

內分泌新陳代謝科



糖友們的好幫手 糖尿病共同照護網



糖尿病衛教師 董蘭芝 護理師

小花媽：阿土伯，你的血糖怎麼控制的那麼好啊？

阿土伯：我每三個月回診時，醫院都會安排營養師教我怎麼吃東西，我就照他們教的做而已。

小花媽：那看營養師收費會不會很貴啊？

阿土伯：不會啊，醫師讓我加入『糖尿病共同照護網』，我每3個月回診，除了去看醫生外，衛教師和營養師都會幫我上課，都沒有額外收費耶！

小花媽：真的假的啊？那麼好喔？

阿土伯：對啊，而且衛教師也會告訴我日常生活要怎麼照顧自己，每年還會幫我檢查眼睛和腳看有沒有併發症出現，揪甘心耶！而且不定期就會舉辦病友會對我們幫助很多喔！

小花媽：那我也要趕快去加入『糖尿病共同照護網』，接受免費又好康的照護喔！

什麼是糖尿病共同照護網

近年來由於高齡化、飲食習慣及生活型態的改變，罹患糖尿病的人數日益增多，甚至有年輕化的趨勢。糖尿病是一種複雜的疾病，如果控制不好，將會伴隨許多併發症發生，包括大小血管及神經病變，如心肌梗塞、腦中風、失明甚至面臨洗腎及截肢的命運，因此糖尿病已成為全球健康重大威脅的慢性疾病，在健保制度下它屬於高發生率並產生高費用的疾病。有鑑於此，衛生福利部與各縣市合作推動糖尿病共同照護網，藉由經過訓練糖尿病治療的醫療團隊合作，提供檢驗、診斷、

治療、衛教並持續追蹤等完整的服務，以協助病人在控制血糖、血壓、血脂上達成目標，並在慢性治療的漫漫長路上給予病人支持及陪伴，不僅僅維護病人生理上的健康，也給予心理上的鼓勵與支持，對於疾病方面不單可以得到良好的控制，降低併發症的發生並提高病人的生活品質，進而減少醫療費用支出，達到多贏格局。

如何加入糖尿病共同照護網

- (一) 找到符合糖尿病健康促進機構的醫療院所並具有糖尿病共同照護網證照資格的醫師看診。
- (二) 就診後，90天內在該院所同一位醫師診斷為糖尿病且至少就醫達2次(含)以上。

一旦符合以上兩項條件，醫師即可幫您加入糖尿病共照護網。

加入糖尿病共同照護網的好處

- (一) 定期提供完整的血糖、血壓、血脂、蛋白尿及眼底視網膜的檢查
- (二) 提供專業護理人員衛教及健康追蹤
- (三) 提供專業的營養諮詢
- (四) 不定期舉辦衛教活動及病友會

糖尿病人接受衛教可以知道些甚麼？

- (一) 認識糖尿病及如何有效控制
- (二) 正確的飲食控制
- (三) 藥物指導(含胰島素注射或調整)
- (四) 高、低血糖處理
- (五) 運動建議
- (六) 自我監測血糖
- (七) 瞭解並預防慢性併發症
- (八) 足部照護
- (九) 生病日的處理
- (十) 旅遊的注意事項