

處理低血糖 Treating Low Blood Sugar

懷孕期間使用胰島素 When taking insulin during pregnancy

糖尿病與懷孕

Jim Pattison 門診護理及手術中心 • 阿博斯福區域醫院及癌症中心

什麼是低血糖？

低血糖是指您在懷孕期間且在使用胰島素之際，您血液中的糖低於 3.8。

什麼原因導致低血糖？

您的血糖在以下情況會下降：

- 您少吃了一餐或遲了進食。
- 您比平時吃得少了。
- 您沒有吃碳水化合物的食物。
- 您比平時多做了體能運動。
- 您使用了過量的胰島素，或用藥時間出錯了。

如何知道自己是血糖低？

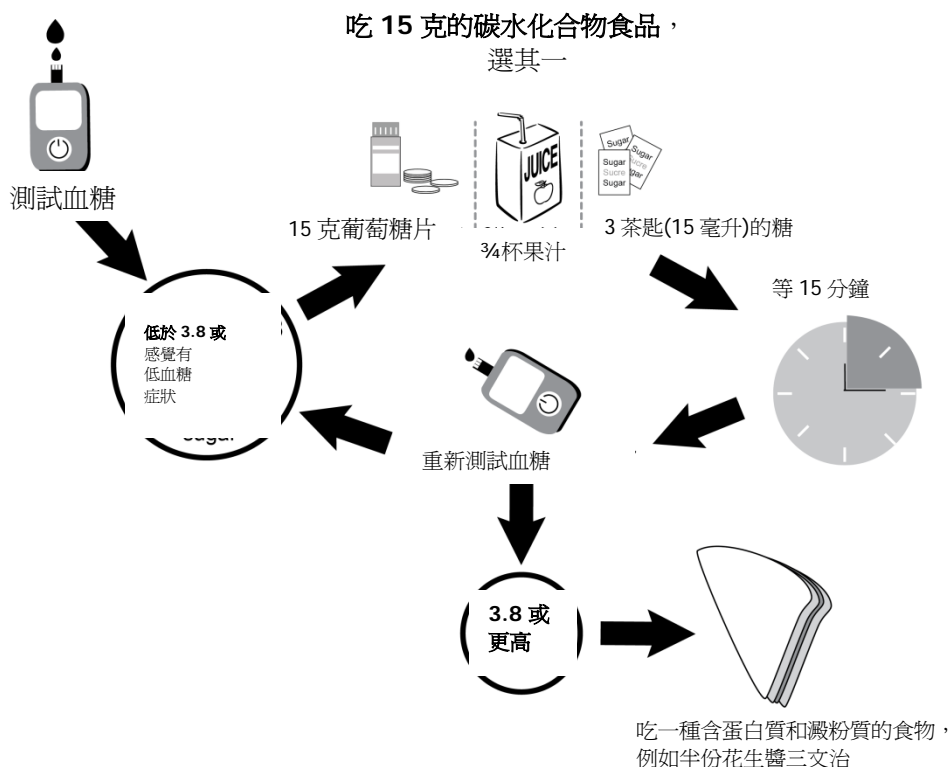
您可能留意到以下的低血糖症狀：

- 感覺抖震
- 感到心跳急促
- 感覺混沌
- 出汗、冰冷、濕冷
- 肚子很餓
- 暈眩、視力模糊
- 頭痛
- 忐忑不安
- 口部周圍有麻刺感

您可以做什麼？

- 盡快處理低血糖的症狀。
- 時刻教導身邊的人有關低血糖的知識，讓他們知道在出現此情況時如何照顧您。

處理低血糖：吃 15... 等 15



在任何時候都要經常隨身帶備可快速吸收的碳水化合物食品。

如果血糖低於 3.8，或您感到有血糖低的症狀時，切勿駕駛。

遵照這些治療低血糖的指引去做，最少等候 45 至 60 分鐘才可以駕駛。