

# 糖尿病人血糖自我監測(兒科)

## 壹、監測血糖注意事項

- 一、血糖必須按時監測，讓父母和兒童據以調整食物、作息和胰島素劑量。
- 二、建議在三餐前和睡前點心前監測血糖。其它時段若有低血糖、高血糖、酮血症或生病症狀，則要立即驗血糖數值。
- 三、對控制良好的兒童，採用每日多劑注射療法或幫浦療法兒童，每周要測一次夜間 2 或 3 點鐘時的血糖。若有額外的運動、低血糖或胃口不佳，則要增加監測。
- 四、若要達到飯後血糖的理想目標，則要加測飯後血糖。



	早		午		晚		睡 前	半 夜
	飯 前	飯 後	飯 前	飯 後	飯 前	飯 後		
5/3	98		100		115		120	
5/4	100		108		101		119	
5/5	97		113		99		120	
5/6	103		99		120		118	
5/7	110		120		130		121	

	早		午		晚		睡 前	半 夜
	飯 前	飯 後	飯 前	飯 後	飯 前	飯 後		
5/3	98		100		115		120	
5/4	100		108		101		119	
5/5	97		113		99		120	
5/6	103		99		120		118	100
5/7	110		120		130		121	

	早		午		晚		睡 前	半 夜
	飯 前	飯 後	飯 前	飯 後	飯 前	飯 後		
5/3	98		100		115		120	
5/4	100	130	108		101		119	
5/5	97		113	142	99		120	
5/6	103		99		120		118	100
5/7	110		120		130	129	121	

三餐前和睡前點心前監測血糖

每周要測一次夜間 3 點鐘

加測飯後血糖

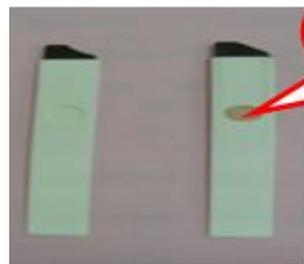
## 貳、如何才不會影響血糖測量結果？

- 一、操作程序要正確。
- 二、試紙不要過期。未開封以瓶身上之有效期限為依據，開封後 3 個月內應用完。

對號碼及日期



防止潮濕



## 三、需存放陰涼處避免潮濕

勿分裝



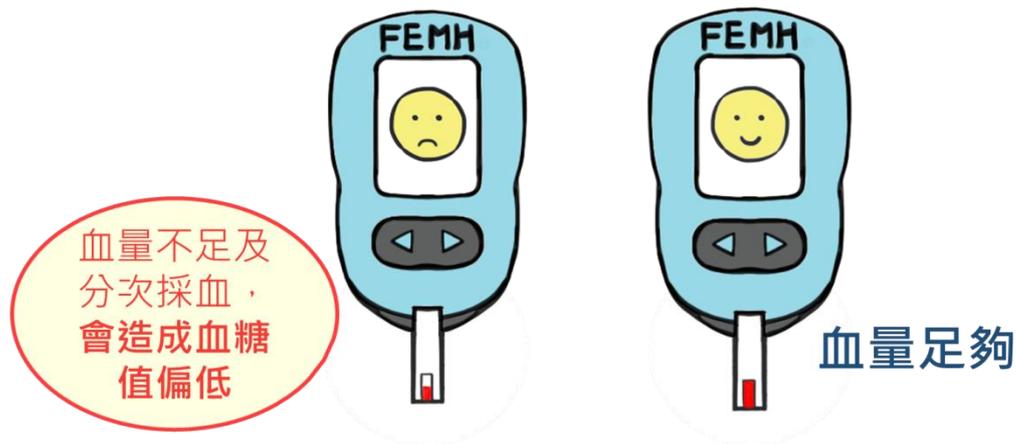
勿冷藏



勿過熱



四、血量要足夠，避免分次採血。



五、採血處消毒後，須等酒精乾了再採血，以免將血液稀釋。



酒精未乾，會造成血糖偏低

### 參、血糖控制的理想範圍

#### 一、兒童與青少年第一型糖尿病的血糖控制目標

項目/單位	目標值
餐前血糖(mg/dl)	90-130
睡前血糖(mg/dl)	90-150
糖化血色素(%)	< 7.5 (需個別化考量)

二、第二型糖尿病的儿童控制指標和成人是一樣的，單純使用口服降血糖藥目標是 7% 以下，在沒有頻繁低血糖發生或是藥物副作用的前提下，可追求更嚴格的標準 6.5% 以下。

四、因擔心六歲以下的兒童尚不太會辨識和告知低血糖症狀和不自覺低血糖可能會造成神經學上的傷害，故年幼孩童血糖控制目標需因個人因素而做調整。

## 肆、尿酮與血酮

- 一、建議病友在血糖高於 250mg/dl 或生病時，要驗尿酮以早期發現酮酸血症的可能。
- 二、當有顯著的酮體時，照護者應向醫療團隊報告。不但要給予額外的水分或胰島素，也要繼續監測酮體。



## 伍、諮詢服務電話

- (02) 89667000 轉 1341 (糖尿病衛教室)  
(02) 89669000 (預約掛號專線)

## 陸、參考文獻：

1. 社團法人中華民國糖尿病衛教學會(2020)。糖尿病衛教核心教材。臺北市：中華民國糖尿病衛教學會，p136-157。
2. 行政院衛生署國民健康局(2015)·糖尿病人的自我照護·糖尿病與我，p44-49。
3. 圖片繪製:陳宣君

## 柒、複習一下

- ( ) 問題 1：血糖試紙可以永久使用沒有有效期限。
- ( ) 問題 2：採血處消毒後，須等酒精乾了再採血，以免將血液稀釋。
- ( ) 問題 3：建議在三餐前和睡前點心前監測血糖。其它時段若有低血糖、高血糖、酮血症或生病症狀，則要立即驗血糖數值。。

### 正確答案

問題 1：X 問題 2：○ 問題 3：○

編印單位：新陳代謝科  
編印日期：2021 年 04 月 22 日 第一版  
全院編碼：亞東醫院出版品 (SH546)  
材物編碼  
宗旨：持續提升醫療品質  
善盡社會醫療責任  
願景：成為民眾首選的醫學中心