

現正接收新症 為你及您的家人提供複合式的醫療服務

糖尿病的危險併發症

資料來源：安保診所

近年糖尿病患者有年輕化的趨勢，糖尿病不再是中年人或老年人的專有病症。

安保診所的執業護理師羅灼輝表示：「糖尿病危險的地方在於它的併發症。糖尿病併發症有分急性與慢性。急性併發症會令病人突然間感到非常不適，身體來不及作出反應調節，嚴重的更會引致病人昏迷。這些急性症候跟血糖值有直接關係，包括：酮酸中毒（多發生在一型糖尿病患者身上），高血糖高滲透非酮性綜合症（通常跟體內胰島素不足和脫水有關）；低血糖症（服用過多糖尿病藥物或注射過量胰島素；或體內糖份過低引起）。以上症候都能令身體急速衰竭，如不及時治療可引致昏迷甚至死亡。」

慢性併發症包括由糖尿病引起的血管，組織及器官變化，血糖長期過高會令血管變厚及硬化，併發其他健康問題，包括心血管疾病，腦血管疾病，視網膜病變，甚至能引致失明。

病理學的改变亦会引起糖尿病腎病變或腎衰竭。糖尿病是腎衰竭的头号元兇，占著 40 至 50% 的比重，亦是导致一型糖尿病患者死亡的主要原因。



糖尿病亦能損害外周神經系統（手和腳），令神經感應變得遲緩，從而可引致失去觸覺或長期感到痛楚。另一慢性併發症是不舉，亦是由於糖尿病影響了神經系統加上血管疾病引起的。

谁会有 2 型糖尿病的风险？

风险因素包括：

- ✚ 有家史：例如父母，兄弟，或妹妹患有糖尿病
- ✚ 種族：例如原住民，西班牙裔，南亞裔，亞裔或非洲裔，患有糖尿病的機會較高
- ✚ 曾經生過體重超過四千克（9 磅）的寶寶，或有過妊娠糖尿病（孕期糖尿病）
- ✚ 被診斷為糖尿病前期（糖耐量受損或空腹血糖受損）
- ✚ 患有高血壓；高膽固醇或高血脂的人士
- ✚ 超重，尤其是中央肥胖
- ✚ 患有多囊卵巢綜合徵或被確診有黑棘皮病的人士
- ✚ 長期服用精神藥物的人士

无论急性或慢性的糖尿病并发症，对身体都有严重的影响，而最佳预防方法就是将血糖控制至理想水平，除了以药物控制外，饮食习惯及压力管理对血糖值亦有影响。

随著人口老化，长期疾病年轻化，现在有许多诊所提供综合医疗服务，当中包括注册营养师及注册社工，为诊所病人免费提供咨询，以提高患者的自我管理慢性疾病的能力。一站式服务对糖尿病患者来说，能更有效地管理病情，以减低出现并发症的机会。

同时，执业护理师罗灼辉也建议 40 岁以上的人士应每叁年进行糖尿病测试。

安保诊所简介

由安省卫生及长期护理厅资助的安保诊所 (HF Connecting Health Nurse Practitioner-Led Clinic)，采用複合式医疗服务模式，集合多个专业医护人员组成团队，提供一般诊治、精神健康及预防长期慢性疾病等服务。查询详情可致电 416-479-7600 或浏览 hfchnplc.ca 网页。