

# 糖尿病如何科学用药

熊小芹

(四川省巴中市中心医院 636000)

糖尿病是一种以血糖水平慢性增高为疾病发展特征的代谢类疾病, 主要将糖尿病患者分为 1 型糖尿病和 2 型糖尿病, 这种慢性疾病虽然不会在短时间内给患者的生命健康造成巨大威胁, 但是患者如果不加以重视, 疾病的发展会导致机体出现很多问题, 比如各种严重并发症, 有可能会给患者出现截肢、肾衰、心脑血管疾病等。

临床医学技术已经为糖尿病患者提供了多种可供选择的医疗手段, 目前最为常用的还是药物治疗, 药物治疗中也有很多具体的类别和用药途径, 本文围绕糖尿患者的科学用药展开论述。

## 1 糖尿病患者应遵循的总体用药原则

在临床用药方面, 临床医师应该要根据糖尿病患者的不同症状及个体差异, 制定具有针对性的用药方案, 不少糖尿病患者都存在体重超重的问题, 或者是存在由糖尿病引发的其他疾病, 用药方面都需要综合患者情况来进行衡量和取舍, 科学选择适用的降糖药物。从统计数据来看, 八成以上的 2 型糖尿病患者都反映出程度不一的胰岛素抵抗问题, 尤其是体型较为肥胖的糖尿病患者胰岛素抵抗问题更为显著。由此可见, 肥胖型糖尿病患者在用药治疗过程中应该要基于胰岛素抵抗这一生理变化, 选用能够改善胰岛素抵抗并实现血糖水平降低及血脂水平调节功效的药物。

糖尿病患者需要遵循的总体服药原则很简答, 首先要坚持长期服药, 其次要保证足量但不超量服药, 再次需要注意在规律的时间段服用药物, 最后, 需要结合自身病情制定科学的药物联合应用方案。

## 2 保持长期服药习惯

糖尿病让很多患者困扰的地方就在于这是一种慢性疾病, 需要长年累月的接受治疗, 患者体内的血糖水平是需要药物控制的, 一旦停止服药, 原本处于稳定状态的病情就会出现波动, 甚至有一部分患者的病情还会呈现出反弹迹象, 也就是变得比服药之前更加严重。为了严格控制自身病情, 避免病情起伏变化, 患者需要在医生为自己制定出用药方案之后就严格遵守, 按要求及时复诊以重新规划用药方案, 不要自行随意停药。

## 3 注意保持合理的药物服用剂量

刚开始服用降糖药物的糖尿病群体需要让自己有一段时间的适应过程, 要从小剂量开始用药, 然后视自身病情和身体承受能力逐渐递增使用药物的剂量, 找出个人最适合的药物维持剂量。医生对于每一位糖尿病患者的治疗要求和标准都是不同的, 并不是每一位患者都需要借助降糖药物将自身血糖水平降至一定范围, 尤其是老年糖尿病患者, 不需要制定出过于严苛的要求, 只要能够通过药物的服用来缓解患者的高血糖症状即可。同时, 药物服用期间需要注意观察患者是否因为服药而出现了特殊的症状, 如果出现了言语不清、定向力障碍、梦中喊叫以及夜间性

头疼等症状时, 需要带患者到医院去咨询医生, 然后在医生的判断之下, 针对个人情况调整药物的使用剂量, 这很有可能是未被识别却反复发作的低血糖症状导致的。

## 4 把握自身服用药物的准确服药时间

不同品牌的降糖药品, 建议服用的时间是有非常大的差别的。因此, 糖尿病患者应当看准自己服用的降糖药品牌, 严格制定用药时间。糖尿病患者的服药时间大多在以下几个区间: 第一种是需要病人在早餐前空腹服用的降糖药, 这种药物的作用时间很长, 服药一次可以基本保证 24 小时以上的药效。第二种是需要饭前 30 分钟服用的降糖药, 主要是磺脲类降糖药。第三种降糖药也是在饭前服用, 但不需要提前 30min, 提前 5-20 分钟服用即可。因为这类药品相对作用时间比较短, 但药效很快就可以发挥出来, 饭前过早服用可能会引起低血糖症状。第四类降糖药需要在进餐时与第一口饭同时嚼服, 诸如拜糖平, 作用在于降低饭后的血糖水平。最后一类是需要饭后服用的降糖药, 这种药是通过调控外周组织摄取并利用葡萄糖, 而起降血糖作用。由于这类药物可能会对胃肠道有一些刺激性作用, 故建议在饭后服用以减少不适。

## 5 选择科学的联合用药方案

部分糖尿病患者病情比较复杂, 需要同时将多种药物进行联合使用, 以求达到最佳的病情控制效果。服药时需要考虑各种药物之间的联合效应。病情越是复杂的患者就越要坚定治疗的信心, 不要过于急躁, 相信医生的治疗方案, 并耐心的坚持服药, 一段时间之后, 疾病肯定会向着好的方向发展。遵循医嘱用药, 同时检查服药过程中各项身体指标的变化, 最需要注意的就是血糖水平的波动, 继而根据自身血糖水平的变化调整其他种类降糖药物的应用方式及剂量。

同时, 部分食物是不能和降糖药一起摄入的, 这也是患者们需要注意的内容。不少患者有日常饮茶的习惯, 但需要注意的是, 控制好喝茶的时间非常重要, 由于许多茶水呈现弱碱性, 降糖药则是弱酸性药品, 两种酸碱性相互冲突, 所以, 喝茶时千万不要服用降糖药。

随着我国人民整体饮食结构和习惯的改变, 糖尿病的发病率在近些年表现出逐渐上涨的发展趋势, 临床医生一般建议患者选择药物服用的治疗方法来控制疾病表现。根据多年的临床经验总结, 尽管目前已经开发了许多种降糖药, 但是单独依靠一种药物是难以达到理想治疗效果的, 需接受联合治疗。医护人员在对患者进行科学指导用药的同时, 也要建议患者积极展开运动治疗、饮食治疗以及血糖自我监测等多种方式来实现对于自我糖尿病的综合管理。