



糖尿病急性合併症

Komplikasi akut diabetes

低血糖 Gula darah rendah

指血糖濃度低於70mg/dl以下或是血糖由高濃度急速下降，也有可能產生低血糖症狀。

Gula darah rendah dapat terjadi apabila kadar gula berada di bawah 70mg/dl atau ketika konsentrasi gula darah turun dengan cepat dari kadar yang tinggi.

什麼情況下會發生低血糖？ Kapan gula darah rendah terjadi?

- 胰島素或口服降血糖藥使用過量
overdosis insulin atau penggunaan obat gula darah dalam dosis yang berlebih
- 進食量過少、延誤用餐或未均衡飲食
Makan terlalu sedikit, menunda makan, atau tidak mengonsumsi makanan dengan gizi seimbang.
- 長時間運動或運動過度激烈而未補充食物
Olahraga yang berkepanjangan atau berat tanpa asupan makanan yang memadai.

低血糖的症狀？ Apa gejala gula darah rendah?

建議有症狀時，先測量血糖，確定是否為低血糖。

Apabila muncul gejala, ukur gula darah terlebih dahulu untuk memastikan apakah gejala tersebut adalah gejala gula darah rendah.

若無法測量，先以低血糖方式處理

Apabila tidak memungkinkan untuk diukur, obati dulu sebagai gula darah rendah.

初期有飢餓、冒冷汗、心悸、發抖、無力、頭暈、注意力不集中等症狀。

Pada tahap awal, ada gejala seperti lapar, keringat dingin, jantung berdebar, menggigil, kehilangan tenaga, pusing, dan gejala kekurangan energi lainnya.

嚴重會失去定向感或意識不清、昏睡、昏迷。

Dalam kasus yang parah, pasien dapat kehilangan kesadaran, mengantuk, atau koma.

一、若病人意識清醒 Jika pasien sadar

★立即進食含 15 公克糖，例如：含糖飲品（120-150ml）、蜂蜜 1 湯匙、方糖 3-4 顆、糖包 2-3 包（15公克）。

Segera konsumsi makanan yang mengandung gula sebanyak 15 gram, seperti: minuman manis (120-150 ml), madu 1 sendok, 3-4 permen, 2-3 bungkus gula (15 gram).

★若15分鐘後血糖沒有上升且症狀未獲得緩解，再補充 15 公克糖(同上)；若低血糖症狀一直未緩解，則應立即就醫。

Jika dalam 15 menit gula darah tidak naik atau gejala tidak mereda, tambahkan 15 gram gula lagi (seperti Langkah diatas). Apabila gula darah rendah sama sekali tidak mengalami perbaikan, segera cari pertolongan medis.

★如症狀緩解後，距離下一餐還有一小時以上，可補充一份醣類食物，如：一杯240ml 低脂(脫脂)牛奶或2-3片餅乾或一片土司等，以預防低血糖的再發生。

Jika gejala mereda dan ada waktu 1 jam dari jam makan berikutnya, bisa tambahkan satu porsi makanan manis, seperti: satu gelas susu rendah lemak (skim) sebanyak 240 ml, atau 2-3 potong biskuit, atau sepotong roti panggang, atau makanan lainnya untuk mencegah terulangnya gula darah rendah.

二、若意識不清或昏迷 Apabila penderita tidak sadarkan diri atau pingsan

★不可強行灌入食物，以免噎到，可將患者頭部側放，以糖漿或蜂蜜塗於抹於頰內並送醫治療。

Jangan paksa pasien untuk makan agar pasien tidak tersedak. Oleskan sirup atau madu pada bagian dalam pipi, dan segera cari pertolongan medis.

★肌肉注射升糖素，立即送醫治療。

Suntikkan *glucagon*, dan segera cari pertolongan medis.

如何預防低血糖再發生？**Bagaimana cara mencegah terulangnya gula darah rendah?**

- 服用降血糖藥或注射胰島素時應注意劑量要正確，用餐定時定量。

Pastikan dosis yang benar pada saat mengonsumsi obat penurun gula darah atau saat menyuntikkan insulin. Makan dengan waktu yang tepat dan jumlah yang teratur.

- 從事劇烈或長時間運動，須適度補充點心。

Konsumsi makanan atau cemilan yang cukup saat melakukan olahraga berat atau berkepanjangan.

- 外出時應隨身攜帶砂糖、糖果等，以備不時之需。

Saat berpergian, bawalah gula, permen, atau makanan manis lainnya untuk berjaga-jaga.

