



怎樣才算妥善管理糖尿病？一直以來，醫生和病人十分關注血糖數值是否達標，以判斷病情是否受控。指數「唔合格」病人，比起指數達標者，的確有較大機會患上併發症。隨著醫學發展，我們漸漸了解糖尿病不僅是降低血糖水平，還有多方面須留意。

首先，相信不少患者知道，糖尿病破壞不同器官血管，最常見併發症是心血管疾病和慢性腎病了。根據香港的統計，慢性腎病患者中有百分之四十五病人患有糖尿病的。要預防併發症，醫生會採用不同種類降糖藥，來控制血糖水平。近年，新一代口服降糖藥SGLT2抑制劑面世，國際研究證實它有助保護心臟和腎臟。部份風險較高糖尿病患者，包括肥胖、吸煙或已有心臟問題者，可考慮優先使用。

其二，密切監測其他身體指標，特別是血壓、血脂及體重。高血壓和高膽固醇會加劇血管發炎，導致血管病變，進而損害器官。另外，糖尿病人普遍體重過高，這會令到胰島素功能減退，令血糖控制惡化。肥胖人士（BMI > 25），除糖尿病併發症，決定治療方針，達致更理想病情控制。此外，患者至少每年接受一次糖尿病併發症篩查，檢查血壓、血脂、尿蛋白、視力、足部神經等等，防患於未然。

提醒大家：以上內容僅供參考，預防及治療方法都有不同成效、副作用及風險。如有疑問，請向主診醫護查詢。

此欄目由英國阿斯利康藥廠贊助

胡立志醫生