

病人父母及看护人员信息册

# 什么是低血糖症

低血糖症（也称为低血糖或血糖浓度较低）指血糖浓度低于 4mmol/L，或血糖浓度接近这个数字并伴有低血糖症状。

## 什么会导致低血糖症？

体育运动

吃饭太晚，或错过吃饭  
时间或吃点心的时间

没有摄入足量的  
碳水化合物

胰岛素过多

## 低血糖症状

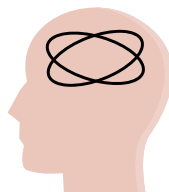
症状包括：



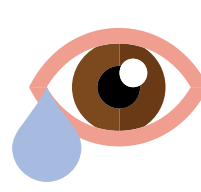
头痛



出汗



易怒



啼哭



饥饿

脸色苍白

感觉或行为混乱

颤抖

如有疑问，就先按低血糖症处理，然后测一下血糖浓度

即使没有症状，一旦血糖浓度低于 4mmol/L，也要按低血糖症处理

## 处理

### 轻度到中度低糖

如果孩子意识清醒，但是血糖浓度在 4mmol/L 或 4mmol/L 以下，则应采取以下措施：

### 第一步

下面任选一项。您可能需要哄孩子吃或喝：



半杯果汁



半听软饮  
(非减肥类软饮)



一个葡萄糖果冻



2-3 茶匙的  
糖或蜂蜜



5-7 颗软糖

## 第二步

接着吃一些吸收缓慢的碳水化合物食物，比如水果、三明治或圆形甜饼干。这将有助于稳定血糖浓度。若低糖症正好发生在计划好的饭点或者零食时间之前，则用低糖症处理方案代替那顿正餐或点心。

如果您的孩子使用胰岛素泵，无论是 Lantus 胰岛素泵还是 Levemir 胰岛素泵，均无需采取第二步骤。通常在 10 至 15 分钟之后，症状即会消失。但若血糖浓度仍然较低，且症状仍然持续存在，则重复第一步骤，并陪在孩子身边。

## 严重低糖

若孩子出现痉挛或失去意识，则立即叫急救！

- 不要试图口服喂送任何东西
- 让孩子侧躺（昏迷的复苏体位），保持呼吸道畅通
- 拨打电话叫救急车（000），用英语（如果可以的话）说“糖尿病急诊”（如果沟通有困难，他们将会使用口译人员服务），如果有 \*Glucagon 针剂，而且您受过相关训练，您就给孩子打一针。
- 陪着孩子等救援到来

\*Glucagon 是一种可提高血糖浓度的激素，可打在大腿前面最上端的大肌肉群上。

请记住，运动后 16 个小时之内都有可能会发生低糖症。您可以通过额外的血糖测试、让孩子摄取额外的碳水化合物及 / 或相应调整胰岛素剂量，减少滞后型低糖症发生的可能性。

**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](http://as1diabetes.com.au)**

## 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。