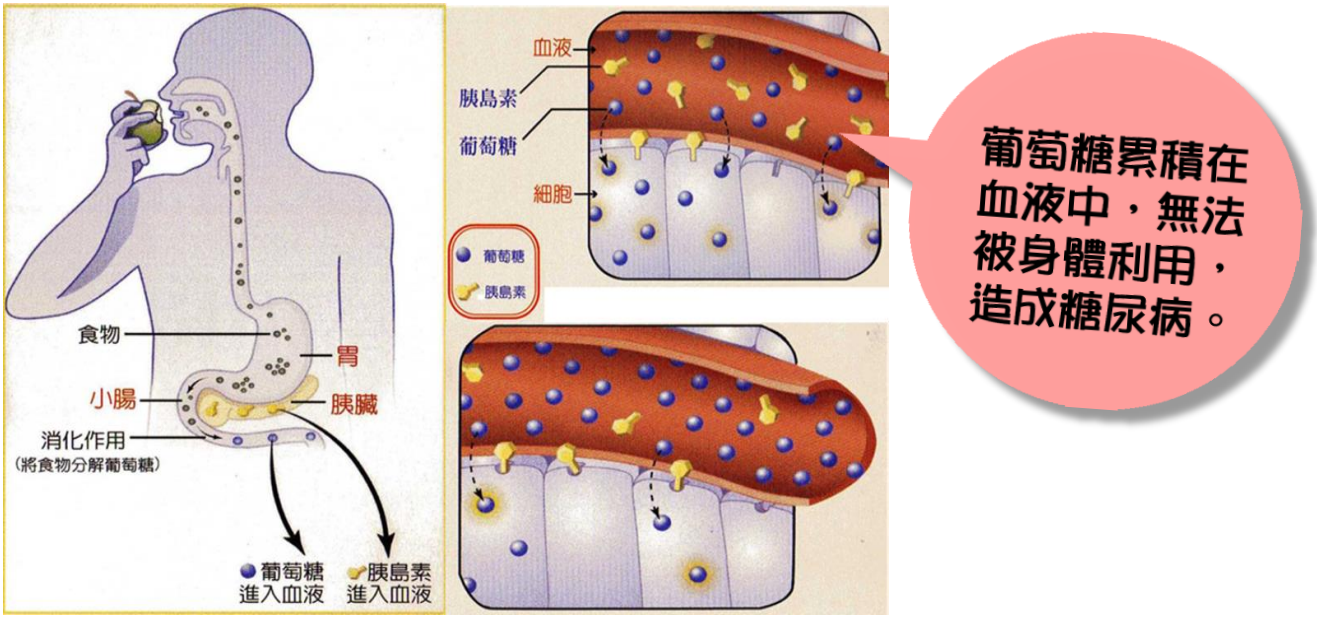
我有糖尿病，是否要加入糖尿病共照網?

一、糖尿病發生的原因:

糖尿病是因為體內胰島素分泌不足、對胰島素的作用降低或兩者皆有缺失所引起的疾病。



二、糖尿病要如何發現?認識診斷標準:

項目	正常	糖尿病前期	糖尿病
糖化血色素	<5.7%	5.7%-6.4%	≧6.5%
飯前空腹8小時血糖	<100mg/dl	100-125mg/dl	≧126mg/dl
飯後2小時血糖	<140mg/dl	>140mg/dl	≧200mg/dl
隨機血糖			≧200mg/dl且有顯著的糖尿病症狀(多吃多喝多尿與體重減輕)

三、糖尿病是大小血管的破壞者，有哪些併發症?

糖尿病友隱形殺手之稱，若血糖長期控制不佳的情況下，很有可能引發「糖尿病併發症」，造成病人生活品質降低，嚴重時更會威脅生命，所以一旦確診糖尿病，管理血糖不讓起起伏伏的血糖影響身體功能，才能預防併發症的發生。


腦中風


心血管疾病


視網膜病變
失明


腎病變
洗腎


神經足變
截肢

我有糖尿病，是否要加入糖尿病共照網?

什麼是糖尿病共同照護網?

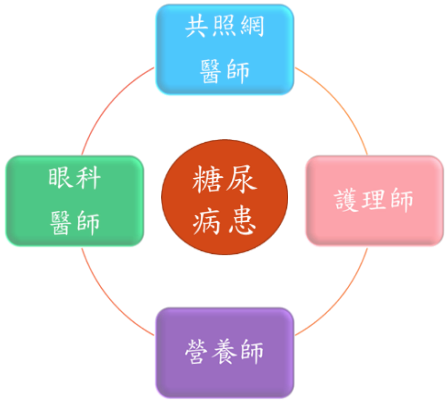
由經過認證的糖尿病照護專業人員組成「糖尿病共同照護網」，透過專業的醫師、糖尿病衛教師、營養師所組成，一起針對您的血糖給予全方位的照護，提供連續性的醫療服務，協助將疾病控制在最佳的狀態，有效降低糖尿病併發症的發生。

【適用對象 / 適用狀況】糖尿病確診患者 / 未用藥、用藥患者均適用。

【疾病或健康議題簡介】

一、糖尿病共同照護服務內容

1.個人化之治療計畫
2.跨專業團體整合照護(醫療、護理、營養)
3.定期血糖、血脂、尿液、眼睛及足部檢驗檢查
4.居家照護及自我管理指導
5.共病症、併發症預防及處置
6.結合病友力量的互助支持



二、糖尿病控制指標/自我檢視項目


糖化血色素低於7%以下


眼底檢查至少每年1次


血壓控制在140/90毫米汞柱以下


足部檢查至少每年1次


尿液微量白蛋白檢查至少每年1次


遵守醫囑規則服藥


低密度脂蛋白膽固醇低於100毫克/公升以下

請您仔細思考:

- ✓ **是否已完全了解糖尿病患者日常的自我照護、指數監測頻次、運動量及飲食原則?**
- ✓ **您可以和醫護人員討論並提出在意的因素，與醫療人員一同找出最適合您的照護方式，幫助您一起面對糖尿病。**

我有糖尿病，是否要加入糖尿病共照網?

