生病時期管理

- 1. 生病或感染會改變身體用糖(葡萄糖)的方式。生病會擾亂食物、定期運動 及糖尿病用藥之間的平衡。有糖尿病的人在生病或感染時血糖可能飆高。
- 2. 生病時一定要規劃這幾天的生活!
 - A. **不要停止服藥** 胰島素或藥丸。除非醫生建議改變劑量,否則必須 如常服藥。
 - B. **更多檢驗** 生病時每天要檢驗 4 四血糖。如果是第1型糖尿病,還要檢驗尿液中是否有酮。
 - C. **喝大量的流體**—嘔吐、腹瀉或發燒會流失液體,所以一定要補充流體物。每小時喝一大杯的水、茶或其他流體。生病時,湯、果汁或一般飲料比較容易緩和病情,可以取代平常的用餐。
 - D. 休息 生病時最好不要運動。
 - E. **正餐** 如果正餐吃不下,可以喝湯、膠質、果汁及一般飲料取代 正餐。
- 3. 若有下列任何情況,立刻打電話給醫生或護士:
 - A. 若有嘔吐或無法進食
 - B. 若一排有2個以上的血糖讀取值爲300 mg/dL
 - C. 若尿液中有任何酮(第1型糖尿病)
 - D. 若體溫在101;以上





Chinese - Sick Day Management

Translation of this publication was supported by HRSA HCAP Grant # G92OA02204. ©2006 The Whittier Institute for Diabetes