

# 認識妊娠糖尿病

妊娠糖尿病是指懷孕 24-28 週期間出現高血糖的現象，此發生率約 1-3%，而 40 歲以上的孕婦則可高達 35%，常見合併症為早產、早期破水、胎兒過大、肩難產、產後大出血。

## 壹、常見症狀：

通常沒有明顯的症狀，在血糖控制不良時會出現吃多、喝多、尿多的三多症狀。

## 貳、妊娠糖尿病的檢驗：

在 24 週至 28 週時，到醫院接受口服 75 公克葡萄糖水耐受試驗，抽血前需空腹 8 小時，測空腹血糖及服用 75 公克葡萄糖水後 1 小時、2 小時血糖變化，三次測量的血糖值只要有一次超過標準，即確診為妊娠糖尿病。

到醫院來做口服 50 公克葡萄糖水負荷試驗，當您喝下糖水一小時後抽血，如果血糖超過 140mg/dl 以上者為陽性反應，需要安排更進一步的耐糖試驗，來確定是否為妊娠糖尿病。

## 妊娠糖尿病診斷標準：

靜脈葡萄糖值 (mg/dL)	空腹	1 小時	2 小時
75g 葡萄糖水 耐受試驗	≥92	≥180	≥153

## 參、自我照顧方法：

- 一、向營養師作營養諮詢，提供正確的飲食方式。
- 二、飲食控制及適量的運動。
- 三、要定期檢驗血糖，血糖的控制大多能達到理想的範圍（空腹血糖值： $\leq 95\text{mg/dl}$ ，飯後 2 小時血糖 $\leq 120\text{mg/dl}$ ），必要時需予胰島素治療。
- 四、放鬆心情，定期回診。



圖一 定期檢驗血糖數值  
肆、諮詢服務電話

圖二 與營養師做飲食諮詢

(02) 89667000 轉 1461 (產房)

(02) 89669000 (預約掛號專線)

### 伍、參考資料

林淑玲 (2020) · 妊娠糖尿病 · 周玉眉總校閱, 產科護理學 (十版, 534-540) · 台北: 華杏。

懷孕與糖尿病 · 糖尿病核心課程教材 (2018) · 中華民國糖尿病衛教學會: 258-273。

### 陸、複習一下:

問題 1: ( ) 妊娠糖尿病指懷孕前沒有糖尿病病史, 但懷孕時出現高血糖的現象。

問題 2: ( ) 血糖控制不良時會出現吃多、喝多、尿多的三多症狀。

問題 3: ( ) 自我照顧重點要飲食控制、適量的運動及監測血糖。

#### 正確答案

問題 1: ○ 問題 2: ○ 問題 3: ○

編印單位: 護理部 DR (obs-032)  
編印日期: 2021 年 3 月 1 日 第 1 版  
修訂日期: 年 月 日 第 版  
全院編碼: 亞東醫院出版品 (SH567)  
材物編碼: MS4907S002  
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