

# 糖尿病， 不能亂服成藥！

**19**95年以前，有部分沒有保險的糖尿病患都是到藥房去買口服藥回來吃，而且多半吃吃停停、停停吃吃。甚至今天想吃時吃3顆，明天吃6顆，後天吃半顆，大後天不吃。所以血糖很不容易控制，有時低到會發抖。我們知道很多吃口服藥的人會抱怨：「我都是去買德國製的那種橢圓形的藥，吃下去都會手腳發冷。」其實是因為他血糖太低了，才會發冷。

口服藥並不是胰島素，它的作用是刺激胰島素的分泌。有人以為口服藥會產生依賴性，時間久了越吃越多，才能刺激胰島素的分泌。其實藥越吃越多的原因，並不是因為口服藥所引起的。而是因為吃了口服藥之後，血糖降下來，之後的飲食沒有繼續注意，而食物越吃越多，結果口服藥的量就要越多，並不是因為口服藥本身。

另一方面，人體越來越老化，胰臟的功能會越來越衰弱。正常人如此，糖尿病

人也一樣。所以為什麼說年紀越大的人，越多人得第二型糖尿病的原因，就在這裡。

由於病人喜歡自己買口服藥來吃，所以目前產生一個很嚴重的現象：最容易發生低血糖死亡或是住院的，通常都是自己買藥來吃的人。通常他的病史是這樣子，剛開始得糖尿病的時候，他都是想吃的時候吃，不想吃的時候不吃。有時吃3顆，有時吃2顆，有時吃1顆。這時候都沒有關係，可是等到10年、20年後你腎臟已經不太好時。你1天吃了3顆、5顆的話，因為腎臟不好，藥量的排除就會減少。這時血糖就會降的很低很低，救不回來，可能就因為這樣而死了。

