

糖尿病用藥安全 衛教須知

一、注意藥品服用時間：要清楚那一顆是降血糖藥物，先確認藥品一日吃幾次？一次吃幾顆？何時使用？糖尿病藥物服藥過量容易造成低血糖。按時服用藥物，因為藥物的作用機轉不同，因此藥物要吃對時間才有效，使用磺醯尿素類（sulfonylurea）、美格替耐類（Meglitinide）等降血糖藥物要特別注意其低血糖副作用的發生，以飯前 30 分鐘服用效果佳；雙胍類藥物建議於餐後立即服用，以減少腸胃道不適；阿爾發葡萄糖醣抑制劑的最佳服用時機則是與碳水化合物同時服用。如擔心忘記吃藥，則可將血糖藥改為隨餐吃。

二、生活型態的配合：建議在家進行血糖監測，且可將所測得血糖值提供給醫師參考，以作為調整藥物及飲食的依據。運動規律及飲食均衡，配搭定時的血糖監測，可以協助達到良好的血糖控制目標。避免血糖忽高忽低，預防併發症的發生。

三、生病仍需按時服藥：遵照醫師指示，不可任意增加或減少劑量，以避免低血糖的發生。生病時體內賀爾蒙調節因素，血糖會比平時還來得更高些，降血糖藥物不需自行停止使用。如有傷口時，請妥善照護傷口，以減少感染的發生。如有嚴重燒傷，重大開刀及重度感染時，應暫時改打胰島素。

四、忘記服藥時怎麼辦？若用藥的時間已與正餐時間間隔一小時，則不建議補吃。若已經快接近下次使用藥品時間，則依照原時間使用，千萬不可補服雙倍劑量。

五、忘記用餐怎麼辦？若使用藥品治療期間也忘記用餐，發生低血糖的風險也會增加，不論何時想起，就應盡快用餐。

六、糖尿病病人請隨身攜帶急救糖：發生低血糖時(自我血糖監測為 $\leq 70\text{mg/dl}$ 以下)，不適症狀如飢餓、發抖、冒冷汗、心跳加快、無力、頭暈、嘴唇麻等症狀，應立即使用流質性含糖飲品、果汁或 3 顆糖果，若已 2 次低血糖處置皆無法緩解不適，必要時仍須送醫救治。

七、定期追蹤：每半年檢查一次肝、腎功能、以及視力檢查等。當目前降血糖藥物無法有效控制血糖時，應依醫師建議添加藥物或更變處方，甚至開始施打胰島素。

八、口服降血糖藥物的副作用包括：1. 胃腸不適：噁心、嘔吐、食慾不振、脹氣、腹瀉等。2. 皮膚發癢、紅疹。3. 低血糖。4. 肝功能異常、黃疸等問題。5. 偶而有水腫現象。6. 泌尿生殖道感染(排糖藥)。