

## 糖尿病

胰臟所分泌的胰島素，具有促進新陳代謝的作用。當胰島素分泌失調或無法在身體細胞內發揮作用，使得體內的糖份不能充分利用，而形成血糖過高，並導致蛋白質及脂肪的代謝發生混亂時，稱為糖尿病。

### 一、糖尿病症狀：

1. 三多：多尿-小便量，次數多；多喝-易口渴；多吃-易飢餓，而吃得多，體重卻減輕。
2. 尿糖、血糖增高。
3. 傷口不易癒合。
4. 併發症急性-糖尿病昏迷，易受細菌感染。如：皮膚炎，結核病及尿道炎。慢性-眼睛病變，神經障礙，高血壓，腎臟病變，動脈硬化。

### 二、如何預防？

1. 家族有糖尿病史時，應及早定期健康檢查
2. 發現有糖尿病症狀時，應立即檢查。
3. 維持理想的體重。
4. 適當運動，以利於消耗體內的糖份與熱量
5. 飲食控制。

治療輕度糖尿病患者可由飲食控制與規律運動來做治療，不一定需要藥物。而重度糖尿病患者則需要配合藥物或胰島素注射加以控制。