

低血糖症

Low Blood Sugar (Hypoglycemia)

- 成因:**
- 注射过量胰岛素
 - 服食过多糖尿丸
 - 食物摄入量不足
 - 少吃一餐或饮食不定时
 - 运动过量但摄食不足
 - 过量饮酒

- 症状:**
- 饥饿
 - 发抖及虚弱
 - 出汗
 - 头痛
 - 神志昏乱
 - 心跳快促
 - 晕眩

高血糖症

High Blood Sugar (Hyperglycemia)

- 胰岛素不足
- 摄入过量食物
- 生病
- 精神压力
- 摄水量不足

- 常感飢餓
- 长期口渴
- 小便频繁
- 皮肤痕癢
- 疲惫
- 体重下降
- 视物不清
- 足部有刺痛或麻木感
- 伤口癒合缓慢



* 低血糖：血糖度数少于 70mg/dl

有些病患者可能在血糖度数高于 70mg/dl 时，也会有低血糖的症状反应。
可能的话，在接受治疗之前最好用血糖测试机检验血糖的度数

服食葡萄糖片劑:

- (3 至 4 片) 或胶 (Glucose tablets or gel)，或硬糖，又或饮约 4 安士的果汁或普通汽水。等候 15 分钟，并重新检查你的血糖。如果血糖仍然是低，或你的症状没有消失，需重复治疗。当你感觉好些时，进食一些食物如面包、饼干、饭或水果。
- 若病者已昏迷，不应给与食物或饮料。应请家中受过训练的亲人给您注射 (Glucagon) 针以促进肝脏释放葡萄糖。
- 如情形依然无改善，即与医生联系或打 911 求救。
- 服食医生开的糖尿丸或注射胰岛素针
- 遵从糖尿病饮食规则
- 控制体重
- 运动
- 若血糖指数经常超过 300mg/dl，请马上与你的医生联络