



## 壹、糖尿病定義

主要是體內的胰島素分泌缺乏或不足，或作用不良，引起醣類、蛋白質和脂肪等營養素的代謝異常，造成血中葡萄糖過多，就經由腎臟，隨著尿液排出體外，造成尿中出現糖份的現象，即我們所謂的「糖尿」。

## 貳、中醫的觀點

- 一、屬中醫”消渴”的範疇
- 二、因多食肥甘厚味或情志失調肝氣內鬱生熱化燥；灼傷陰液、肺陰傷則多飲而煩渴；胃陰傷則多實而消瘦；腎陰傷則多尿而頻
- 三、根本原因則在於腎陰不足
- 四、在治療上以養陰清熱益氣為大法

## 參、診斷

- 一、正常成年人血糖值：空腹血糖為 73-99mg/dl
- 二、飯後二小時應小於 140mg/dl
- 三、當有兩次的空腹血糖值高於 126 mg/dl、或不論空腹與否，其血糖值高於 200 mg/dl，即為糖尿病的診斷標準

## 肆、症狀

- 一、主要症狀：吃多、喝多、尿多
- 二、次要症狀：體重減輕、容易疲倦、皮膚搔癢、容易泌尿道感染  
傷口不易癒合、腳部酸麻、刺痛視力減退

## 伍、居家照護

### 一、足部護理

- ☯每天仔細檢查雙腳包括指甲、趾間、足底
- ☯每天清洗雙腳、保持腳部乾爽，必要時使用乳液酌予潤滑皮膚
- ☯穿乾淨容易吸汗的棉襪
- ☯準備兩雙以上舒適合腳的鞋子（鞋頭寬高、鞋墊柔軟）交替換穿

## 二、足部照護

- ☯不要赤腳走路
- ☯趾甲修剪直線型，勿傷及皮膚，勿用尖銳剪刀容易導致受傷出血
- ☯勿用刀片割或用強烈藥水、酒精塗抹雞眼、硬繭或傷口
- ☯坐時雙腿勿交叉，以免壓迫血液循環

## 三、身體清潔照護

- ☯選擇軟毛牙刷、注意口腔衛生定期牙齒健康檢查
- ☯皮膚搔癢時勿用尖指甲抓，保持皮膚清潔乾燥，並使用中肥皂，皮膚有外傷感染時應就醫不任意用藥
- ☯女性病人如廁後應保持會陰部清潔

## 四、注意事項

- ☯隨身攜帶糖及糖尿病識別卡
- ☯自測血糖者，需注意試紙勿過期並記錄於血糖記錄本
- ☯遵守飲食及運動原則
- ☯嚴格遵守醫師藥物處方，特別注意使用劑量、藥物保存及按時服藥
- ☯謹記高低血糖之症狀及處理方法
- ☯隨時注意自身之傷口，若有感染症狀應就醫

## 陸、本院住址及諮詢電話

### 臺北市立聯合醫院林森院區

地址：臺北市中山區林森北路 530 號

電話：02-25916681

### 臺北市立聯合醫院中醫門診中心

地址：臺北市萬華區昆明街 100 號

電話：02-23887088