- 經常監測血糖。

Mengukur kadar gula darah secara teratur.

糖尿病人也會低血糖喔！

Penderita kencing manis juga dapat mengalami gula darah rendah!

高血糖急症 Keadaan darurat pada penderita gula darah tinggi (hiperglikemik)

一、糖尿病酮酸血症 Kadar keton pada penderita diabetes:

血糖通常高達 250-500 mg / dl，且合併酮體產生及代謝性酸血症。

Gula darah seringkali mencapai 250-500mg/dl, dikombinasikan dengan produksi kadar keton dan asam metabolik dalam tubuh.

二、高血糖高滲透壓狀態 Keadaan gula darah tinggi (hiperglikemik) dan konsentrasi cairan tubuh (hiperosmotik)

血糖濃度常高於600 mg / dl，合併血液滲透壓升高、脫水，但無明顯酮體產生及代謝性酸中毒。

Konsentrasi gula darah seringkali lebih tinggi dari 600 mg/dl, disertai dengan peningkatan tekanan osmotik darah dan dehidrasi, tetapi tanpa disertai produksi keton atau kemunculan kadar asam yang tinggi dalam tubuh secara jelas.

原因 Penyebab

- 其他疾病：感染、腦中風、胰臟炎、心肌梗塞等
Penyakit lain: infeksi, stroke, pankreatitis, infark miokard, dll.
- 飲食過量
Makan secara berlebihan
- 忽略或未被診斷的糖尿病病人
Diabetes yang diabaikan atau tidak terdiagnosis
- 未依照醫囑按時服藥、自行減少藥物劑量及停藥，致血糖控制不良者
Orang yang tidak minum obat sesuai anjuran dokter tepat waktu, mengurangi dosis obat sendiri, atau berhenti minum obat, sehingga mengakibatkan kontrol gula darah menjadi buruk.
- 情緒壓力
Stres emosional

症狀 Gejala

- 多吃、多尿、口渴、體重減輕

Makan lebih banyak, buang air kecil lebih banyak, merasa haus, dan kehilangan berat badan

- 噁心、嘔吐、腹痛

Mual, muntah, nyeri perut

- 皮膚脫水乾燥、眼眶凹陷

Kulit kering dan dehidrasi, rongga mata cekung

- 心跳快速、血壓降低

Denyut jantung cepat dan tekanan darah rendah

- 呼吸快而深、呼吸有水果味、嗜睡、昏迷

Pernapasan cepat dan dalam, bau napas beraroma seperti buah, mengantuk, tidak sadarkan diri.

處理 Cara Mengatasi

- 能進食無特別限制者，多喝開水及注意保暖。

Bagi mereka yang dapat makan tanpa pantangan khusus, minumlah banyak air dan tetap hangat.

- 立即就醫，依醫囑指示使用胰島素、藥物治療。

Segera temui dokter dan gunakan insulin dan obat-obatan sesuai petunjuk dokter.

預防 Tindakan Pencegahan

- 遵從醫囑按時、按量口服抗糖尿病藥物或注射胰島素。

Minum obat diabetes atau suntik insulin tepat waktu dan sesuai dosis sesuai petunjuk dokter

- 遵守飲食計畫，避免暴飲暴食

Ikuti rencana makan Anda dan hindari makan berlebihan

- 監測血糖以瞭解血糖狀況，若血糖居高不下，及早就醫

Pantau kadar gula darah untuk mengetahui status gula darah. Jika kadar gula darah tetap tinggi, segera cari pertolongan medis.

台北慈濟醫院 糖尿病衛教室 關心您 (02)66289779轉2269

Kelas Kesehatan Diabetes Rumah Sakit Tzu Chi Taipei

Kami Peduli Anda (02)66289779 ext. 2269

參考資料：Referensi

社團法人中華民國糖尿病學會 (2022) . 2022第2型糖尿病臨床照護指引 . 社團法人中華民國糖尿病學會 . Masyarakat Diabetes Cina (2022). Pedoman Perawatan Klinis 2022 untuk Diabetes Tipe 2. Masyarakat Diabetes Republik Tiongkok.

社團法人中華民國糖尿病衛教學會(2022) . 2022糖尿病核心教材 . 社團法人中華民國糖尿病衛教學會 . Asosiasi Pendidikan Diabetes Republik Tiongkok (2022). Buku teks inti diabetes 2022. Asosiasi Pendidikan Diabetes Republik Tiongkok.

E8R0022839-F1