## 不能自己隨便買藥來吃

藥物如果有很強的藥效，有時在半顆或1顆之間，可能就是正常和死亡之別。其實口服藥在先進國家，都是只有醫師開立處方才能買到或才能領到藥的。並不能自己隨便買藥來吃，

■由於人體會隨著年齡的增長，越來越老化，體內的器官也會越來越衰弱；患有糖尿病的人更要注意飲食正常，不亂服成藥。

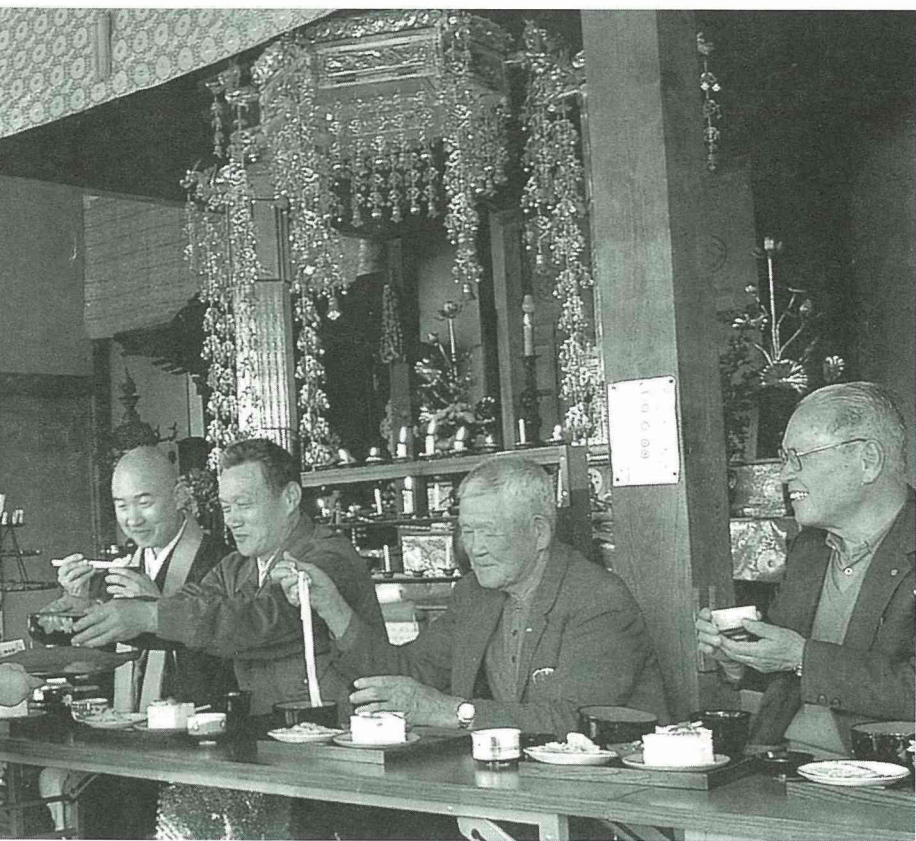


因為這樣子非常危險，常常會有因低血糖而去世的危險，這是大家應該要注意的。

第一個服用口服藥要醫師開立。而且醫師也應該告訴病人，在低血糖的時候是有那些症狀，譬如說：發抖、冒汗、腳軟、精神不集中及很餓等現象，這時應該要告訴他要趕快減藥。因為有的醫生不是天天在看糖尿病，或是剛來接受訓練的醫生，比較沒有經驗，通常會開過量的藥給病人。

## 口服藥服用過多 血糖會降低

口服藥最常見的現象是服用過多，導致血糖太低。若是胰島素，醫生目前通常會開比較少一點，就是怕他



血糖太低，至於開口服藥通常有時會比較大膽一點，1次2顆或1次3顆。我一看覺得非常可怕，因為這是作用很強的藥。

有些人吃了血糖過低，發生很嚴重的後果。初期的現象，就是前面提的四肢發軟等等。到了第三期就昏倒，第四期就沒有辦法救活過來，可能就腦死變成植物人；所以並不是口服藥就那麼安全。綜觀國外，家庭醫學科的醫生也開口服藥，口服藥是比較容易使用。因為從半顆或1/4顆開始用，比較容易掌握。

## 吃口服藥的人 應該驗血糖

口服藥還有一點要注

意，就是和食物一起服用。假如這一餐禁食，可能就不能吃口服藥。因為不吃東西，血糖已經在正常的範圍，再吃口服藥血糖會降得更低，這時可能會發生低血糖的危險。所以吃口服藥的人其實也應該驗血糖，不是驗尿糖。因為血糖過低驗尿糖是驗不出來的。

假如每天都是吃一樣分量的食物、一樣分量的藥物、一樣分量的運動、心情狀況也保持一樣、體重也保持一樣，這時候驗血糖的次數可以不用很多。

## 這藥很有效 但不能給別人吃

另外常常犯的毛病就是：這藥很有效，就拿給別

人吃。這樣很危險，會害人。台灣現在很多人得了慢性病之後，有一個困擾，大概親戚朋友都會買藥給他吃。其實洋人他們不敢買藥給別人，而且買藥也買不到。

在台灣我們爲了要對別人關心，會給他秘方、藥物，或一些特殊食品，造成很多醫療上的困擾。譬如說送給病人高蛋白食品，但是糖尿病就不能吃高蛋白食品。我想別人得病的時候應該給予一種關懷，這種關懷也要考慮到別人隱私權的關懷。因為有些人得到慢性病也不願意讓別人知道。我們要關懷，而不是當他的醫生。我常在急診室接到會診，都是因為吃藥不當，而引起血糖過低的情形。而且病人都沒有機會接受病人教育，所以他並不知道口服藥也需要注意到血糖的問題。

口服藥的副作用比胰島素多一點。胰島素有些人是過敏而已，而口服藥也有大約3%的會過敏，皮膚會發癢，這是正常的現象。還有的現象是有少部分的口服藥因為它的作用是在腸胃道上面，所以有些人會拉肚子、腹脹、肚子痛，通常這是第二線藥物。通常在第一線的藥物，病人會沒有什麼感覺，不要說口服藥、胰島素有什麼樣的副作用，其副作用小到幾乎很小很小。 圖