



低血糖之護理指導

一、低血糖的症狀

暈眩、冒汗、心悸、飢餓、焦慮、意識不清、昏迷、虛弱、注意力不集中、頭暈、口齒不清、視力模糊。

二、低血糖的原因

胰島素注射過多、飲酒、運動過量、飲食過少、甲狀腺功能低下等。

三、緊急處理：

- (1) 意識清醒時可給予吞食方糖二塊或甜飲料半杯(如果汁或可樂)、葡萄糖粉，並測量血糖。
- (2) 意識不清時勿餵食、維持呼吸道通暢，並立即送醫。

四、預防措施

- (1) 應經常自我監測血糖(正常空腹血糖值 70-100 mg/dl、飯後血糖低於 140 mg/dl)、訂定適當的運動計劃及規律的飲食控制，記住低血糖症狀。
- (2) 定時定量進食三餐。
- (3) 服用口服降血糖藥物或注射胰島素之後勿延後進食。
- (4) 應隨身攜帶方糖、糖果或巧克力糖。
- (5) 應隨身攜帶糖尿病識別卡。
- (6) 生病時如拉肚子、食慾差、胃口不太好，食物攝取不足，當日暫以運動飲料、含糖飲料、牛奶等流質食物替代外，最好密切監測血糖。
- (7) 避免空腹時做激烈運動。
- (8) 運動前後監測血糖、補充糖類

祝您早日康復

※急診諮詢電話：04-22033178 轉 525059

國軍臺中總醫院中清分院 急診室 關心您