



「糖尿病」藥師門診連貫性照護

1. 糖尿病藥師門診是什麼？

連續四次HbA1C檢驗值>7%、經醫師評估需要轉介時，會轉介至個案管師、藥師、營養師或社工師等，提供諮詢、衛教

2. 糖尿病藥師門診做什麼？

- ✓ 評估處方之合理性，提供醫師建議
- ✓ 評估病人生活及用藥，給予衛教
 - 用藥知識(用途、用法用量、副作用/注意事項、保存方法等)
 - 胰島素相關知識、施打技巧
 - 高/低血糖的症狀及處理
 - 服藥順服性
 - 可能副作用發生時的症狀/處理、忘記服藥的處理
 - 同時使用成藥/中草藥/保健食品的建議
 - 生活型態、自我照護
 - 多重就醫/重覆用藥
 - 其他

3. 認識糖尿病

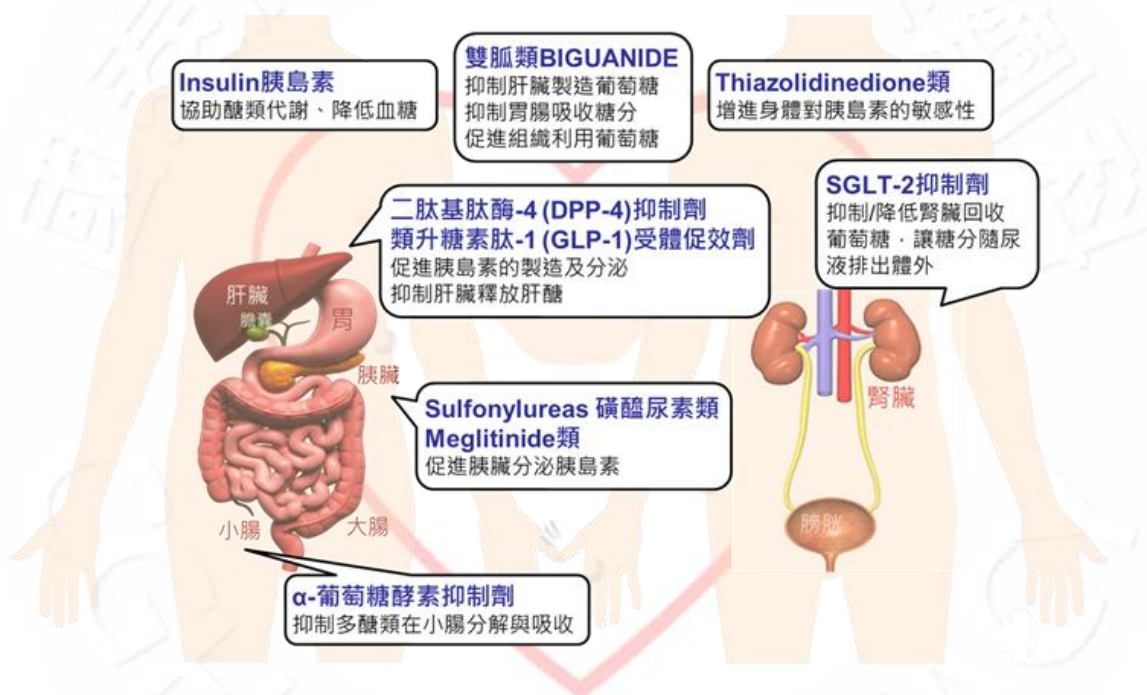
- ✓ 糖尿病是一種代謝疾病，在正常狀況下，身體會將吃進去的醣類食物轉變成葡萄糖，經由血液運送到各部位做為能源。而胰島素是胰臟β細胞製造的賀爾蒙，負責幫助血中葡萄糖進入細胞，當胰島素作用不佳時，血中葡萄糖無法進入細胞，血糖濃度就會升高，形成糖尿病。
- ✓ 吃多、喝多、尿多是糖尿病最明顯的症狀，即俗稱的「三多」。其他的症狀還有體重減輕、視力模糊、疲倦、頭痛、四肢無力、手腳麻木、抽筋、傷口不易癒合、易感染、皮膚病變、外陰部搔癢等。但也有許多糖尿病人沒有明顯症狀。
- ✓ 急性併發症：糖尿病酮酸血症、高滲透壓高血糖狀態
- ✓ 慢性併發症：大血管病變-腦中風/心肌梗塞、眼睛病變-失明、腎臟病變-尿毒症、周邊神經病變-感覺異常/足部病變/感染/截肢
- ✓ 成年人糖尿病的治療目標

血糖	糖化血色素(HbA1c)	<7.0% (須個別化考量)
	空腹(餐前)血糖	80~130 mg/dL
	餐後2小時血糖	80~160 mg/dL
血壓	一般建議	<140/90 mmHg
	腎病變患者	<130/80 mmHg
	65歲以上長者且健康狀態差	<150/90 mmHg
血脂肪 (首要目標)	低密度脂蛋白膽固醇(LDL-C)	<100 mg/dL
	高密度脂蛋白膽固醇(HDL-C)	男>40 mg/dL ; 女>50 mg/dL
	三酸甘油脂(Triglyceride)	<150 mg/dL
血脂肪 (次要目標)	非高密度脂蛋白膽固醇 (non-HDL-C)	<130 mg/dL <100 mg/dL (如有心血管疾病)

✓ 老年糖尿病人(>65 歲) 的治療目標

健康狀態	糖化血色素	空腹(餐前) 血糖	睡前血糖	血壓
正常 (少共病症、認知及身體機能正常)	<7.5%	90-130mg/dl	90-150mg/dl	<140/90mmHg
中等 (多共病症、認知及身體機能輕微至中等異常)	<8%	90-150mg/dl	100-180mg/dl	<140/90mmHg
差 (末期慢性病、認知及身體機能中等及嚴重異常)	<8.5%	100-180mg/dl	110-200mg/dl	<150/90mmHg

4. 糖尿病藥物



5. 自我照護

- ✓ 飲食：採六大均衡飲食定時定量，選擇少油、少鹽、不加糖、不勾芡、多纖維食物
- ✓ 運動：依身體狀況做適度的有氧運動，選擇飯後 1-2 小時，每周維持 3-5 次，每次持續 30 分鐘
- ✓ 定時自我血糖監測，並登錄飲食內容，返院時提供醫師判讀並調整藥物治療
- ✓ 隨身攜帶「糖尿病護照」或「糖尿病識別卡」
- ✓ 定期追蹤眼睛、尿蛋白、腎臟功能、血脂肪、血壓及足部檢查。
- ✓ 足部護理
- ✓ 就醫時，向醫師清楚說明自身狀況
- ✓ 遵醫指示正確服用藥物