



正確使用血糖機

血糖控制好安心

■ 受訪者: 何橈通醫師 (台北榮民總醫院教學研究部暨內科部新陳代謝科)

根據衛生福利部101年統計資料顯示：因糖尿病而就醫之民眾高達96萬人，且於101年全國十大死因中糖尿病高居第五名。隨著人口老化、生活型態及飲食習慣改變，國人罹患糖尿病的人口比例增加，且有年輕化的趨勢。糖尿病患者如未妥善控制血糖，將可能引發血管疾病，包括腦中風、視網膜出血、心肌梗塞及腎臟病變等併發症，嚴重者甚至需要洗腎。所以糖尿病患者除了依照專業醫師指示服用降血糖藥物外，也要正確使用血糖機，才能妥善控制血糖。血糖機是第二等級的醫療器材，為了提醒國人使用血糖機，特訪談何橈通醫師，使用血糖機的正确觀念。

血糖機是血糖的檢測工具

糖尿病患的血糖控制相當重要，每一至三個月至醫院或診所抽血檢驗糖化血色素，僅能反應一段時間內血糖控制的狀況，無法準確反應每日血糖之變化。長期血糖控制不良將可能導致併發症，所以使用血糖機隨時監測血糖，並控制血糖在標準範圍，才能夠避免糖尿病併發症的發生。

選購血糖機 應詳閱說明

目前血糖機的製造技術已相當成熟，只是無論使用何種品牌，使用者在操作前應詳閱產品操作手冊，並注意血糖機的檢測範圍以及參考標準。定期將血糖機之量測值與醫院診所之血糖量測值進行比較，以確保血糖機與醫療院所檢測結果之一致性，當數值差異過大時，應該進行校正。另外，當測量出之血糖值超過血糖機宣稱之檢測範圍時，其檢測值並不可靠，應該至醫療院所重新測量。

血糖機使用之五大步驟：潔、採、校、保、維

- 潔**：注意清潔，血糖量測過程中涉及血液採集，應注意衛生習慣避免感染風險。
- 採**：適當採血，採血前應對採血部位進行消毒並且保持乾燥，遵循使用說明指示進行採血，於適當的位置，採取足以判讀之血量。
- 校**：自主校正，第一次使用儀器、每當開啟一盒新試紙及更換電池時，需搭配校正用之品管液或校正試片，進行自主校正工作。
- 保**：保存試片，確認檢測試片是否於有效期限內，並保存於涼爽乾燥、避免陽光直射之適當環境。
- 維**：適時維護，定期與醫療院所量測之血糖數值比較，若出現嚴重異常或有任何疑義，則須將血糖機送回原廠商或經銷商進行維修校驗。

血糖異常應與醫師討論

醫師經常詢問病患「血糖控制得好不好，是否達標？」。如果血糖控制達到標準，即可避免糖尿病併發症的發生。血糖機除了測量血糖外，另外一個重要目的是保障病患安全。因為當病患感覺肚子餓、有冒冷汗等低血糖的現象時，其實不一定是血糖太低，此時，可以利用血糖機檢測血糖值，作為進食的依據，避免進食後反而造成高血糖的現象。當發生血糖過低的情形時，應該立即記錄發生的時間及用餐後多久等資訊，並與醫師討論如何調整藥物與飲食習慣，已避免低血糖的狀況發生。

要注意「血糖機」是第二等級醫療器材，購買時要「認證照」，也就是要認明產品包裝上的「醫療器材許可證」以及購買地點的「藥商許可執照」，使用時要「看說明」，也就是要依照產品說明書的指示使用產品，才能發揮產品最好的效能。除此之外，還要定期校驗才能確保使用的精準度。如果使用後有發現醫療器材品質不良，或因使用醫療器材引起不良反應，請立即通報衛生福利部醫療器材不良反應通報系統，通報專線02-2396-0100，網站：<http://medwatch.fda.gov.tw>。