【醫療選項簡介】

根據大規模的糖尿病臨床研究，證實了「糖化血色素」(A1C)小於7%，可以有效預防糖尿病慢性併發症的發生。不管採用何種方式治療糖尿病，您都可以經由行生活型態的調整來達到更良好的血糖控制。

每降低 1% A1C (糖化血色素)		
心血管併發症 降低14%	小血管併發症 降低37%	四肢末梢併發症 降低43%
 減少心臟病或中風	 減少視力受損 減少洗腎	 減少截肢

以下我們提供了幾個方式供您思考選擇：

接受常規治療外， 加入「糖尿病共同照護網」照護您。	接受常規治療， 依平常生活習慣自我照護。
	

【您目前比較想要選擇的方式是】

1.加入糖尿病共同照護網 ☑

2.不加入糖尿病共同照護網 ☒

【共享決策前病人評估】

1. 您最近一次的糖化血色素：_____ % 、
2. 您最近一次的血壓：_____/_____mmHg
3. 您最近一次的膽固醇：_____ mg/dl
4. 您目前治療糖尿病的方式： □飲食控制 □ 吃藥 □ 針劑

我有糖尿病，是否要加入糖尿病共照網?

【步驟一、選項的比較】

一、病患在執行衛教前後的改變

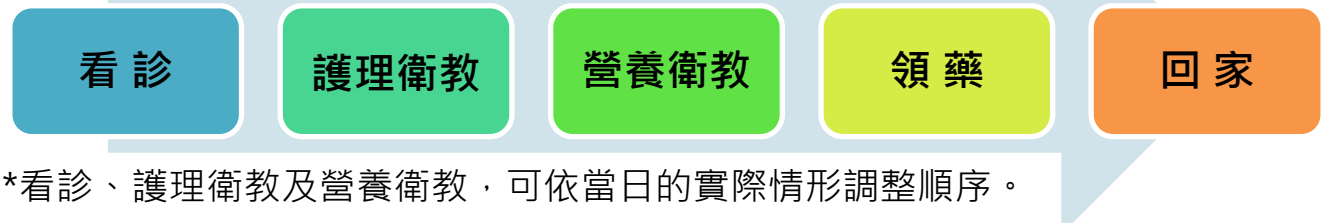
衛教前	比較項目(百分比)	衛教後
43.3%	A1C<7.5%	53.1%
58%	自我測量血壓	67.6%
42.2%	膽固醇<195mg/d	56.4%
33.2%	檢驗微量蛋白尿	62.8%
48.9%	足部自我照護	75.3%

二、加入與不加入糖尿病共同照護網的優、缺點比較表：

	不加入	加入
優 點	看診，拿藥。	1.明白自我照護重點。 2.養成的生活習慣。 3.正確的飲食原則。
缺 點	1. 忽略血糖的自我監測。 2. 依自己的飲食喜好來吃東西，不知如何選擇均衡且適量的飲食。	除了需看診外，需要額外花**10~30分鐘**接受糖尿病及營養衛教。
費 用	需另外至「營養咨詢」門診看診，**支付看診費用**。	**不須額外負擔費用**，即可接受糖尿病及營養衛教。

我有糖尿病，是否要加入糖尿病共照網?

三、參加糖尿病共同照護網，需要做些什麼？



*看診、護理衛教及營養衛教，可依當日的實際情形調整順序。

【步驟二】您對於醫療方式的考量在意的程度為何?請圈選

考 量 項 目	1 不重要	2	3	4	5 非常重要
血糖控制好壞	1	2	3	4	5
糖尿病併發症的產生	1	2	3	4	5
均衡的飲食原則	1	2	3	4	5
是否有做足部檢查	1	2	3	4	5
糖尿病共同照護網是否需額外付費	1	2	3	4	5

【步驟三】對於上面提供的資訊，您是否已經了解呢？請 勾選☑

題 目	是	否	不清楚
是否清楚糖尿病的形成原因，是因為胰島素分泌不足所致？			
是否清楚糖尿病的併發症，包含：視網膜病變、心血管疾病、腎臟病及神經病變？			
是否清楚血糖控制的好壞對您日常生活的影響及重要性？			
是否了解加入「糖尿病共同照護網」對您在生活習慣及飲食上的幫助？			

【步驟四】您現在確認好醫療方式了嗎？我已經確認好想要的治療方式，我決定選擇：

- ☐ 除常規治療外，參加糖尿病共同照護網
- ☐ 依目前常規治療，不參加糖尿病共同照護網
- ☐ 我想要再與其他人（包含配偶、家人、朋友或第二意見提供者...）討論我的決定。
- ☐ 我還有想和醫師討論的問題：

參考資料：衛生福利部中央健康保險署、高雄榮總醫病共享平台、糖尿病衛教學會、智抗醣