利民** 家、店、工装、先装后付。83370882

**好邻居** 家、公、店装、免费设计、效果图。13151079983

**宜居** 家装、店装、瓦、木、水、电、漆。15850608215

**华龙** 瓦、木、水、电、漆。13851836525

## 承接工程

**泽友** 混凝土隔层, 地坪。厂房, 别墅改造。18951806588

**小王** 专业现浇, 混凝土隔层, 别墅改造、拆除。13400071465

## 保洁/保姆/点工

**家旺** 保洁、擦玻璃、打蜡、地毯。52307973

**诚心** 保洁、地毯、沙发、打蜡、石材。86530821

**家顺** 专业保洁、满意付款。52253092

**乐万家** 十年历练、保洁、油烟机、地毯、刷墙。84800608

**龙凤** 低价保洁、美缝、粉刷、地毯。85412800

**金凤** 专业低价保洁。83374873

**洪翔** 专业保洁。81689898

**凤凰** 社区、保姆、点工。86556435

**温馨** 保洁、保姆、点工。83285341

**金屋** 工程保洁洗门头。86303616

**雨乐** 专业保洁、洗地毯、打蜡、擦玻璃。15850597339