



## 糖尿病

糖尿病是因為胰島素分泌不足或胰島素作用障礙（阻抗），使得葡萄糖無法進入細胞內被利用掉，因而引起血糖增高的疾病。

### 糖尿病的診斷標準（四者之中任一達到標準即屬糖尿病）

- 症狀（三多一少）：吃多、喝多、尿多、體重明顯減少，且隨機血漿糖值  $\geq 200$  毫克/百毫升。
- 空腹超過 8 小時，血漿糖值  $\geq 126$  毫克/百毫升。
- 口服葡萄糖（75 公克）耐量試驗：2 小時血漿糖值  $\geq 200$  毫克/百毫升。
- 糖化血色素  $\geq 6.5\%$

### 糖尿病的分類

- 第一型糖尿病：胰島素分泌不足。
- 第二型糖尿病：胰島素阻抗現象。
- 其他型：胰臟炎、藥物、內分泌疾病。
- 妊娠糖尿病：懷孕時才發現的糖尿病。

### 糖尿病的急性併發症

- 低血糖：藥量過大、飲食不足或運動過量所造成的。
- 酮酸中毒：因體內胰島素嚴重缺乏，血中葡萄糖濃度達 250 毫克/百毫升以上或更高合併酮體產生及代謝性酸中毒，會有明顯腸胃症狀及呼吸急促的現象。
- 高滲透壓高血糖症：因高血糖及脫水促使彼此的惡化，血中葡萄糖濃度常可超過 600 毫克/百毫升，合併嚴重脫水，常有意識障礙。

### 糖尿病的慢性併發症

- 視網膜病變：視力模糊、失明。
- 神經病變：四肢麻木疼痛、姿態性低血壓、胃腸無力、陽痿。

- 腎病變：微白蛋白尿、蛋白尿、水腫、高血壓、腎衰竭。
- 心血管疾病：粥狀動脈硬化，導致腦中風、心絞痛、心肌梗塞、下肢循環障礙。
- 足病變：下肢潰瘍、感染、壞死、壞疽、截肢。

### 糖尿病的治療

- 飲食：適當的熱量及完整均衡的營養素。
- 運動：每天 30分鐘 ~ 1小時強度足夠的運動。
- 藥物：口服藥物或注射藥物 ( 包括胰島素 )。
- 規律的生活型態。

### 糖尿病的治療目標

- 空腹血漿糖值：70 ~ 130毫克/百毫升。
- 飯後血漿糖值：飯後 1 ~ 2 小時，最高不超過180 毫克/百毫升。
- 糖化血色素值：低於 7 %。

---

若有任何疑問，請不吝與我們聯絡  
電話：[\(04\) 22052121](tel:(04)22052121) 分機 3229、3246  
HE-10026