



香港安醫院—荃灣急症科顧問醫生 嚴建明

酮酸中毒或高滲壓狀態 可致氣促神志不清

高血糖併發症

的個案，從而對此有多些認識。
院—荃灣急症科顧問醫生嚴建明分享「高血糖症」什麼方法預防血糖持續過高？這次請來香港安醫院急症科顧問醫生嚴建明分享「高血糖症」的個案，從而對此有多些認識。
狀。到底血糖異常飆升時有多危險？糖尿病患者又有糖尿病患者，一旦血糖失控更可引發威脅生命的症
更容易令血糖大上大落，有損健康。特別是
不當的斷食，惟經常如此，不單傷害腸胃，
放任暴飲暴食後，不少人會因罪疚感而

正常人空腹情況下血糖水平會介乎4mmol/L至6mmol/L之間。「高血糖症」又稱「高血糖昏迷症」，跟低血糖症一樣是可致昏迷不醒甚至死亡的急性危疾。臨床上不少患者本身有糖尿病而不自知，當飲食過量，或患上嚴重急病如肺炎、細胞感染、缺水、心肌梗塞、中風等，又或遇上嚴重創傷、手術後，就可觸發血糖暴升至危險程度。高血糖症常見有以下兩種嚴重的併發症。

第一種是酮酸中毒症 (Diabetic Ketoacidosis)，患者本身胰島素缺乏或不足，不能如常人般將糖分解成燃料，身體只好將脂肪分解變成能量，過程中產生了異常多的酮酸積存於血液及尿液，造成酮酸中毒。當血液持續變了酸性 (pH值可低於7.3，即低於血液正常pH值範圍7.35至7.45)，身體細胞機能運作就會遭破壞，非常危險。

酮酸中毒一般在24小時內發作，患者較多是患一型糖尿病，起初的徵兆會像患了腸胃炎般出現嘔吐、腹痛、發燒、疲憊、頭暈、口部和舌頭乾涸、及整個人呈脫水狀態，隨後可嚴重到氣促、呼吸或有水果味、意識錯亂、甚至失去意識，須召喚緊急救援。此症死亡風險為1%至5%。

第二種是高血糖高滲壓狀態 (Hyperosmolar Hyperglycaemic State) 患者本身胰島素足夠，卻無法正常運

作去處理糖分，以致血糖異常高並持續一段時間，但血液內只有少量或沒有酮酸積聚。大量糖分會流進尿液，導致排尿過多過密，加上過高血糖造成高滲透壓，導致血液因脫水而變得過濃，於是容易出現嚴重脫水而昏迷，要即時搶救。此症的死亡風險可達5%至20%。

高血糖高滲壓狀態發病相對較慢，由數天至數星期內不等。早期症狀跟酮酸中毒的相似，包括有神志不清、異常口渴、尿頻、視力模糊、虛弱及肢體乏力。不同的是，高血糖高滲壓的患者，尿液沒有或只有極微量的酮酸，血液也沒變成酸性，脫水及電解質流失的情況比酮酸中毒嚴重得多。另身體不能處理糖分之餘，也無法利用脂肪轉化成能量。

13歲男童極口渴 狂飲豆奶涼茶

大多高血糖高滲壓狀態的個案，在診斷及醫治時才發現是二型糖尿病患者。此併發症一向好發於長者。美國曾有一名73歲女性，從沒有確診糖尿病的紀錄，在做完半人工髖關節置換手術後的兩天內，先後出現嘔吐、脫水、

高血糖及高滲透壓等情況，醫生確認為高血糖高滲壓狀態，並發現她患上二型糖尿病。

但隨着全球肥胖及患二型糖尿病的兒童及青

少年愈見普遍，他們出現高血糖高滲壓狀態的中外個案也漸漸上升。

嚴建明分享了2014年本地曾有一經典個案。一名13歲男童求診前的3天內有嗜睡、呆滯、虛弱、噁心、並感胸口不適。入院當天更疲累不堪，並且多尿，又因極度口渴而喝了共5.8公升豆奶及涼茶；當時沒有嘔吐，但心跳快至每分鐘179下，血壓曾低至102/35mmHg。男童身體肥胖，皮膚多處呈黑色棘皮症這種糖尿病前期的明顯表徵，本身亦有強大的糖尿病家族病史。入院後最初6小時，他的血糖更一度飆升至105.4mmol/L，隨後病情惡化，伴有休克，急性腎衰竭，急性肺水腫和橫紋肌溶解症的嚴重症狀，需入深切治療部救治。男童診斷為高血糖高滲壓狀態的同時，也初診二型糖尿病，經搶救成功後，再留院3天觀察始能出院。

嚴醫生解釋，個案中男童攝取大量含高澱粉質及高鈉的飲料，以致加劇因多尿而脫水的症狀。故治療高血糖症，先要以生理鹽水補充水分，醫生亦會為患者驗血、驗尿來幫助辨別有沒有酮酸中毒，並且監控血壓、血酸、電解質及鉀回復平衡狀態後，再處理患者本身的糖尿病。

市民如懷疑自己或身邊家人或朋友有血糖異常的症狀，應先檢測血糖，以確認為低血糖抑或高血糖的情況。高血糖症患者，在清醒情況下，可以飲用電解水補充水分，然後立即求醫，切勿讓病情繼續惡化。



嚴重可奪命



■高血糖症不可忽視。

小知識

預防方法

1. 照囑服藥：依照醫生指示進行降血糖藥治療。
2. 規律回診：定期執行糖尿病相關的抽血及檢查。
3. 自我監測：了解血糖變化，掌握自己的身體狀況。
4. 調整飲食：可按營養師建議去調整飲食習慣來控制好血糖，並幫助減重。
5. 規律運動：透過運動等良好生活習慣，可以幫助血糖管理得更好。



■運動及調整飲食可以幫助血糖管理得更好。



■小朋友專心繪畫。



關注單親家庭情緒 親子畫創作拉近關係

為關注單親家庭「後疫情」生活及情緒，半島青年商會主辦「健康紅人單親同行」工作計劃，冀喚起社會各界關注，計劃旨在讓受眾透過活動與子女建立良好的親子溝通，從而增強家庭互信關係，促進社會和諧。

該會反映有意見指香港欠缺針對單親家庭的支援配套，尤其是精神健康的支援。單親家長需長期獨自面對經濟、工

作、長期照顧子女等重擔，所承受壓力比一般家庭更大，出現精神健康問題的機會亦相應增加。故該會今年舉辦問卷調查及一系列支援單親家庭的活動，包括不同的工作坊、親子歷奇同樂日及情緒教育講座等，其中的摺紙工作坊，讓小朋友放下「電子奶嘴」發掘創意，學習摺出特別的作品；另有親子畫創作，讓家長子女共同創作屬於自己獨特作品，家長可從中了解

子女的心路歷程，令親子關係更親密。

相關問卷調查已於5月完成，該會就調查結果總結出多項改善單親家庭困境的建議，如增加社區託兒服務名額，讓有需要單親家庭為優先；加強精神健康服務及改善精神健康服務分流制度，以縮短輪候時間和避免求診者因其背景增加惡化機會；學校及政府應加強宣傳現代家庭概念，減少對單親家庭的歧視等。