

低血糖之症候及處理

■ 何謂低血糖？

血糖低於 70mg/dl 或有低血糖症狀出現時即稱之。

■ 低血糖之症狀：

1. 自主神經症狀：低血糖初期會有飢餓、手腳發抖、冒冷汗、心悸、心跳加快、全身無力、焦躁不安。
2. 中樞神經症狀：嗜睡、意識不清、抽筋、昏迷、視力模糊、複視。
3. 非特異症狀：頭痛、頭暈、噁心、嘴唇發麻等。

■ 低血糖的預防：

1. 記住警訊。
2. 定食定量進食三餐及點心，勿空腹運動。
3. 口服藥要按時服用勿和進食時間相隔太久。
4. 胰島素注射劑量需準確，注射完半小時內應進食。
5. 隨身攜帶方糖或代用糖片，以備全身無力、冒冷汗、低血糖發生時服用。
6. 當發生低血糖後，應了解自己的警訊徵兆，即早處理避免低血糖再次發生。
7. 經常測量血糖，隨時攜帶識別卡，以便在外發生警訊徵兆，能適當處理。

■ 低血糖的處理：

1. 意識清醒時服用：立即進食含 15 公克易吸收之糖份的食品，例如：含糖飲料（120-150 毫升）或 3 顆方糖或一湯匙蜂蜜；10 至 15 分鐘後如症狀未改善則再吃一次（當不適的症狀消失後，盡量進食正餐或點心以防血糖下降，若未改善應立即送醫求治）。
2. 意識不清醒時，勿進食，應立即送醫求治。

醫院總機：(049) 2624266 諮詢分機 ()

~~竹山秀傳醫院關心您~~ 護理部(衛 M-54)