



高雄市立小港醫院  
(委託財團法人高雄醫學大學經營)  
糖尿病人生病時應注意事項

當生病、感染、外傷或需要手術等情況發生時，人體會產生一連串的生理現象與炎症反應，可能會導致血糖的上升，但可能因為生病時胃口不佳又會使血糖下降。

一、糖尿病友生病期間必須監測的事項：

(一)增加監測血糖的次數：最好每 4~6 小時測一次血糖，直到不適症狀改善；第 1 型糖尿病人，當血糖高於 250mg/dl、有嘔吐、腹瀉，建議立即就醫。

(二)同時能一併記錄體重、飲食量、呼吸速度、意識狀態等。

二、生病期間，糖尿病患用藥原則及注意事項：

(一)維持原來的降血糖藥物治療，不可任意停藥。

(二)不購買、不服用非正式處方的中、西藥物，如感冒糖漿服用或接受靜脈注射葡萄。服用未經處方的藥物，一定要閱讀標籤說明，有否註明『糖尿病和高血壓禁用』。

(三)生病就診時，須告知醫療人員“我有糖尿病(糖尿病史)”及目前所使用的藥物，以考慮到用藥安全性並可提供醫師用藥參考。

(四)有使用胰島素注射的病友，若因病情導致血糖控制不穩定，並有嘔吐、腹瀉、呼吸困難、嗜睡時，可與醫師討論生病期間該如何調整藥物劑量。

由於每人注射胰島素種類、劑量與次數皆不同，  
請與糖尿病小組連絡

### 三、生病期間，糖尿病患的飲食原則及注意事項：

- (一)能進食且食慾尚可時，儘可能維持原來的飲食攝取量及均衡飲食，建議清淡食材為主。
- (二)食慾不佳但尚可進食時，以少量多餐方式進食，儘量改採清流質或半流質食物，如肉末麥片粥、銀魚粥、麵線等。
- (三)病況較嚴重而無法進食時，選擇易消化的流質性食物，每小時約 15 公克的醣類食物（相當於主食類 1 份或水果 1 份），或每 3~4 小時給予含醣類 50 公克的食物。

註 15 公克碳水化合物 (醣類) = 1 份全穀根莖類  
= 1 份水果 = 1 份主食 = 1 片吐司(25 克) = 3 片蘇打餅乾  
= 半杯(120cc)純果汁或汽水 = 1 湯匙蜂蜜(20 克)

- (四)補充足夠的水份：每小時最好能喝 240 cc 不含熱量的水份，以防止脫水現象。
  - (五)若出現嘔吐、腹瀉、發燒、多尿等情況時，建議可補充不含熱量的水份加入少量的鹽或湯汁來補充流失的電解質。
  - (六)若夜間血糖值 $<100$  mg/dL 時，應攝取醣類以免低血糖
- ### 四、當血糖控制不穩定若有以下情況時，需立即就醫
- (一)嘔吐(連水都不能喝)、腹瀉(五次以上或持續 24 小時)。
  - (二)血糖值連續兩次皆 $>300$ mg/dl 或 $<60$ mg/dl。
  - (三)血糖持續升高或尿酮檢驗呈陽性 2+以上。
  - (四)呼吸困難或呼吸快且用力之現象。
  - (五)嗜睡、胡言亂語、意識狀態改變或昏迷等。

若有任何疑問，請撥諮詢專線：(07) 8036783 轉 3204

~小港醫院門診關心您~