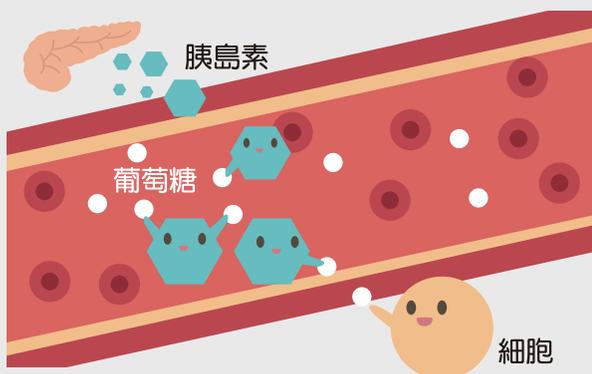


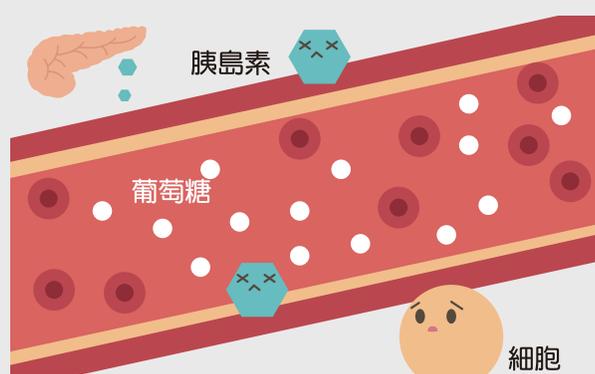
我是第二型糖尿病

但是血糖控制不理想 該怎麼辦？

○ 什麼是糖尿病？



當食物進入人體經過消化分解後，會變成葡萄糖在腸胃道被吸收進入血液中供人體使用。我們的胰臟會分泌胰島素，它可以帶動葡萄糖進入細胞，以產生能量供全身使用。



若胰島素的分泌不足或功能發生障礙，就會導致血中的葡萄糖無法進入細胞中被利用，如此會造成血糖上升後居高不下，進而變成糖尿病。

○ 為何需要好好控制血糖？



其實糖尿病本身並不可怕，但是身體長期處於高血糖狀況，容易造成眼睛、腎臟和神經系統損傷，也會因為心血管病變而增加中風的風險。

糖尿病雖無法根治，但透過生活型態的調整及藥物的使用，可以有效控制血糖，並減少因高血糖造成的併發症，也會讓您的生活品質得到改善。

○ 血糖控制目標



○ 糖尿病的治療



1. 定時定量
遵守飲食原則



2. 養成規律
運動的習慣



3. 定期監測血糖
調整飲食

經過生活型態調整及監測，
仍無法有效控制血糖時…



4. 依照醫師處方定時
口服降血糖藥物

已進行口服降血糖藥物治療，
仍無法理想控制血糖時…



5. 使用注射型(針劑)
降血糖藥物治療

○ 胰島素的作用

胰島素經皮下注射後發揮作用，以時間的長短及快慢，可分為**速效**、**短效**、**中效**、**長效**以及**預混型**。不同類型之胰島素施打的頻率及使用劑量皆不相同，須根據個人之飲食、活動、年紀及血糖狀況作配合調整，以達到最適合的治療。

優點

- 降血糖效果較好
- 較容易調整劑量
- 可依血糖控制情形選擇不同作用的藥物

缺點

- 注射部位局部反應
- 可能產生低血糖之副作用
- 體重增加



注射類藥物
是皮下注射

- 穩定控制血糖
- 控制食慾及體重

優點

- 注射部位局部反應
- 可能產生噁心嘔吐之副作用
- 體重減輕
- 不可用於第一型糖尿病患者

缺點

○ 什麼是類昇糖素肽-1 受體促效劑？

類昇糖素肽-1（簡稱GLP-1），是一種由腸道分泌的荷爾蒙，可以刺激飯後胰島素的分泌，但本身不是胰島素也不可以取代胰島素。適應症是已接受口服降血糖藥物，或基礎胰島素的治療，但未達到理想血糖的控制時，與口服降血糖藥物及 / 或基礎胰島素一併使用。

請您觀賞「針劑藥物莫驚慌，穩定控糖最健康」影片



對於針劑降血糖藥物，我擔心的是…

	非常同意	同意	沒意見	不同意	非常不同意
	5	4	3	2	1
1. 我不敢打針	<input type="radio"/>				
2. 我擔心打針會很痛	<input type="radio"/>				
3. 我擔心打針會成癮(要打一輩子)	<input type="radio"/>				
4. 我擔心打針以後會變成要洗腎	<input type="radio"/>				
5. 我擔心打針很麻煩(外出不方便)	<input type="radio"/>				
6. 我擔心我學不會打針	<input type="radio"/>				
7. 我擔心針劑很難保存、攜帶	<input type="radio"/>				
8. 我不想讓別人誤會(藥物濫用)	<input type="radio"/>				
9. 我覺得打針是最後的治療方式	<input type="radio"/>				
10. 打完針就要馬上吃東西，我的生活習慣很難配合	<input type="radio"/>				
11. 其他 _____					

我知道了…

01

我知道我目前的血糖控制狀況

- 非常同意
- 同意
- 不同意
- 非常不同意

02

我知道血糖控制不好會發生的併發症

- 非常同意
- 同意
- 不同意
- 非常不同意

03

我知道控制血糖的方法

- 非常同意
- 同意
- 不同意
- 非常不同意

04

我知道糖尿病注射藥物的作用和副作用

- 非常同意
- 同意
- 不同意
- 非常不同意

○ 我的決定是…

- 我想以注射藥物 _____ 控制血糖
- 我想以原本的藥物 _____ 控制血糖
- 我還不是很確定

我還有問題需要與醫師討論 _____

注射型降血糖藥物有哪些？

○ 胰島素

速效 3-5小時



Insulin Aspart
(Novorapid)

短效 5-8小時



Regular Insulin
(Actrapid)

中長效 10-16小時



Neutral Protamine
Hagedorn(Insulatard)

預混型 10-16小時



Novomix 30



Novomix 50



Humalog mix 50

長效 20-24小時



Insulin detemir
(Levemir)



Insulin Glargine
(Lantus)



Insulin Glargine
(Toujeo)



Insulin Degludec
(Tresiba)

○ 類昇糖素肽-1 受體促效劑 (GLP-1 RA)

長效 20-24小時



Liraglutide
(Victoza)



Dulaglutide
(Trulicity)



Insulin Glargine+Lixisenatide
(Soliqua)

* 完成以上評估後，您可以帶著這份結果再與您的主治醫師討論

在我看完輔助工具之後/在我決定治療方式之後

我覺得這份衛教資料對我非常有幫助

- 非常同意
- 同意
- 沒意見
- 不同意
- 非常不同意

我覺得這份衛教資料內容容易了解

- 非常同意
- 同意
- 沒意見
- 不同意
- 非常不同意

我覺得衛教人員的解釋很清楚

- 非常同意
- 同意
- 沒意見
- 不同意
- 非常不同意

我對之後的治療有沒有信心？

完全
沒有信心

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

非常
有信心

我對之後的血糖控制有沒有信心？

完全
沒有信心

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

非常
有信心

我對之後的治療覺得焦慮的程度是？

完全
不會焦慮

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

非常焦慮

我對之後的血糖控制覺得焦慮的程度是？

完全
不會焦慮

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

非常焦慮