

# 及早預防糖尿病 可保命

有報導指美國一名男子被家中愛犬咬掉了一隻腳趾公，事後沒有勃然大怒之餘，反而非常感謝其所作所為。原因是該男子早已患上了二型糖尿病亦懵然不知，直至腳趾傷口受到嚴重感染及被愛犬咬掉後，才被醫生發現及作出治療。有專科醫生提醒，如發現自己足部出現麻痺徵狀、傷口受到嚴重感染且無法痊癒，這些都是常見的糖尿病病徵之一，必須盡快求醫，否則，嚴重者就要截肢保命。

據資料指出，有五成糖尿病患者是死於心臟病併發症，所以嚴格控制血糖是重要。

## 控制血糖 擊退致命風險

糖尿病的主要成因是由於血糖過高所致，如患者未能將血糖控制至正常水平，便會很容易引致各種併發症，如糖尿潰瘍（俗稱糖尿腳）、失明、腎衰竭和心血管等疾病等。

確進糖尿及內分泌專科中心唐俊業醫生解釋：「長期血糖過高會嚴重損壞血管和神經系統，令體內器官壞死，喪失功能，例如患者足部受傷及已被細菌感染亦可能全無知覺，最終因未能及時作出適切治療而要截肢保命；此外，由於大部分糖尿病患者都會同時出現高血壓、高膽固醇和肥胖的健康問題，而這些都是增加患心血管疾病的高危因素，所以糖尿病人患心臟病、中風的機會都會比正常人大增加。」

## 口服葡萄糖耐量測試最準確

唐醫生指出，糖尿病的常見徵狀是尿頻、視力模糊和體重下降等，但



唐俊業醫生強調，糖尿病是隱形疾病之一，因此定期檢查身體是最理想的預防方法。

許多病人可能全無徵狀，所以定期檢測血糖水平是非常重要的。

根據世界衛生組織的糖尿病診斷標準，受檢者須要禁食八小時後進行空腹血糖測試，然後再進行口服葡萄糖耐量測試（俗稱飲糖水），方法是受檢者須飲一杯含七十五克葡萄糖水，待兩小時再進行第二次抽血檢查，目的是讓醫生更準確地診斷出受檢者是否屬於糖尿病患者，或是隱性糖尿病的高危族，從而及早減低相關的併發風險。

唐醫生提醒：「被確認為糖尿病患者，病人須要注意飲食、多做運動、透過血糖機為自己每日監控血糖值之外；同時還要定期檢測糖化血紅素、血壓和壞膽固醇等，因為這些檢測項目都是對心血管併發症起着重要的關鍵因素，絕對不容忽視。」

## 男士「唔得」 小心患糖尿

有研究指，超過六成男性糖尿病患者會出現性功能障礙，原因是糖尿病患者較易出現心血管毛病，而男性生殖器官的血管較幼，若出現粥樣斑塊情況，受阻塞的機會自然較大，並引致陽痿，此外，勃起功能障礙，也可預測病者患心臟病的風險！

## 提提你

