

胰島素副作用及處理方式

糖尿病者在飲食、運動和口服降血糖藥都無法控制血糖時，就需注射胰島素，以控制血糖值。以下簡介胰島素副作用與處理方式：

1. 局部過敏-

最常見的注射部位是發生紅腫、搔癢，一般會自然消退，嚴重者需就醫(服用抗過敏藥)。注射部位若有硬塊、腫脹、瘀血或疼痛等現象應暫停注射該部位。

2. 全身性過敏（全身性蕁麻疹）-

發生此現象須由醫師評估後，決定是否更換其他類型胰島素。

3. 組織肥大或萎縮-(對健康沒影響，但影響美觀)

*組織肥大：指皮下組織增厚，注射部位摸起來有腫塊、硬硬或者鬆鬆軟軟的。

*組織萎縮：指皮下組織萎縮，引起組織的一個小凹陷。

*預防方法；輪流更換注射部位、避免注射冰冷的胰島素。

4. 過敏性的水腫或視力模糊-

通常發生於剛開始注射時，多半於短時間內會自行改善。

5. 低血糖反應(又稱胰島素休克)-

*原因：胰島素過量、運動過度、飲食時間延遲或食用量不足。

*症狀：饑餓感、發抖、冒冷汗、心跳快速、軟弱無力、頭痛、頭暈、嘴唇發麻、昏昏欲睡等。

*若不立即服用含糖食物會昏迷→甚至死亡。



冒冷汗



頭暈



軟弱無力



飢餓感



預防低血糖注意事項:

1. 記住自己低血糖的警訊(症狀因人而異)以便及早處理。
2. 隨時攜帶糖果在身邊，當發生低血糖時應立刻服食。
3. 規則的飲食習慣，三餐或點心應定食定量(配合營養師指示)，配合藥物作用的高峰時段，若非正餐時間，最好能進食點心
4. 生病時，仍要注意攝取均衡的營養，食慾差，可選用流質食物或含糖飲料取代，以避免熱量不足。
5. 忌空腹運動，最佳運動時機在飯後 1~2 小時。
6. 額外的運動須進食點心。
7. 依照醫師指示，不可擅自增加藥物劑量。

***胰島素作用時間、高峰時間、有效作用時間**

胰島素的類型	藥物開始作用時間	藥物作用高峰時間	藥物有效作用時間
速效型(清澈)	約 5~15 分	約 0.5~1 小時	3~5 小時
短效型(清澈)	約 30~60 分	約 2~4 小時	3~6 小時
中效型(白濁)	約 1.5 -4 小時	約 6~10 小時	10~16 小時
混合型(白濁)	約 30~60 分	約 3~8 小時	15-18 小時
長效(清澈) Levemir	約 1 小時	6-8 小時	約 22-24 小時
長效(清澈) Lantus	約 2-4 小時	—	約 22-24 小時
超長效(清澈) Toujeo	6 小時	初期約使用 5 天 達穩定濃度	約 36 小時

