

低血糖的定义和症状

低血糖是指血糖水平下降到一定程度,导致身体出现各种症状的一种病理状态。主要表现为头晕、乏力、出汗、心跳加快、手抖等。及时发现和处理低血糖很重要,以避免严重并发症的发生。

Ba by BD RR

低血糖的原因



胰岛素过多

胰岛素分泌过多是导致低血糖最常见的原因。这可能是由于过量注射胰岛素,或服用胰岛素分泌药物。



饮食不规律

长时间禁食或饮食不均衡也可能引起低血糖,身体没有足够的葡萄糖供应。



运动过度

剧烈运动会大量消耗肝脏和肌肉储存的葡萄糖,使得血糖骤降。

高危人群及预防措施

1 糖尿病患者

糖尿病患者由于胰岛素分泌异常容易出现低血糖。需要密切监测血糖水平,及时调整用药和饮食。

3 老年人

老年人机体功能下降,加上并发症多,更容易发生低血糖。需要加强饮食营养,适当活动。

2 孕妇和儿童

孕妇和儿童代谢能力较弱,更容易出现低血糖。需要定期检查,适当补充糖分。

4 预防措施

坚持规律作息、均衡饮食、适度运动,及时发现异常及时处理是预防低血糖的关键。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/025124020130011213>