

糖尿病的慢性併發症

糖尿病的可怕，在於發病初期，可能沒有任何不適，因此常會忽略血糖控制的重要性。但隨著罹病時間延長，如果血糖又控制不良，併發症就更容易發生！

★糖尿病有那些慢性併發症？



1. 大血管病變：

是糖尿病人最常見的死亡原因。糖尿病會加速動脈硬化而引起腦中風、心肌梗塞，也會使足部的血液供應減少，造成間歇跛行、足部冰冷、感覺異常、足部易感染、傷口癒合慢，甚至截肢。



2. 眼睛病變：

糖尿病是成人失明的主因。常見的病變有玻璃體出血、視網膜病變、黃斑部水腫。



3. 神經病變：

包括自主神經或週邊神經的損傷。會引起心悸、腹脹、便秘或腹瀉交替發生、小便滯留或失禁、姿勢性低血壓、性功能障礙、手腳發麻及刺痛、感覺遲鈍。



4. 腎臟病變：

引起微量白蛋白尿、蛋白尿、甚至腎衰竭而需要終生洗腎。

★預防方法：

- 良好控制血糖、血脂肪和血壓。
- 至少一年檢查一次眼睛。
- 經常檢查足部，選擇合適鞋襪，預防足部受傷。
- 多喝開水，定時解小便，預防尿路感染。
- 定期檢查尿液是否有微量白蛋白尿或蛋白尿，可早期發現糖尿病腎病變。
- 定期到合格醫療院所檢查治療，按時服藥，不可自行服用草藥或偏方。

