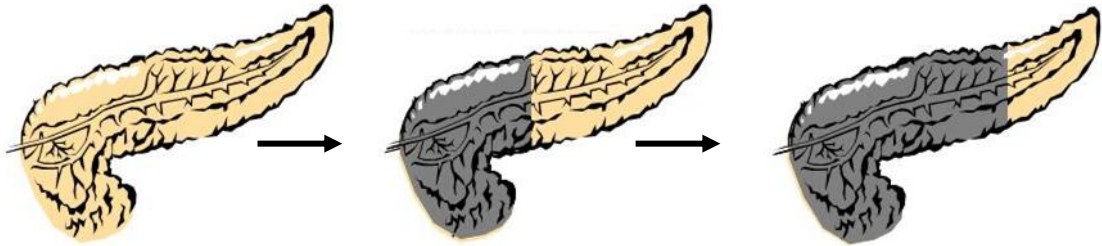


認識糖尿病之衛生教育指導

* 什麼是糖尿病？

胰島素分泌不足或作用不佳血液中血糖濃度就會升高，形成糖尿病。



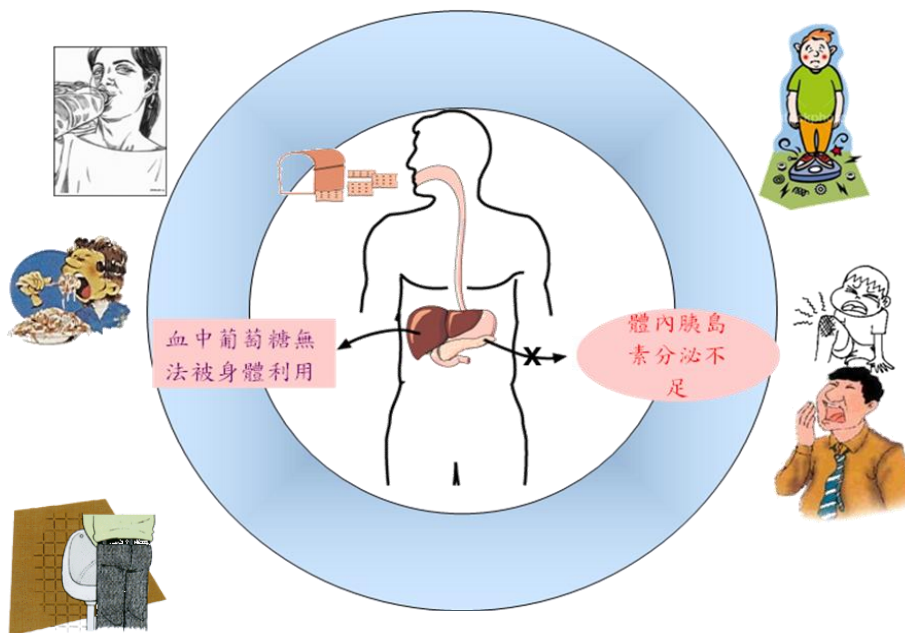
* 正常血糖值:空腹血糖:70-100毫克/分升；飯後血糖<140毫克/分升。

* 什麼人容易得糖尿病？

- 1.遺傳體質
- 2.其他:如肥胖、情緒壓力、懷孕、藥物、營養失調等，都會促使糖尿病發作。

* 糖尿病有什麼症狀？

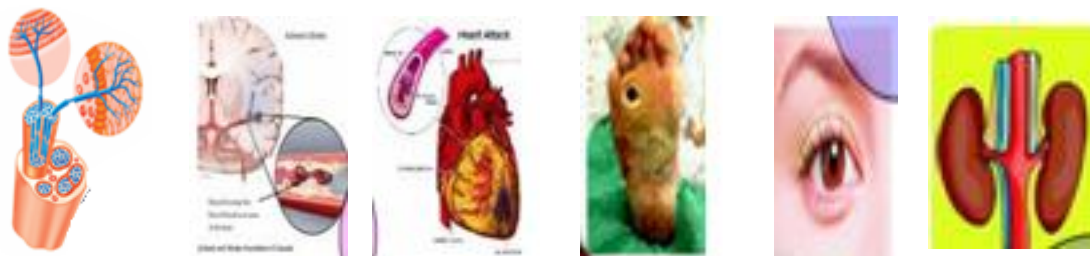
發病初期，大多數人都沒有症狀。隨病情加重有多尿、多喝、飢餓、疲勞、視力模糊、體重減輕或傷口不易癒合等症狀出現。



* 糖尿病患常見併發症？

(1)大血管病變：高血壓、心肌梗塞、腦中風、下肢及足部潰瘍。

(2)小血管病變:神經病變、腎病變、眼睛病變。



* 如何控制糖尿病?

飲食、運動和藥物三者間的互相配合，定時定量、維持理想體重，並配合規律的運動。並與醫師、護理師、營養師討論如何配合



* 治療目標:

項目	目標值
飯前血糖	< 130mg/dl
飯後血糖	< 180 mg/dl
糖化血色素	7%以下

羅東聖母醫院 糖尿病衛教室 關心您

圖片取至台灣諾和諾德 衛教檔