

# 糖尿病患者口服降糖药与胰岛素使用的注意事项

王欢

柳州市人民医院 545006

【中图分类号】R587.1

【文献标识码】A

【文章编号】1002-3763 (2023) 07-070-01

糖尿病是一种常见的慢性代谢性疾病，患者需要通过口服降糖药或胰岛素来控制血糖水平。然而，药物的使用需要注意一些事项，以确保治疗的效果和安全性。下面，我们来了解一下糖尿病患者在口服降糖药与胰岛素使用时的注意事项。

## 一、口服降糖药的使用注意事项

1. 遵循医生的建议：患者应该按照医生的指导来选择合适的口服降糖药，并严格按照医生的剂量和使用频率来使用药物。

2. 注意药物的时间和餐前餐后的使用：不同的口服降糖药有不同的使用时间和餐前餐后的要求。患者应该根据医生的建议，在正确的时间和餐前或餐后使用药物，以确保药物的效果。

3. 注意药物的副作用：一些口服降糖药可能会引起胃肠道不适、低血糖等副作用。患者应该了解药物的常见副作用，并及时向医生报告，以便医生进行调整或更换药物。

4. 避免药物的滥用和误用：患者应该按照医生的建议使用口服降糖药，不要滥用或误用药物。过度使用药物可能导致药物的副作用增加，甚至对身体造成伤害。

5. 注意药物与其他药物的相互作用：口服降糖药可能与其他药物产生相互作用，影响药物的疗效或增加副作用。患者在使用其他药物时应告知医生，以便医生进行合理的调整。

## 二、胰岛素的使用注意事项

1. 学会正确的注射技巧：胰岛素需要通过注射来使用，患者应该学会正确的注射技巧。医生或护士可以提供指导，确保胰岛素的正确注射，避免注射到错误的部位或引起其他不良反应。

2. 注意胰岛素的保存和保质期：胰岛素需要储存在适当的温度下，避免高温或低温的环境。另外，胰岛素的保质期一过，应及时更换新胰岛素，以确保药物的有效性和安全性。

3. 注意胰岛素的剂量和使用时间：患者应该按照医生的建议，准确计算胰岛素的剂量，并在正确的时间使用胰岛素。遵循医生的指导，避免过量或不足的使用胰岛素。

4. 密切观察血糖水平和病情变化：患者应该密切观察自己的血糖水平和病情的变化。如果血糖水平异常或病情加重，应及时向医生报告，以便医生进行进一步的评估和调整治疗方案。

## 三、其他注意事项

1. 合理饮食：患者应遵循医生或营养师的建议，制定合理的饮食计划。控制碳水化合物的摄入量，增加蔬菜、水果和蛋白质的摄入，避免高糖、高脂肪的食物。除了遵循医生或营养师的饮食建议外，糖尿病患者还应注意饮食控制。避免过量摄入碳水化合物和糖分，控制饮食中的热量摄入，保持适当的体重。

2. 适度运动：适度运动对于糖尿病患者非常重要。患者应根据自身情况选择适度的运动方式，如散步、慢跑、游泳等。运动可以帮助控制血糖水平，增加身体的代谢率，改善胰岛素的敏感性。在进行运动前，患者应注意血糖水平的监测，避免运动过程中出现低血糖的情况。

3. 规律作息：保持规律的作息时间对于糖尿病患者来说很重要。规律的作息可以帮助维持血糖水平的稳定，促进身体的代谢和恢复。患者应尽量保持固定的睡眠时间和醒来时间，并避免熬夜和过度疲劳。

4. 心理调适：糖尿病是一种慢性疾病，患者可能会面临一定的心理压力和焦虑。患者应学会有效的应对和调适方法，如放松训练、心理咨询等，以保持良好的心态和情绪。

5. 环境管理：患者应注意环境的卫生和安全。保持室内空气清新，避免烟尘和有害气体的污染。定期清洁居住环境，避免霉菌滋生和细菌感染。

6. 寻求专业支持和教育：糖尿病患者可以寻求专业的支持和教育。参加糖尿病管理课程或咨询糖尿病专业人士，可以获取更多关于糖尿病管理的知识和技巧，提高自我管理的能力。

7. 建立良好的支持系统：糖尿病患者可以寻求家人、朋友或糖尿病支持组织的支持。与他人分享经验和情感支持，可以帮助患者更好地应对糖尿病的管理和治疗。

8. 建立健康的生活习惯：除了药物治疗，糖尿病患者还应建立健康的生活习惯。这包括合理的饮食、适度的运动、规律的作息、戒烟限酒等。这些习惯有助于控制血糖水平，减少药物的使用量。

这些注意事项可以帮助糖尿病患者更好地管理口服降糖药和胰岛素的使用，确保治疗的效果和安全性。患者应与医生保持密切的沟通，及时咨询和报告任何问题，以便医生进行合理的调整和指导。同时，患者也应积极配合药物治疗，坚持健康的生活方式，以控制血糖水平，提高生活质量。

(上接第69页)

能够进行有效的控制，在药物发挥作用并且及时排出体外的情况下，能够使得机体供氧及时性得以保证，而且避免相关并发症的发生，防止各脏器处于高负荷运转状态，能够提高整体身体健康程度。所以，清肺化痰汤用于老年肺炎患者中，能提高疗效及安全性，具有推广价值。

## 参考文献

[1] 葛燕萍, 王绍谦, 孔静. 清肺化痰汤对重症肺炎(痰热

壅肺证)患者中医证候积分, 免疫功能及炎性因子的影响[J]. 中国中医急症, 2022, 31(8):1213-1216.

[2] 袁秀文, 徐子宾, 张玲. 清肺化痰汤对呼吸机相关性肺炎患者呼吸力学及CRP, WBC水平的影响[J]. 辽宁中医杂志, 2022, 49(3):81-85.

[3] 段丛静, 马喜迎. 清肺化痰汤治疗慢性阻塞性肺疾病急性加重期痰热壅肺证的疗效及安全性观察[J]. 贵州医药, 2022, 46(9):1463-1464.