

糖尿病之衛生教育指導（低血糖之症候及處理）

2002/9/10 修訂（內 25）2005/2/28 修訂

2006/6/15 檢閱 2009/1/05 修訂 2011/11 修訂

什麼是低血糖？

血糖低於 50-60mg/dl 或有低血糖症狀出現時即稱之。

- ✦ 胰島素或降血糖藥過量。
- ✦ 吃了降血糖或注射胰島素後未進食。
- ✦ 運動量增加未額外補充食物。
- ✦ 肝、腎功能障礙。
- ✦ 喝酒或同時服用某些藥物。

低血糖之症狀：

- ✦ 自主神經症狀：低血糖初期會有飢餓、發抖、冒冷汗、心悸、心跳加快。
- ✦ 中樞神經症狀：嗜睡、意識不清、抽筋、昏迷。
- ✦ 非特異症狀：頭痛、頭暈、噁心、嘴唇發麻等。

低血糖的預防：

- ✦ 定食定量進食三餐及點心。
- ✦ 記住警訊。
- ✦ 勿空腹運動。
- ✦ 口服藥要按時服用勿和進食時間相隔太久。
- ✦ 胰島素注射劑量需準確，注射完半小時內應進食。

- ✦ 隨身攜帶糖果餅乾備用，並準備一張識別卡。
- ✦ 睡前血糖 $\geq 110\text{mg/dl}$ 則需吃點心。
- ✦ 有”無警覺性低血糖”患者，避免過分嚴格控制血糖。

✦ 血糖過低昏迷了旁人應做什麼?

- ✦ 不打胰島素。
- ✦ 不要強塞食物給病患。
- ✦ 維持呼吸道通暢，呼叫 119 求救。

✦ 低血糖的治療：

- ✦ 意識清醒時服用 4 至 6 顆方糖，10 至 15 分鐘後如未改善則再吃一次(或 120cc 到 180cc 果汁或一湯匙蜂蜜)。
- ✦ 意識不清醒時，由醫師給予處理。