

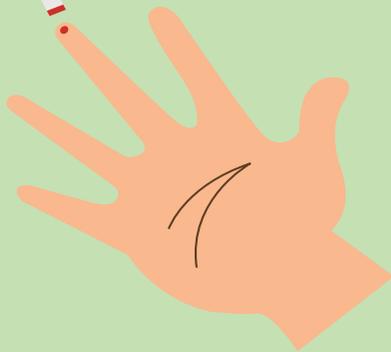
糖尿病的急性併發症-低血糖

低血糖?



=保守定義 血糖低於 70mg/dl

=或低血糖症狀



全人智慧 醫療典範
愛心 品質 創新 當責

經新陳代謝科醫師及護理專家檢視
臺中榮總醫院護理部編印

低血糖症狀

心慌慌、心悸，手抖，冒冷汗、飢餓、頭暈、注意力無法集中、嘴麻等症狀。



心悸



肚子餓



手抖

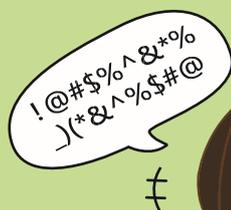


冒冷汗

行為改變 例如:脾氣變壞，暴力，多話，意識錯亂。



脾氣變壞、暴力



多話



意識錯亂

嚴重時出現昏迷、抽搐、大小便失禁，
如果沒有立即處理，會有
生命危險！



如何處理低血糖？

意識清楚的病人

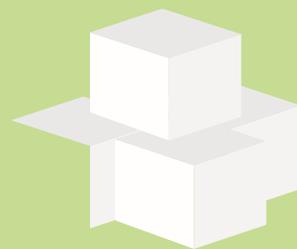
- ◎ 出現低血糖或不適症狀時，應先量測血糖，確定是否為低血糖，若無法立即量測血糖時，應當作是低血糖來處理。
- ◎ 立即服用 15 公克的含糖食物，例如：含糖飲料 120cc-150cc、或 3 包葡萄糖片（粉），或是 1 湯匙 蜂蜜或糖漿。



1 湯匙蜂蜜或糖漿



含糖飲料 120cc-150cc



葡萄糖或方糖 3~5 顆

- ◎ 約 5-10 分鐘會改善病症，如果 15 分鐘未改善，則再重複給予 1 次。
- ◎ 症狀改善後離下一餐仍有 1 個小時以上可以再補充 1 份碳水化合物。

例如：一杯牛奶或三塊蘇打餅乾



牛奶 240cc



三塊蘇打餅乾

牛 奶 240cc

意識不清及無法進食的病人

◎ 將病人的頭部側放
並將一湯匙的蜂蜜或是糖漿塗抹
患者口中，並按摩臉頰加速吸收。

◎ 可由他人協助肌肉或皮下注射
升糖素(Glucagon)



按摩臉頰



打針

倘若症狀未改善建議打 119 並儘速送醫

為什麼低血糖？

- 1.藥物使用過量！
- 2.未依照時間用餐。
- 3.突然增加運動量，未補充適量點心。

如何預防低血糖？

1. 經常量測血糖。
2. 定時定量進食。
3. 有額外運動時請補充含糖點心。
4. 生病時若有食慾不佳症狀，請多監測血糖。
5. 注射胰島素或口服降血糖用藥後要按時進食。
6. 隨身攜帶含糖食物，以備低血糖發生時服用。
7. 隨身攜帶糖尿病護照或相關聯絡資訊。



結論

一般民眾和病人都該正視低血糖問題，除了依病人情形謹慎選擇用藥外，更需要從飲食、作息層層把關。包括三餐定時定量、規律的生活作息和運動都可以積極預防血糖過大的波動，並配合醫囑才是最有效的方法。

當然糖尿病人若有低血糖發生時，記住 15 法則，吃 15 公克含糖食物，過 15 分鐘再觀察血糖變化，正確處理低血糖預防出現生命危險。

參考資料

社團法人中華民國糖尿病學會 (2018) · 2018 糖尿病臨床照護指引 · 第十四章 低血糖 · 108-110