000

認識高血糖

什麼是糖尿病?

正常情況下,身體會將體內的澱粉類食物轉變成葡萄糖,作為體內燃料,胰島素是由胰 臟製造的一種荷爾蒙,它可幫助葡萄糖進入細胞內,提供熱能。但糖尿病人因為胰臟不能製 造足夠的胰島素或胰島素的利用不良或產生胰島素拮抗,使得葡萄糖無法充分進入細胞內, 血糖濃度就會升高。

血糖

- 1. 血糖就是食物經人體消化道代謝分解後所產生的葡萄糖,作為能量的來源。
- 2. 理想的血糖值在飯前應被控制在80~120 mg/dl的範圍內。
- 3. 糖尿病病人通常會伴隨著血脂異常的症狀。

什麼人容易得到糖尿病?

- 1. 有糖尿病家族史的人
- 2. 四十歲以上的中老年人
- 3. 體型肥胖的人

糖尿病急性症狀(初期無明顯症狀,漸漸地才有)

- 1. 多喝、多尿、多吃、體重驟減。
- 2. 視力減退、手腳酸麻、疲倦虛弱、抵抗力減低。
- 3. 皮膚易受感染且不容易好,傷口癒合不良。

治療原則

- 1. 糖尿病治療初期以飲食控制、適度運動、保持正常體重為主。
- 2. 血糖如無法控制,才考慮藥物治療。
- 3. 用口服糖尿病藥物,若控制不好,才考慮胰島素注射。
- 4. 糖尿病患不只是要控制血糖, 更應積極的控制血脂肪。



藥物治療

- 1. 在飲食及運動療法均無法獲得良好控制時,才使用藥物。
- 2. 需在醫事人員的指導下用藥,不可自行更換藥物或調整劑量。
- 3. 如有服藥後引起的不適,應告知醫事人員。
- 4. 家中應有一定存量的藥物,以防範未然。
- 5. 避免服藥後未依規定時間內(15-30 分)進食引起低血糖。
- 6. 低血糖症狀往往表示飲食、運動、藥物三者不平衡,應做適當調整。

非藥物治療

- 1. 戒菸減重、規律運動、飲食治療,減少危險因子、定期作複檢。
- 2. 需要遵照醫師、藥師及營養師指導。
- 3. 保持個人衛生、愉快的心情和規律的生活。

用藥諮詢電話:08-7665995 (分機)1351

此衛教單張未包含所有的藥品資訊,若您有其他相關問題,請諮詢您的醫師或藥師!