



屏基醫療財團法人屏東基督教醫院 認識低血糖

編號	ND 內-028
製訂日期	2003.07
七修日期	2018.01

壹、什麼是低血糖？

通常血糖值低於 70mg/dl 時，會產生一些低血糖的症狀，但有些病人不會有任何不舒服。

低血糖症狀：

初期會有冒冷汗、虛弱、嗜睡、飢餓、頭暈或頭痛、皮膚蒼白、顫抖、心跳加快等症狀。嚴重時，會有注意力無法集中、意識不清、抽筋、昏迷等。

貳、引起低血糖的原因？

- 一、服用過量口服糖尿病藥物或注射過量胰島素。
- 二、使用口服糖尿病藥物或注射胰島素後沒有吃東西或延遲用餐時間。
- 三、吃東西不定時或吃的量太少。
- 四、沒有吃東西就運動。
- 五、運動量明顯增加卻沒有補充食物。
- 六、酗酒。

參、發生低血糖時，應如何處理？

- 一、意識清醒時，可以服用方糖 2~3 塊或果汁、可樂、汽水約 120cc 或二茶匙糖，症狀輕者約 5~10 分鐘可以讓低血糖的症狀改善，若未改善則可以再吃一次方糖，若未改善，則應馬上送醫。
- 二、病人無法合作或是昏迷，可將一湯匙的蜂蜜或糖漿塗抹在病人頰內，以利其吸收並立即送醫治療。

肆、如何預防低血糖？

- 一、低血糖的警告症狀每個人不相同，應注意自己的症狀表現；糖尿病人應隨身攜帶糖尿病護照，以便送醫時即時處理。
- 二、不可任意中斷治療，依照醫護人員指示，勿自行調整藥物及胰島素。
- 三、養成規則飲食習慣、勿暴飲暴食及長時間未進食。
- 四、隨身攜帶方糖或糖果、餅乾以備不時之需。
- 五、運動前後要監測血糖，可先補充點心，如 1 杯牛奶或 1-2 片土司。
- 六、定期自我監測血糖，並定期回醫院複診。

※ 諮詢電話：08-7368686 轉_____



屏基關心您 祝您早日康復