

認識糖尿病

糖尿病的定義：

糖尿病是一種慢性的代謝異常疾病，主要原因是由於體內胰島素缺乏或功能不全，對糖類的利用能力減低，甚至完全無法利用而造成血糖上升。

正常人空腹血糖值：70~110 mg/dl，飯後 2 小時血糖值低於 140 mg/dl，當血糖值高於 180 mg/dl 時，尿液中會出現糖分，造成所謂的尿糖。

糖尿病的分類：

第一型糖尿病，過去稱為幼年型糖尿病。由於先天上的體質及後天受到病毒或化學藥物等的作用後，經由自體免疫機轉破壞胰島素的β細胞，造成胰臟無法分泌胰島素。

第二型糖尿病，過去稱為成人型糖尿病。由於先天上的體質，加上後天環境的因素如：肥胖、缺少運動、壓力等，導致胰島素的分泌不足及功能異常。

妊娠性糖尿病(GDM)

葡萄糖耐受性不良(IGT)

糖尿病的症狀：

主要症狀：三多一少

- 多吃、• 多喝、• 多尿、• 體重減輕

次要症狀：

- ◎ 常常泌尿道感染：常常覺得口渴
- ◎ 視力減退：常常跑廁所，並且尿量多
- ◎ 腳部酸麻、刺痛感
- ◎ 疲勞、虛弱、四肢無力
- ◎ 傷口不易癒合
- ◎ 皮膚或女性外陰部搔癢

糖尿病的高危險群

- ◎ 家族中有糖尿病人者
- ◎ 肥胖者
- ◎ 高脂血症
- ◎ 曾生過大於 4 公斤以上嬰兒的婦女
- ◎ 高血壓者
- ◎ 其他誘發因素:運動不足、身心過勞、營養失調、飲酒過量、病毒感染、或藥物造成:如服用腎上腺類固醇、利尿劑、避孕藥等

糖尿病的一般知識

- a. 糖尿病是須要終生控制的慢性疾病，目前尚無法根治，但可以將血糖控制到理想的範圍。
- b. 糖尿病是不會傳染的，但有遺傳傾向。
- c. 預防糖尿病，遺傳體質是無法改變的，只有從誘發因素下手。飲食要定時定量，保持理想體重，並從事適度的運動若為高危險群則應定期接受血糖檢查如此就可輕易預防糖尿病的發生。
- d. 糖尿病會併發許多慢性合併症，例如：視網膜病變、神經病變、腎病變、心臟血管病變…等等，但良好的血糖控制，可以延緩並減少慢性合併症的發生。
- e. 接受專科醫師的治療，不要相信偏方、密醫或任何草藥。
- f. 以最大量的口服藥無法控制血糖，或口服藥有禁忌之情形時，必需注射胰島素，不可猶豫。
- g. 只要血糖控制良好，可以做任何大小手術。
糖尿病患者，經由良好的血糖控制仍可以擁有正常的婚姻，懷孕生工作、社交活動及旅遊休閒。

105 年 03 月修訂

護理人員告訴我有關於『認識糖尿病』的資訊，我已了解。

病歷號/病人標籤：

日期：

病患(家屬)簽名：

護理人員：