

糖尿病人用药与护理

The background features several overlapping circles in various shades of purple and lavender. On the right side, there is a vertical purple line that starts with a small solid purple circle at the top and extends downwards.

| CATALOGUE |

目录

- 糖尿病概述
- 药物治疗方案
- 护理措施实施
- 并发症预防与处理策略
- 家庭关爱在糖尿病管理中的作用
- 总结回顾与展望未来发展趋势

01

糖尿病概述

定义与发病机制

糖尿病定义

糖尿病是一种慢性代谢性疾病，以高血糖为主要特征，由胰岛素分泌缺陷或其生物作用受损引起。

发病机制

糖尿病的发病机制涉及遗传、环境、自身免疫等多种因素。其中，1型糖尿病主要是由于胰岛 β 细胞破坏导致胰岛素绝对缺乏；2型糖尿病则是由于胰岛素抵抗和胰岛素分泌相对不足共同作用的结果。



临床表现及分型



临床表现

糖尿病的典型症状包括多饮、多尿、多食和体重下降。此外，患者还可能出现视力模糊、皮肤瘙痒、感染易发等并发症。



分型

根据病因和临床表现，糖尿病可分为1型糖尿病、2型糖尿病、妊娠期糖尿病和其他特殊类型糖尿病。



诊断标准与评估方法



诊断标准

糖尿病的诊断主要依据血糖水平。空腹血糖 $\geq 7.0\text{mmol/L}$ ，或餐后2小时血糖 $\geq 11.1\text{mmol/L}$ ，或随机血糖 $\geq 11.1\text{mmol/L}$ ，并伴有糖尿病症状，可诊断为糖尿病。

评估方法

除了血糖检测外，还可通过糖化血红蛋白（HbA1c）检测来评估近2~3个月的平均血糖水平。此外，尿糖、尿酮体、血脂等检测也有助于评估糖尿病患者的病情。



02

药物治疗方案



口服降糖药物种类及作用机制

磺脲类药物

通过刺激胰岛B细胞释放胰岛素来降低血糖，常用药物有格列本脲、格列吡嗪等。



α -葡萄糖苷酶抑制剂

通过抑制 α -葡萄糖苷酶的活性，延缓碳水化合物的吸收，从而降低餐后血糖，常用药物有阿卡波糖、伏格列波糖等。



双胍类药物

通过抑制肝糖原异生和增加外周组织对葡萄糖的利用来降低血糖，常用药物有二甲双胍等。





胰岛素治疗策略及注意事项



胰岛素治疗策略

根据患者病情和血糖控制情况，选择合适的胰岛素类型和剂量，一般采用皮下注射的方式给药。对于1型糖尿病患者和部分2型糖尿病患者，胰岛素治疗是必需的。

注意事项

使用胰岛素治疗时，需要密切监测血糖变化，及时调整胰岛素剂量，避免低血糖的发生。同时，注意注射部位的轮换和消毒，防止感染。



联合用药原则与优势分析

联合用药原则

在单一药物治疗效果不佳时，可以考虑联合使用不同作用机制的降糖药物，以达到更好的血糖控制效果。联合用药需要遵循个体化、合理化的原则，根据患者的具体情况制定用药方案。

优势分析

联合用药可以发挥不同药物之间的协同作用，提高降糖效果；同时可以减少单一药物的用量和副作用，提高患者的耐受性和依从性。但需要注意的是，联合用药也可能增加低血糖等不良反应的风险，因此需要密切监测和调整用药方案。

