

低血糖 怎麼辦

文 / 李銘嘉 臺北慈濟醫院藥學部臨床藥師

Q：藥師您好，我媽媽有糖尿病，醫師請她打胰島素，打這個藥物是不是會有低血糖啊？聽說低血糖會昏迷，請問還會有甚麼症狀？我該怎麼預防和處理低血糖呢？

A：糖尿病病人經常會需要使用口服降血糖藥，或施打胰島素來控制血糖，以避免一些高血糖所導致的併發症，如：慢性腎衰竭、神經病變或視網膜病變等。但藥品往往是一體兩面，可以治療疾病，但也可能產生副作用，而糖尿病用藥常見的副作用就是低血糖。

飢餓發抖冒冷汗 低血糖昏迷速就醫

一般常見的低血糖的症狀包括：起初會有飢餓、發抖、冒冷汗、心跳加快等症狀，若不立即處理，可能導致病人嗜睡、意識不清、抽筋及昏迷。本身為糖尿病病人或家中有糖尿病病人正在使用降血糖藥物時，請隨時注意是否出現上述的症狀，若有請立即進行低血糖的處理，如服用含糖食品或使用昇糖素。

低血糖的處理並不困難，若病人意識尚清楚，可立刻喝半杯的果汁、可樂或汽水，或兩塊方糖，每十分鐘一次，直到症狀改善為止，如果經過二十分鐘症狀仍沒有改善，則須立即送醫。症狀改善後，可考慮吃點牛奶、土司或餅乾等，提升身體中的血糖濃度。

若病人不合作或昏迷時，家屬可將糖漿滴入臉頰與牙齦之間，每十分鐘一次，並呼叫一一九救援，切記不可強塞食物，以維持呼吸道暢通。若家中或身上備有昇糖素，也可考慮給病人注射，約十五分鐘後會甦醒，醒來後給予麵包或餅乾。若仍未醒，請立即就醫。

隨身攜帶糖果餅乾 服用藥物遵醫囑

其實很重要的一點就是要遵從醫師的指示，正確使用口服降血糖藥物與注射胰島素，若病人服藥遵從性不佳，不小心服用或施打過量的降血糖藥物，就可能導致低血糖。另外飯前注射胰島素或口服降血糖藥物，請於十五至三十分鐘內進食，並且依照糖尿病飲食原則，三餐定時定量，如果忘記用餐，身體缺乏糖份的補充，也會造成低血糖。

有些病人容易在夜間睡眠時發生低血糖，建議病人可在睡前食用點心與驗血糖，白天活動量增加時，也應特別注意夜間低血糖的發生。如果曾經發生夜間低血糖的情況，就醫時務必告訴醫師，做為調整劑量參考。

最後提醒糖尿病患者及家人，應隨身攜帶方糖、糖果、餅乾、果汁等，萬一發生低血糖可以立即食用，且隨身攜帶糖尿病識別卡或糖尿病護照(聯絡人姓名、聯絡電話、就診醫院)，萬一發生低血糖昏迷時，可爭取急救時間。除此之外，由於每個人的低血糖症狀表現不一樣，發生低血糖時，應記住症狀與反應，並檢討發生原因，預防再次發生低血糖，不單單是病人本身，糖尿病友的家人與朋友，也應該了解低血糖的預防與處理，才能避免遺憾發生。👤