

臺北榮民總醫院蘇澳分院

高血糖之照護

111.5制訂



臺北榮總蘇澳分院關心您

門診諮詢電話：

03-9905106轉6100或6150



一、什麼是高血糖？

成年人糖尿病血糖控制目標：空腹血糖為80-130mg/dl；飯後兩小時血糖為180mg/dl以下，當血糖大於控制目標時，稱之為高血糖。

高血糖若未適當處理可能演變成高血糖急症，會危及生命，或是慢性合併症，影響生活品質。



二、高血糖的原因有哪些？

1. 沒有依照時間吃降血糖藥物或注射胰島素。
2. 自行停藥或減少藥物劑量。
3. 飲食過量。
4. 感冒、感染、發炎、手術外傷、心臟病發或中風等。
5. 長期或突然遭受到壓力造成情緒不穩定，如家庭紛爭、學業問題等。
6. 不知道自己患有糖尿病，或者知道自己患有糖尿病但沒有接受治療。



三、高血糖有那些症狀？

1. 三多症狀：吃多、喝多、尿多。
2. 嘔吐、噁心、腹痛、厭食、食慾下降、體重下降。

3. 虛弱、疲勞、視力模糊、頭痛。
4. 皮膚脫水乾燥、眼眶凹陷。
5. 「高血糖急症」症狀：
 - (1) 糖尿病酮酸中毒症狀：呼吸喘、呼氣有水果味。
 - (2) 高血糖高滲透壓狀況的症狀：呼吸緩而深、意識不清、昏迷。

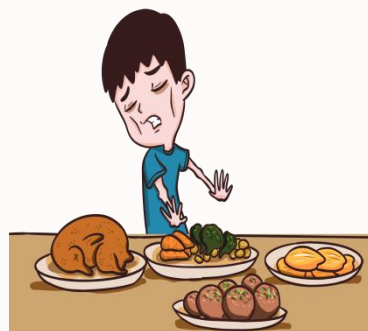
有上述症狀者並不一定就是高血糖，若您有上述症狀，請至新陳代謝科門診就醫。



嘔吐



腹痛



厭食



疲勞



視力模糊



頭痛



四、照護原則：



1. 監控血糖：

- (1) 遵從醫師指示服用降血糖藥物或注射胰島素，不可任意停藥。
- (2) 依照醫師建議的頻率測量血糖並記錄。
- (3) 若經治療後，血糖仍持續升高，請儘速就醫。

2. 飲食控制：依營養師的建議控制飲食。

3. 規律運動：

- (1) 養成規律運動的習慣。
- (2) 空腹血糖超過250mg/dl時則不建議運動，因此時體內胰島素不夠，運動會讓身體分解蛋白質及脂肪以供應能量，反而易導致高血糖酮酸中毒情形發生。

4. 定期追蹤：依醫生安排門診追蹤糖化血色素、腎功能及眼科檢查。

5. 注意危象：如果高血糖沒有產生噁心嘔吐或昏迷時，可以喝開水，避免脫水，若出現急症症狀，如脫水、呼吸喘、發燒或意識改變等，應立即就醫。