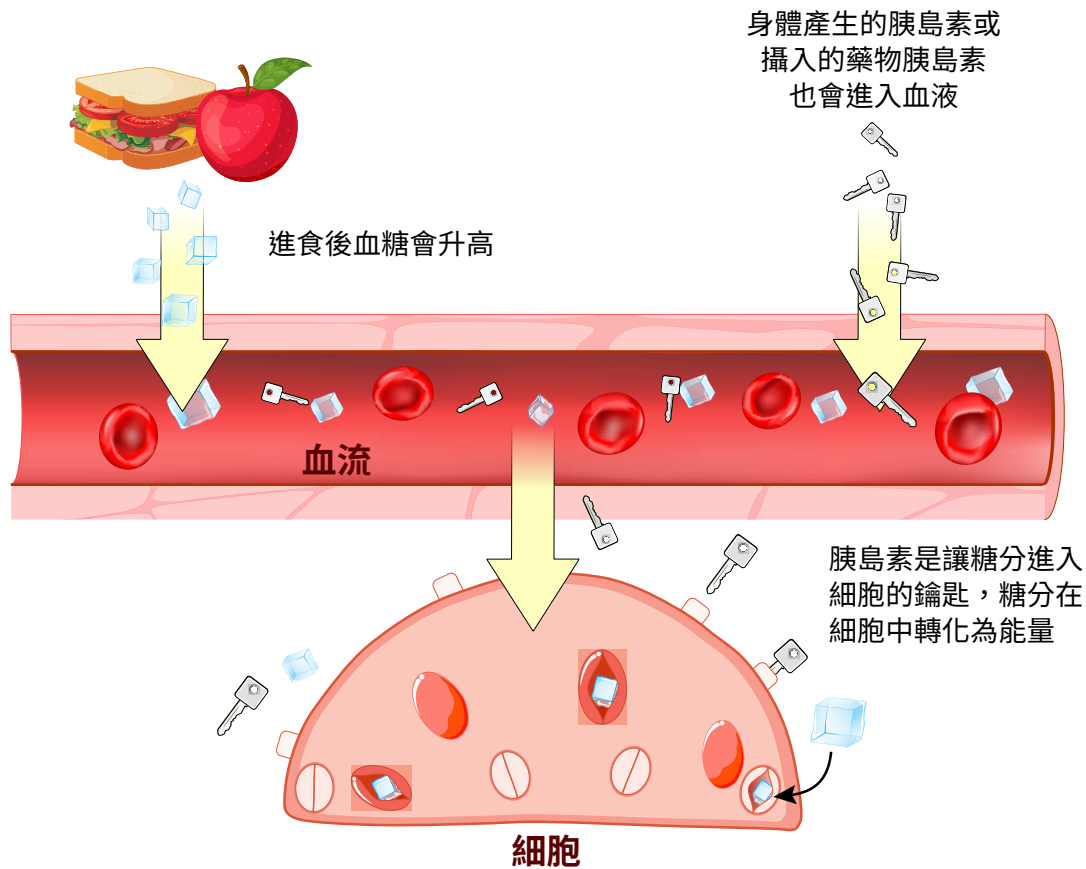


胰島素與糖尿病

胰島素是一種體內自然產生的激素，它幫助身體用葡萄糖（一種糖分）生成能量。當您進食時，身體會把食物分解成糖分，並將其送入血液。之後，胰島素會幫助將血液中的糖分送入細胞，讓糖分在細胞中轉化為驅動身體的能量，維持身體運轉。



為什麼我需要胰島素？

使用胰島素或其他糖尿病藥物通常是治療糖尿病的一個步驟。如果您患有糖尿病，您的身體會無法產生胰島素或難以使用體內產生的胰島素。胰島素不能以藥丸的形式服用，因此，大多數使用處方胰島素的人需要使用胰島素筆或注射器，或使用胰島素泵，將所需的胰島素注射到體內。胰島素有不同的類型。有些可快速起效，需隨餐使用。其他的起效速度較慢，每天只需使用一兩次。使用胰島素可幫您控制血糖含量並達到血糖目標。因此，胰島素可以讓您感覺更有活力並幫您保持健康。最重要的是，胰島素有助於預防糖尿病併發症。

接下一頁

關於胰島素，我應瞭解什麼？

- 由於胰島素有不同的用法，許多人會使用不止一種胰島素來達到血糖目標。

請您的醫生解釋一下為您開具的是哪些種類的胰島素，以及它們都如何使用。在您下次就診時，可以要求演練一下正確注射的方法。

- 胰島素的用法和使用時間會因人而異，不盡相同，而每個人的具體方案也會隨著時間的推移而改變。

請您的醫生根據您目前的生活方式和最近的血糖情況來討論一下您需要注射的胰島素種類、劑量和頻率。

- 無論您是否進食，胰島素都會降低您的血糖含量，並會增加低血糖的可能性。因此，使用胰島素時，按時進餐十分重要。

請向您的醫生詢問預防低血糖的最佳方法，以及在出現低血糖時，該怎麼做。

常見誤區

誤區 胰島素會導致糖尿病併發症或死亡。

事實

胰島素有助於延緩或預防糖尿病併發症。有時，患者在需要胰島素時會拖延許久才開始使用，而這對於預防併發症來說，可能為時已晚。

誤區 如果必須使用胰島素，那是因為我的糖尿病正在惡化。

事實

使用胰島素並不意味著您未能控制住自身的糖尿病。由於糖尿病是一種漸進性疾病，胰臟最終會無法滿足身體對胰島素的需求。因此，在需要時使用胰島素，會更容易達到血糖目標並保持健康。

誤區 胰島素愈晚開始使用愈好。

事實

開始使用胰島素的最佳時機，是它可以幫您達到血糖目標之時。請與您的醫生共同商定努力目標，並進而確定胰島素是否有助於您達到目標。

如需有關糖尿病的詳細資訊，請撥打 311 或造訪 nyc.gov/health/diabetes。

如需協助查找醫生或是免費或低收費的健康保險，請撥打 311。