

認識糖尿病 慢性併發症



衛生福利部屏東醫院

地址：屏東市自由路 270 號

電話：(08) 7363011

<http://www.pntn.mohw.gov.tw>

一、糖尿病慢性併發症：

糖尿病人血糖若沒控制好，血液中的糖份過高，就像器官泡在糖水裡，容易產生急、慢性併發症；發病早期症狀不明顯，但隨著時間及疾病的進展，無論大、小血管及神經系統，都可能因為血糖長期控制不良，逐漸發生相關病變。一旦發生慢性併發症，對健康的影響，常常是無法恢復的。

二、糖尿病慢性併發症有哪些？

1. 大血管病變：腦部、心臟、足部等大動脈的硬化，可能會造成腦中風、心肌梗塞、糖尿病足的病變。
2. 小血管病變：
 - (1)眼睛病變：常見有白內障、視網膜病變、黃斑部病變、青光眼，嚴重時甚至會導致失明。
 - (2)腎臟病變：常見症狀有蛋白尿、血壓上升、慢性腎衰竭、嚴重時引起尿毒症，需要透析治療(洗腎)。

3. 神經病變：包括自主神經病變及週邊神經病變，會影響系統如下：

- (1)泌尿生殖系統—性功能障礙、頻尿、神經性膀胱。
- (2)消化道系統—便秘、腹瀉、腹脹、胃輕癱(胃排空延遲)。
- (3)心臟血管系統—心悸、心搏遲緩、姿勢性低血壓。

三、如何預防及延緩糖尿病慢性併發症的發生？

1. 控制血糖，可預防慢性併發症產生。
2. 依醫師指示按時服用抗糖尿病藥物或注射胰島素。
3. 依營養師建議，遵守糖尿病飲食原則。
4. 養成規律運動的習慣，建議每週至少三次以上，每次運動至少 30 分鐘以上，每週總運動加起來需 150 分鐘。
5. 定期監測血糖達到良好的血糖控制目標。

衛生福利部屏東醫院—「屏醫衛編碼 NO. 231：認識糖尿病慢性併發症」護理指導

給予病人護理指導單張。 可說出護理指導內容 1~2 項。 可說出護理指導內容 2 項以上。

指導人員：_____，說明日期：_____年_____月_____日，病人或家屬：_____，關係：_____

四、血糖正常值：

項目/血糖值	正常人血糖值	糖尿病病人應控制目標值
空腹血糖	70~100mg/dl	80~130mg/dl
飯後 2 小時 (吃第一口飯開始計算)	<140mg/dl	<180mg/dl
晚上睡前	<120mg/dl	110~150mg/dl
糖化血色素	<6.0%	<7.0%

制定日期：102 年 06 月

修訂日期：106 年 08 月(3)

審閱日期：112 年 05 月