



## 糖尿病簡介

# 什麼是糖尿病？

◎大南屯布藍尼社區醫療群 / 葉晉榮診所院長 葉晉榮醫師

**糖**尿病是一種新陳代謝障礙所引起的疾病，病人無法有效利用血液裡的葡萄糖，而造成血糖過高，甚至尿中有糖的現象，而且也會影響到蛋白質和脂質的代謝障礙，因而有糖尿病種種症狀出現。

糖尿病的主要症狀則有三多：吃多、喝多、尿多。其他症狀則有：體重減輕、容易疲勞、皮膚及性器官發癢、傷口無法癒合、視覺模糊、手腳酸麻等。

### ◎血糖值多少才算正常？

	正常	較高	過高
空腹血糖值	80~120	<140	>140
飯後2小時	<140	<200	>200

### ◎那些人容易得糖尿病？

- 近親是糖尿病患者
- 肥胖體型的人
- 中老年人
- 缺乏運動者

### ◎糖尿病的慢性併發症：

#### 一、糖尿病性視網膜病變：


失明的主要原因是視網膜病變，白內障及出血性青光眼等。視網膜大片毛細血管閉塞招致新生血管的出現。新生血管向玻璃體內出血，血液不能被吸收而形成機化膜。反覆出血，大片出血，則機化物增生。玻璃體—視網膜纖維化，導致繼發性視網膜剝離，或出血性青光眼，雙眼失明。

因此，嚴格代謝控制，努力使空腹血糖及飯後血糖均接近正常水平，是防治視網膜病變的基本措施。所以，糖尿病人應定期進行眼科檢查。

#### 二、糖尿病性腎病：

糖尿病腎病的組織學特徵是：糖代謝紊亂所致的腎小球硬化，小動脈玻璃樣變，腎間質纖維化以及腎小管萎縮。而臨床上特徵是持續蛋白尿，腎小球濾過率下降及血壓升高。持續蛋白尿，係指在不存在尿系感染、心功能不全、顯著高血壓及癱瘓等情況下，24小時尿蛋白排出量超過500mg，連續兩次以上。





糖尿病腎病的發展可分為五期：

- I. 糖尿病初期。
- II. 糖尿病病程往往超過5年。
- III. 早期腎病期。
- IV. 臨床腎病期。
- V. 尿毒症期。

所以，腎病的防治須注意：

- A. 控制血糖。
- B. 糖尿病、腎病的定期檢查。
- C. 抗高血壓。
- D. 減少蛋白的攝取量。
- E. 透析與移植：糖尿病、腎病、尿毒症，血漿肌酐8毫克/分升以上應進行透析治療，以腹膜透析為首選。

### 三、糖尿病性神經病變：

臨床表現是多種多樣的，以周圍神經病變最為多見。

- A. 感覺神經病變：肢端麻木、感覺異常、痛覺過敏或痛覺喪失。
- B. 運動神經病變：肌無力、肌萎縮。
- C. 顱神經病變：第III、IV、VI對顱神經病變，發生眼肌麻痺、斜視；一般經過8-12星期可以緩解。
- D. 植物神經病變：或稱自主神經病變，影響心血管、胃腸及泌尿等系統的功能。

### 四、糖尿病性心臟病：

- A. 促使冠心病的發生：高脂蛋白血症及高血壓是兩個主要的危險因素。
- B. 糖尿病性心肌病：臨床表現為心動過速、心力衰竭、猝死或心肌梗塞。
- C. 自主神經病變：糖尿病性自主神經病變主要影響心跳與血管舒縮。控制血糖，攝入低熱量膳食，減少肥胖，適當體力活動均為基本措施。

### 五、糖尿病足：

糖尿病的神經病變、下肢血管病變及細菌感染諸因素導致足部疼痛、足部潰瘍及肢端壞疽等病變，統稱為糖尿病足。下肢血管病變造成缺血、缺氧，走路時因足痛而表現為間歇性跛行，夜間臥床後下肢缺血加重，疼痛更顯著。嚴重缺血者發生壞疽，由足趾逐漸向上發展。壞疽呈黑色，壞死組織中易發生細菌感染，乃至敗血症。

糖尿病足的預防極為重要。應做到平時保持雙足乾淨、乾燥，定期到醫院做檢查，發現足部病變及時處理。

### 六、糖尿病昏迷：

胰島素依賴型患者再發生昏迷狀態初期，通常噁心、腹痛等消化器官的症狀。當胰島素功能低落時，不管血液中的葡萄糖有多高，依然無法進入細胞為細胞所用，細胞無法活動必須將身體所儲存的脂肪分解成脂肪酸，以補充細胞所須的熱量，這時便會產生酮體這種物質。酮體增加的時候，血液會變成酸性，嚴重時會演變成酮病。當血液呈酸性化狀態，血液中的氧氣會缺乏，腦細胞得不到充足的氧氣，便會使人意志愈來愈模糊，最後陷入昏迷狀態。另外，因糖尿病引起的急性昏迷狀態，可分高血糖性昏迷與低血糖性昏迷。

### 七、其他：

糖尿病會使身體免疫力降低，提供細菌和病毒活躍的空間。所以，變得很容易感冒，而且一感冒就很難痊癒，如果病情愈來愈嚴重，就不難併發肺炎或肺結核。另外，尿道發生感染時，也會導致腎盂炎的發生。還要注意皮膚炎及牙周病的發生，才能妥善控制病情。

#### 醫師簡介

#### 葉晉榮 醫師

大南屯布藍尼社區醫療群／葉晉榮診所院長

