編印單位: DON-4-內 022 制定日期:98年02月01日

修訂日期:109年04月20日第8版

# 糖尿病-高血糖衛教指導



當體內缺乏足夠的胰島素時,我們所攝取的碳水化合物(醣類)就 無法被有效利用,而造成血糖過高。若胰島素分泌極少,體內的脂肪 會被分解,形成酮體,而造成"酮酸中毒"。若血糖很高(有時超過 600mg/dl)而且意識不清,但沒有出現酮體則稱為 "高血糖高滲透壓非 酮性昏迷"。

### ❖高血糖可能的原因?

- ◎合併其他疾病,如感染、中風....。
- 自行停止降低血糖藥物。
- ○飲食過量、情緒壓力。
- ◎不知道有糖尿病,或未經治療。

### ◆高血糖可能有那些症狀?

- ◎口渴、多尿、體重劇減、噁心、嘔吐、腹痛。
- ○皮膚脫水乾燥、眼睛凹陷、心跳加速。
- ◎酮酸中毒者呼吸喘、呼氣有水果味。
- 高血糖滲透壓非酮性昏迷者之呼吸則緩而深。
- ◎不同程度的神智不清。

# ◆高血糖急症時如何處理?

- ◎保暖休息、意識清醒者,若能進食無特別限制者多喝水。
- ◎馬上送醫求治,不要遲疑。

# ◆怎麼預防高血糖?

- ◎按時吃藥或注射適量的胰島素、定期監測血糖或尿糖。
- ◎遵守飲食計畫、每天運動、多選擇含水溶性纖維食物。
- ○對於高血糖的症狀,提高警覺。
- ◎按時回醫院複診,每年檢查腎功能及眼科追蹤。
- ◎自我監測血糖

#### 參考文獻:

吳吉真(2011)·改善糖尿病之後高血糖的食物及其應用·中華民國糖尿病衛教學會會訊 ·7(3) · 24-26 ·