03

护理措施实施

饮食调整建议及营养指导

控制碳水化合物摄入

建议糖尿病患者选择低升糖指数（GI）的食物，如全谷类、蔬菜、豆类等，并控制每餐的碳水化合物摄入量。

控制脂肪和胆固醇摄入

建议患者减少饱和脂肪和胆固醇的摄入，如动物内脏、肥肉、油炸食品等，以降低心血管疾病风险。

增加膳食纤维摄入

鼓励患者多食用富含膳食纤维的食物，如水果、蔬菜、全谷类等，有助于延缓血糖升高。

均衡饮食

指导患者制定均衡的饮食计划，包括适量的蛋白质、脂肪和碳水化合物，以及充足的维生素和矿物质。



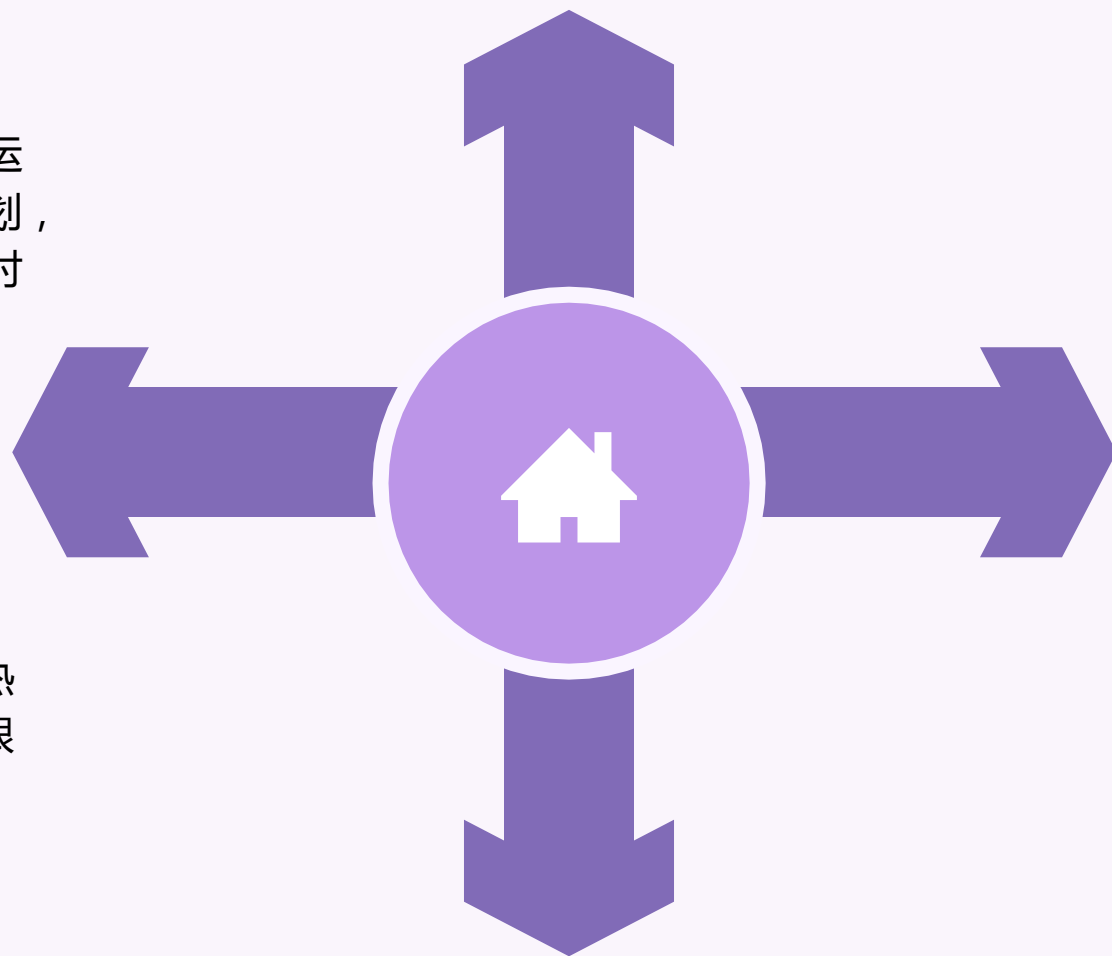
运动锻炼计划制定和执行监督

个性化运动计划

根据患者的年龄、身体状况和运动习惯，制定个性化的运动计划，包括运动类型、强度、频率和时间等。

运动安全

提醒患者在运动前进行充分的热身和拉伸，避免运动损伤，并根据身体状况适时调整运动计划。



有氧运动

推荐患者进行中等强度的有氧运动，如快走、游泳、骑自行车等，每周至少150分钟，有助于提高心肺功能和血糖控制。

力量训练

建议患者进行适量的力量训练，如举重、俯卧撑等，每周2-3次，有助于增加肌肉量和提高身体代谢率。

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/658005007077006050>