

兒童低血糖的症狀與處置

一、什麼是低血糖

通常血糖濃度低於 70mg/dl 時，會產生一些低血糖症狀；但有些孩子的血糖由高濃度急速下降時，雖然血糖仍未過低，也可能會產生類似低血糖的症狀。

二、容易發生低血糖的情況

1. 運動過度激烈，卻未適當補充醣類食物。
2. 服藥後未進食或醣類食物吃的太少或延遲用餐。
3. 胰島素或口服抗糖尿病藥物過量。
4. 造成低血糖危險因子，如：低血糖不自覺、長期糖尿病病史、愛迪生氏病、乳糜瀉、甲狀腺功能低下。



低血糖 常見的症狀

Health Sync



三、發生低血糖時，會有什麼症狀？

1. 發生低血糖症狀會出現：臉色蒼白、冒冷汗、多汗、不安、嘔吐、發抖、抽搐等情形。
2. 若未立刻服用含糖食品（如：果汁、糖果）時，會有頭痛、混亂感、嗜睡、行為改變、重疊視覺、癲癇或痙攣、失去意識甚至昏迷。

四、發生低血糖時，怎麼辦？

1. 若孩子意識清楚，應立刻進食含 5~15 公克之含糖食物，如：葡萄糖包（5~15 克）或含糖飲料（50~150c.c.）或 1~3 顆方糖。待 10~15 分鐘後測量血糖。若血糖仍未上升且症狀未改善，可再吃一次，若低血糖症狀未改善，則應立刻送醫治療。
2. 若孩子已昏迷或半昏迷無法合作，家屬可以：
 - (1) 肌肉或皮下注射升糖素（體重 20kg 以下 0.5 公克、20kg 以上 1 公克），並立刻送醫治療。

兒童低血糖的症狀與處置

(2) 若無升糖素，先將孩子的頭側放，立即使用 1~3 包 (5~15 克) 葡萄糖粉，倒入或抹於口腔、嘴唇內側，按摩臉頰以助吸收，並監測血糖，可重覆處置至血糖上升 $>70\text{mg/dl}$ ，並立刻送醫治療；切勿強迫餵食任何液體或固體食物。

五、如何預防低血糖？

1. 依照醫師指示的劑量注射胰島素、口服藥，並於用藥後 30 分鐘內進食。
2. 若從事劇烈運動，盡量勿空腹，須先吃些點心，如：半片吐司 (25 公克) 或一份水果。
3. 不可空腹運動，也不因太疲倦睡覺而延誤進食時間太久。
4. 外出時應隨身攜帶方糖、糖果、餅乾等，以備不時之需。
5. 隨身攜帶糖尿病護照，並詳實記載聯絡方法（醫院、家人之電話），以防萬一發生低血糖昏迷時，可爭取急救時間。
6. 遵從糖尿病飲食原則，三餐應定時定量。

參考資料

- 林元淑、許玉雲、楊寶圓、張綺紋 (2023) · 兒童內分泌系統疾病及其護理 · 於陳月枝總校閱，實用兒科護理基礎觀點 (一版，641-655) · 華杏。
- 宏恩醫療財團法人宏恩綜合醫院 (2019, 12 月 1 日) · 低血糖的預防與處理方式 · <https://www.country.org.tw/%E8%A1%9B%E6%95%99%E5%9C%92%E5%9C%B0%E8%A1%9B%E6%95%99%E5%96%AE%E5%BC%B5/539>
- 羅福松 (2020) · 第一形糖尿病發生低血糖頻率、原因，危險因素及處置，台灣醫學，24(3)，280-288。