

血糖控制不求人・血糖管理軟體的介紹

文/醫護部 陳鈺如 督導、糖尿病衛教室 范秀瓔 衛教師

糖尿病已成為現代文明病之一，其發生率正逐年增加中，美國糖尿病醫學會認為良好的血糖控制除了飲食控制、規律運動及藥物同步進行外，還需時常的自我監測血糖。

美國糖尿病醫學會建議，糖尿病患應規律自我監測血糖，藉由血糖監測的精確數據，可以增加病患對高、低血糖的了解，也可以用來調整藥物、飲食、運動，提供健康照護專業人員治療指引，及早發現並預防高、低血糖的併發症。因此血糖自我監測是糖尿病患非常重要的工具。

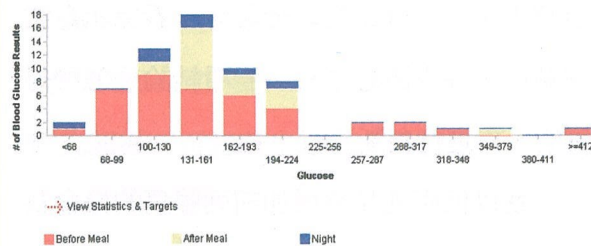
在台灣的糖尿病患約有30-40%有血糖機，但因許多因素而沒有規律使用它，造成一台血糖機花費4000-5000元，卻閒置在一旁而形成浪費，探究其原因大多數人表示『就算測了也不知對血糖的控制有何幫助？』，加上手寫的記錄監測，研究顯示其正確性只28%，除此之外還有漏記等問題，造成專業醫護人員不易判讀之外，對於糖尿病患者來說，也相當不便。現有血糖管理軟體，可幫助糖尿病患正確評估血糖值，有效治療糖尿病。值得您善加利用，以下就針對血糖管理軟體做一初步的介紹：

血糖管理軟體是一套操作容易的軟體，透過這套軟體，您可輕易地將血糖讀數下載到電腦中，利用軟體內建的 11 個圖表(血糖記錄日誌、14天摘要、血糖趨勢圖、圓餅

圖、平均血糖值、標準天數據、清單、柱狀圖、胰島素、健康檢查等)提供您清楚的血糖分析。提供的資料更有助於您與醫療團隊快速分析血糖趨勢，評估治療成效，並調整療程。

目前本院為了提供民眾更加方便的服務，於核醫大樓三樓內科門診區域，有提供血糖管理軟體下載的功能，讓您更加容易管理您的血糖。只要在上班時刻當您至本院就診前，可攜帶您的血糖機即有專人為您服務，協助您將血糖監測的狀況一五一十下載於電腦中，同時協助印出相關圖表，提供給您就診時與醫師討論的最佳工具。

甚至在某些特定的診間如：內分泌科門診，經由血糖管理軟體的下載，在診間的電腦中同步可看到上述的圖表及血糖結果，有助於醫師快速分析血糖趨勢，評估治療成效，並調整療程。期待您善加利用，聰明的您，聰明的控制血糖。



(圖)14天血糖摘要顯示圖