

病人父母及看护人员信息册

何为 I 型糖尿病？

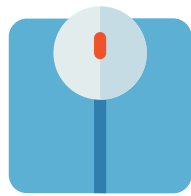
I 型糖尿病的发生是由于胰腺不能再产生胰岛素。胰岛素是一种激素，其作用就像是一把钥匙，能让我们所摄入的食物中的葡萄糖从血液流进肌肉细胞，为人体提供能量。这会导致血糖浓度升高。I 型糖尿病好发于儿童或青少年期，也可发生于各种年龄。

症状

I 型糖尿病患儿发病比较急骤、症状比较明显，需要马上医治！



非常口渴



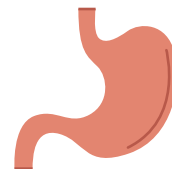
体重下降



多尿



乏力



腹痛

I 型糖尿病的病因

有些人携带的基因，可能会让他们更有可能患上 I 型糖尿病。但是，只有出现诱发因素，导致免疫系统攻击并摧毁胰脏中制造胰岛素的细胞时，这些人才能发病。这些诱发因素被认为是环境因素，但是目前人们对此还是了解的不够。





控制 I 型糖尿病

- 终身每天通过注射或使用胰岛素泵的方式，将胰岛素输入到身体里
- 每天多次检测血糖浓度
- 遵循健康饮食计划，包括规律用餐、每餐须摄入碳水化合物食物
- 定期锻炼身体
- 接受糖尿病专家小组的定期体检，小组成员可能包括下列多位人员或全部人员：糖尿病专科医生、糖尿病教育人员、营养师、社工、心理医生。

如需更多信息，请致电 1300 342 238 联系新州及澳大利亚首都特区糖尿病协会 (Diabetes NSW & ACT)，或登录 as1diabetes.com.au

何为多糖症和低糖症？

由于各种因素，I 型糖尿病病人的血糖浓度会上下波动。将血糖浓度控制在目标范围内须平衡各种因素。认识会影响血糖浓度的因素，可帮助控制血糖浓度。

多糖症

多糖症指血糖浓度较高，通常血糖浓度高于 15mmol/L。高血糖可由多种因素造成，包括：

- 过量饮食或摄入过多碳水化合物食品
- 运动太少
- 压力或疾病
- 没及时输注胰岛素

您的糖尿病专家小组将会帮助您认识这些因素会怎样影响血糖浓度，以及多糖症发生时您该怎么做。

低糖症

低糖症，也叫低糖，是指血糖浓度较低，通常血糖浓度低于 4mmol/L。低糖有时很危险，所以应立刻进行治疗。请参见低糖症资料，详细了解如何控制和治疗低糖症。

可能导致低糖症的因素：

- 吃饭太晚，或错过吃饭时间或错过吃点心时间
- 没有摄入足量的碳水化合物食物
- 未经计划的体育活动或者运动量比平时多
- 体育运动
- 胰岛素过多

您的糖尿病团队会将会帮助您认识这些因素会怎样影响血糖浓度，以及怎样预防或控制低糖症。

需要口译服务吗？

针对用英语沟通有困难的人士，可使用免费的电话口译服务。电话口译服务（TIS）由政府提供，设有近 2000 种语言和方言的口译译员，且对大多数请求均可即刻响应。

接通口译员：

1. 第一步：只需拨打 131 450，接通电话口译服务。
2. 第二步：解释一下打电话的目的，比如：想要拨打国家糖尿病服务计划（NDSS）的服务热线
3. 第三步：接线员会根据您所要求的语种，为您接通口译员并连线国家糖尿病服务计划（NDSS）热线，进行三方通话。

这项免费服务由澳大利亚糖尿病协会（Diabetes Australia）设立，由澳大利亚卫生与老龄部提供援助。