

# 特定疾病配方食品補充原則-糖尿病適用

## ■ 糖尿病適用特定疾病配方是什麼？

「特定疾病配方食品」可分為「營養均衡」與「營養調整」完整營養品。市面上，與血糖調節相關營養品，屬於「營養調整完整配方食品」，包含罐裝及粉狀營養品，以下為糖尿病適用特定疾病配方說明使用原則，特性如下表：

1. **可取代正餐營養：**每罐約 250 大卡，若為粉狀配方請依罐身建議附匙數沖泡。其三大營養素比例(蛋白質、脂肪、碳水化合物)符合糖尿病飲食疾病原則。
2. **特殊添加成份控制血糖：**配方添加膳食纖維、難消化麥芽糊精、果寡糖、鉻，具有低升糖指數、增加飽足感、延緩血糖上升。
3. **使用優質脂肪：**配方富含單元不飽和脂肪酸（MUFA）可降低空腹血糖、改善血脂肪與血壓。

## ■ 補充糖尿病適用特定疾病配方可以讓血糖變好嗎？喝愈多愈好嗎？

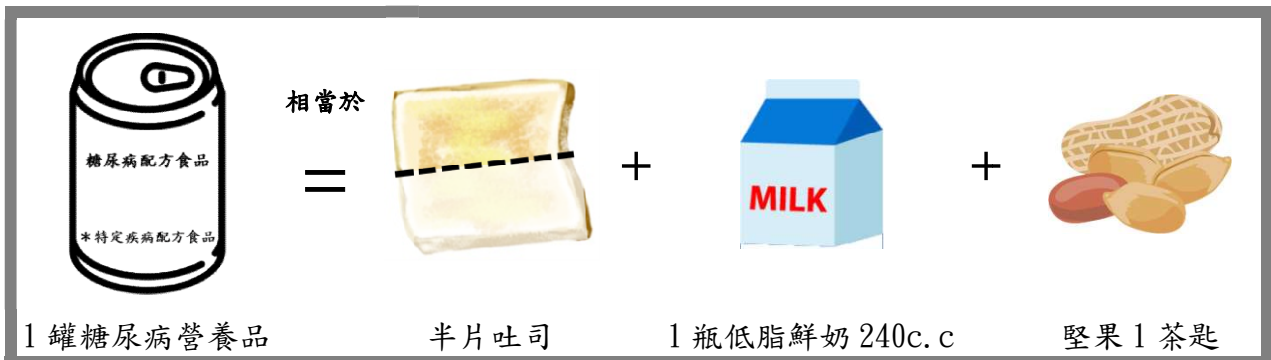
1. 醫療營養治療是糖尿病照護的基礎，但當全天然飲食難以施行時，糖尿病適用特定疾病配方可作為輔助改善營養攝取、血糖管理及整體健康的替代飲食選擇，協助病患落實均衡營養。
2. 糖尿病適用特定疾病配方並非藥物，僅扮演輔助角色由於配方仍含有熱量及醣類，會直接影響血糖數值，絕不可過量飲用。應將其納入包含運動、藥物等整體的控糖計畫中，且務必經由醫師或營養師指導後適量食用。

## ■ 甚麼時候適合使用糖尿病適用特定疾病配方？

1. **補充營養與預防低血糖：**胃口不佳、食慾減退、牙齒功能不好、採買和烹調製備食物有行動困難等狀況，為了避免低血糖現象的發生及補充熱量的營養需求。
2. **替代正餐或餐間點心：**可納入整體糖尿病管理計畫中，取代半份正餐或作為餐間點心食用。此計畫包括：血糖監測、健康飲食、身體活動、睡眠、血脂與血壓以及藥物依從度等。
3. **管灌與全日營養來源：**糖尿病適用特定疾病配方屬於「營養調整完整配方食品」，其成份均衡且符合糖尿病飲食疾病原則，因此鼻胃管餵食者可取代整日營養需求。

## ■ 糖尿病適用特定疾病配方怎麼喝才適當？

每罐糖尿病適用特定疾病配方其營養成份均衡，相當於以下食物組合，但配方中通常添加膳食纖維、鉻，以輔助血糖管理。



1. 若作為正餐使用時，建議可再搭配以下食物一起食用
  - 1~2 份主食，如：1 片全麥吐司、半條地瓜
  - 1 份魚肉豆類，如：蛋 1 顆、魚肉 3 根手指頭寬、豆漿 200c.c.
  - 記得多吃蔬菜，以獲得足量纖維
2. 飲用糖尿病適用特定疾病配方時，可諮詢營養師有關配方使用量。

## ■ 什麼人不適合使用糖尿病適用特定疾病配方？

糖尿病適用特定疾病配方其蛋白質的比例較高，對於有糖尿病腎病變的族群而言，長期或全天使用，需要經醫師或營養師建議。

參考文獻：

1. 衛生福利部糖尿病防治手冊：第三章糖尿病之非藥物治療。
2. 中華民國糖尿病衛教學會與中華民國糖尿病學會。糖尿病專用配方臨床應用共識。2025 7 月。
3. American diabetes association guideline diabetes care volume 49, Issue Supplement\_1, January 2026。

制定：2024/02/07