

# 高血糖致心腎病、中風率高

## 未來 5 年內中風風險為常人 2.9 倍 心腎病各為 1.5 及 2.4 倍；失聰率亦高 2 倍 糖尿病是國人洗腎主因，佔 4.3% 任何時間血糖 $\geq 100\text{mg/dL}$ ，即使空腹血糖正常 亦有近 60% 罹糖尿病或前期糖尿病風險，且 1/3 不自知

國健局調查發現，高血糖患者未來 5 年內發生心臟病、中風與腎臟病的風險，分別是一般人的 1.5 倍、2.9 與 2.4 倍。為響應 99.11/14 世界糖尿病日，國健局成人及中老年保健組組長陳姿伶 99.11/11 呼籲，高血糖民衆要定期檢測糖化血色素、空腹血脂、眼底檢查與微尿白蛋白等 4 項指標檢查。

糖尿病是造成國人洗腎的主因，佔了 4.3%。據估計，國內 20 歲以上民衆約有 142 萬人有高血糖，其中卻有高達 82% 的患者糖化血色素控制不好；由於高血糖個案未來 5 年內發生心臟病、中風與腎臟病的風險，分別是一般人的 1.5 倍、2.9 倍與 2.4 倍，呼籲高血糖病患不可忽略定期檢查。

依據 2009 年衛生署全民健康保險醫療品質資訊公開網統計，國內糖尿病患在各項定期檢查項目的執行上，以做糖化血色素的檢查最高，佔 83%；其次是檢驗空腹血脂，佔 59%，惟眼底檢查或眼底彩色攝影及尿液微量白蛋白執行率均不到 30%。

配合 99.11/14 世界糖尿病日，國健局與中華民國糖尿病學會、中華民國糖尿病衛教學會於 11/14 下午 2 點，在台中公園舉辦園遊會、健走、點燈及攝影等活動，則透過互動式遊戲讓民衆獲得正確的糖尿病預防與控制訊息。

再者，別以為空腹血糖正常就沒有糖尿病！台中慈濟醫院新陳代謝科主任黃怡瓔研究發現：只要任何時間的血糖值超過 100 mg/dL，即使空腹血糖正常，也有高達近六成機會罹患糖尿病或前期糖尿病。

世界糖尿病日就是要喚醒大眾重視糖尿病。黃怡瓔主任這項研究，最近在中華民國糖尿病醫學會

發表，巔覆只檢查空腹血糖，來做判斷有無糖尿病的方式。

目前各國研究公認平均有 1/3 糖尿病患者不知已經罹病，黃怡瓔的研究指出，醫學界慣用只檢查空腹血糖的方式，讓許多人延遲診斷出糖尿病，甚至有延遲 7 年才診斷出來的個案，這結果等於不能早期發現早期治療！黃怡瓔醫師 3 年來透過積極篩檢，發現任何時間血糖值大於等於 100 mg/dL，就進一步檢查葡萄糖耐受及糖化血色素，透過積極篩檢發現，高達 59.4% 的病患已經罹患第二型糖尿病，或前期糖尿病卻毫不自覺，研究數值與過去比較高出近 1 倍。

這項研究，證實「人人都可能是糖尿病候選人。」的說法。對國人而言，糖尿病除了高血糖外，還常伴隨高血脂、高血壓，這三高慢性病合計引發許多併發症，病人需長期服用藥物，這些就佔健保費前十大用藥的 83%，2009 年健保藥費共 1,300 億，三高病患藥費佔了 450 億，驚人的數字背後，隱藏國人預防觀念的不足。

黃怡瓔醫師特別呼籲：糖尿病高危險群，包括有糖尿病家族史；高血脂、高血壓、體重過重的患者；年紀大於 40 歲者；或曾有過妊娠糖尿病的婦女，都應早期積極篩檢並早期預防，才能達到全民防治糖尿病的目標。尤其人人皆應自幼年建立正確的飲食觀念及規律運動，並做好體重控制，才能降低日益增加的糖尿病及其帶來的相關眼睛、腎臟、心血管及神經併發症。(99. 12/10 摘錄、整理自 99. 11/12《台灣新生報》13、15》，11/17《台灣新生報》11)