

認識糖尿病急症高血糖

一、高血糖急症有二種

1. 糖尿病酮酸血症

血糖值常高於 300mg/dl，好發於年輕的第 1 型糖尿病病人，因胰島素分泌缺乏，導致糖分無法被身體利用，轉而利用分解體內脂肪做為熱量來源，使得體內酮體增加造成「酮酸性血症」，會造成多尿、嗜睡、呼吸深且快，且會有水果味，甚至昏迷。

2. 高血糖高滲透壓非酮酸性昏迷：

極嚴重的高血糖，血糖值常高於 600mg/dl，有時甚至超過 1000mg/dl，好發於年長病人，常伴有促發因子，例如：感染、腦中風、使用類固醇或利尿劑等藥物，使得血中滲透壓升高，引起滲透性利尿作用，呈現極度脫水且伴隨有神智改變或意識障礙等神經症狀出現。

二、造成高血糖的原因有那些？

1. 暴飲暴食，熱量攝取太多。
2. 任意停用口服降血糖藥物或胰島素。
3. 沒有規律運動習慣。
4. 進食量太多。
5. 服用類固醇藥物。
6. 情緒不穩、壓力大。
7. 不知道自己患有糖尿病，或未能適當治療。
8. 合併其他疾病，如：感冒、發燒、手術、受傷、中風、心肌梗塞、動脈栓塞、胰臟炎等。

三、高血糖可能有那些症狀？

1. 多吃、多尿、口渴、體重減輕。
2. 脫水、眼眶凹陷、視力模糊、偏盲眼球。

3. 厭食、軟弱無力。
4. 噁心、嘔吐、腹痛。
5. 心跳快速、姿勢性低血壓。
6. 神智不清、意識障礙、甚至昏迷。
7. 嚴重時導致死亡。
8. 血糖測試值升高。
9. 酮酸中毒病人呼吸急喘。
10. 呼氣有水果味（桃子味）。



四、如何預防高血糖？

1. 遵照飲食計劃、定時定量，勿暴飲暴食。
2. 攝取足夠水分。
3. 養成規律的運動習慣。
4. 按醫囑服藥或注射胰島素，不可任意停藥，且應定期量測血糖。
5. 定期監測血糖或尿糖，建議監測血糖時間為空腹及飯後一小時血糖，將血糖控制在理想範圍（飯前 80~130 毫克／百毫升，飯後 < 180 毫克／百毫升）。
6. 如有噁心、嘔吐或發燒情況時，應立即就醫治療。
7. 對於高血糖的症狀，應提高警覺。
8. 如有糖尿病家族史、本身肥胖、高血壓、高血脂或大於 40 歲，皆應定期接受糖尿病篩檢，早期發現早期治療。
9. 按時回醫院複診。

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·台北市：糖尿病學會。
- 陳芳瑜、陳涵栩 (2018)·高血糖高滲透壓狀態之臨床介紹、診斷、治療及演變·臨床醫學會刊·82 (2)，464-472。