

糖尿病急症低血糖

血糖值低於 70mg/dl 時，即可稱為低血糖；若低於 40mg/dl 為嚴重低血糖；若病人長期低血糖會影響大腦功能，發生失智機會也會增加，嚴重者甚至死亡。

一、什麼情況容易發生低血糖？

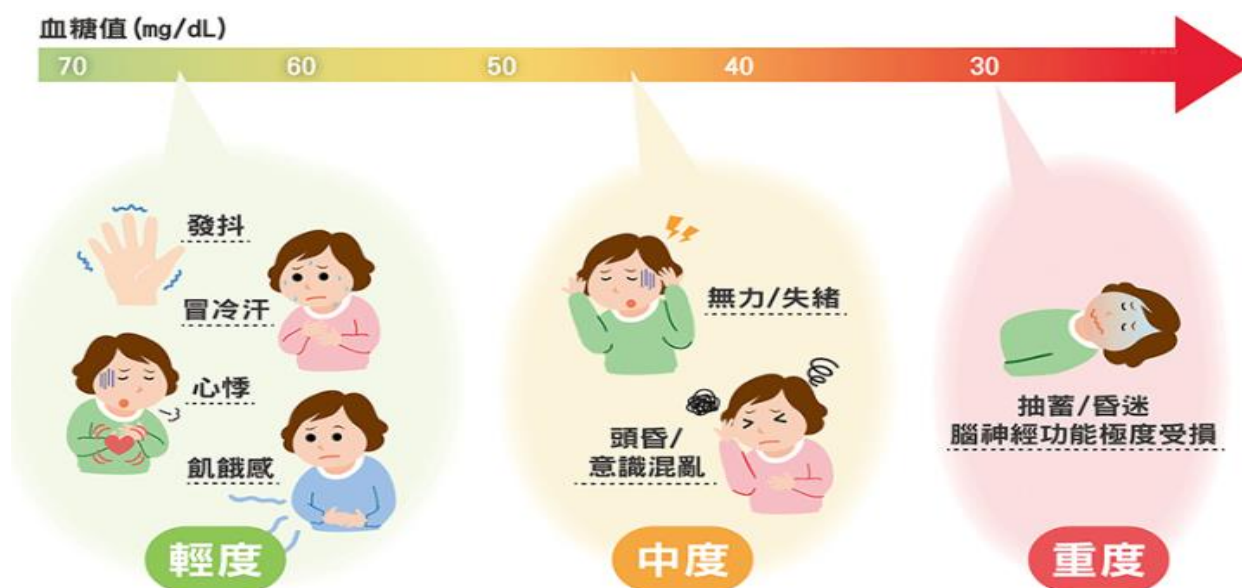
注射過量的胰島素或服用過量的降血糖藥物	進食量少、空腹>12 小時、使用降血糖藥物後延遲進食
	
肝（腎）功能退、酗酒	空腹運動、運動後未補充糖分
	

圖片來自 <https://nakanohashi.jp/hypoglycemia.html>

二、低血糖有哪些症狀？

糖尿病多年或已有神經病變，可能無明顯低血糖症狀，因此需經常監測血糖值，避免嚴重低血糖而導致昏迷。血糖輕度下降時會刺激交感神經系統釋出腎上腺素，造成蒼白、不安、躁動、出汗、心跳過快和心悸等症狀（如圖一）。

糖尿病急症低血糖



圖一 圖片源自：<https://heho.com.tw/archives/9972>

三、低血糖時該如何處理

1. 意識清醒時

- (1) 立刻口服 15~20 公克可快速被吸收的醣類，例如：3~4 顆方糖、120~180ml 果汁、蘇打汽水、3~4 匙糖或蜂蜜，或是一顆硬的糖果。
- (2) 若症狀仍持續超過 10~15 分鐘，可再次口服 10~15 公克的醣類。



圖片來自 <https://dmtalks.com.tw/content/2083>

- (3) 15 分鐘後測試血糖看是否恢復正常；若離下一餐還有一小時以上，再補充一份含醣食物，如：一杯牛奶、一片土司或餅乾等。

2. 意識不清時：請勿灌食任何液體避免吸入性肺炎，將葡萄糖糊（裝在小管子內）擠在舌下並立即送醫。

糖尿病急症低血糖

四、預防低血糖發生

1.自我監測血糖、了解造成低血糖的原因並適時處理。

(1)低血糖易發生在兩餐之間、睡前、從事劇烈活動或運動之前及中間時段、胰島素藥物作用高峰期。

2.對低血糖的症狀提高警覺。

3.依照醫師指示規律服用藥物或注射胰島素，且於使用後按時進食。

4.定量進食三餐及點心。

5.每天規律運動，運動前須先吃些點心。

6.外出時隨身攜帶方糖、糖果及餅乾等，低血糖時食用。

7.按時回醫院複診。

8.教導家屬注意個案有無低血糖症狀，出現異狀立刻測量血糖，如反覆發生者請提早回診。



參考資料

胡月娟(2018)・內分泌系統疾病之護理・於馮容芬等編著，成人內外科護理學(七版，730-766頁)・華杏。

社團法人中華民國糖尿病學會(2018)・2018糖尿病臨床照護指引・糖尿病學會。

裴駟(2020)・第二型糖尿病發生低血糖原因，危險因素及處置・台灣醫學，24(3)，289-293。

社團法人中華民國糖尿病學會(2022)・2022第1型糖尿病臨床照護指引・社團法人中華民國糖尿病學會。

社團法人中華民國糖尿病學會(2022)・2022第2型糖尿病臨床照護指引・社團法人中華民國糖尿病學會。