

餐後高血糖治療指引

林時逸

台中榮民總醫院內分泌新陳代謝科

隨著全球糖尿病人口逐漸增加，在許多國家，糖尿病已經成為導致死亡的重要原因，並常會伴隨多種併發症產生，其中包括糖尿病神經病變、腎功能衰竭、眼病變以及心血管病變。在糖尿病病人中，心血管病變是導致死亡的主要原因。糖尿病患者發生心血管病變原因除了高血壓與高膽醇血症外，餐後血糖過高也被認為是重要原因之一。因餐後高血糖會增加血管內皮氧化壓力及誘發發炎等反應，而導致血管內皮功能失調等，長期之後可能引發動脈硬化之產生。此外也有一些證據顯示，糖尿病控餐後高血糖制不佳與糖尿病的視網病變與癌症與老年認知功能等問題發生有關。現有許大型臨床試驗顯示，糖尿病的血糖如能加強治療，則可以顯著地降低糖尿病微血管病變的發生機會。另外，如在第一型糖尿病或第二型糖尿病患病之初，即早期與長時間的加強血糖控制，日後心血管疾病的風險也可以明顯降低。雖然目前血糖治療的焦點還是注重在降低糖化血色素與空腹血糖的控制，但這對於達到良好的血糖控制可能還是不夠的。有越來越多的證據顯示，為了達到糖化血色素的控制目標，餐後血糖的控制至少同等重要，甚至更加重要。所以為達到良好血糖控制，臨床醫護人員應將餐前血糖、餐後血糖或空腹血糖與糖化血色素都當成是我們要控制的目標。至於如何達到餐前、餐後血糖的目標，應從飲食的控制、藥物的控制，甚至如何教導病人做自我血糖監測，多方面著手，都是很重要的。