

了解糖尿病：2型糖尿病药物

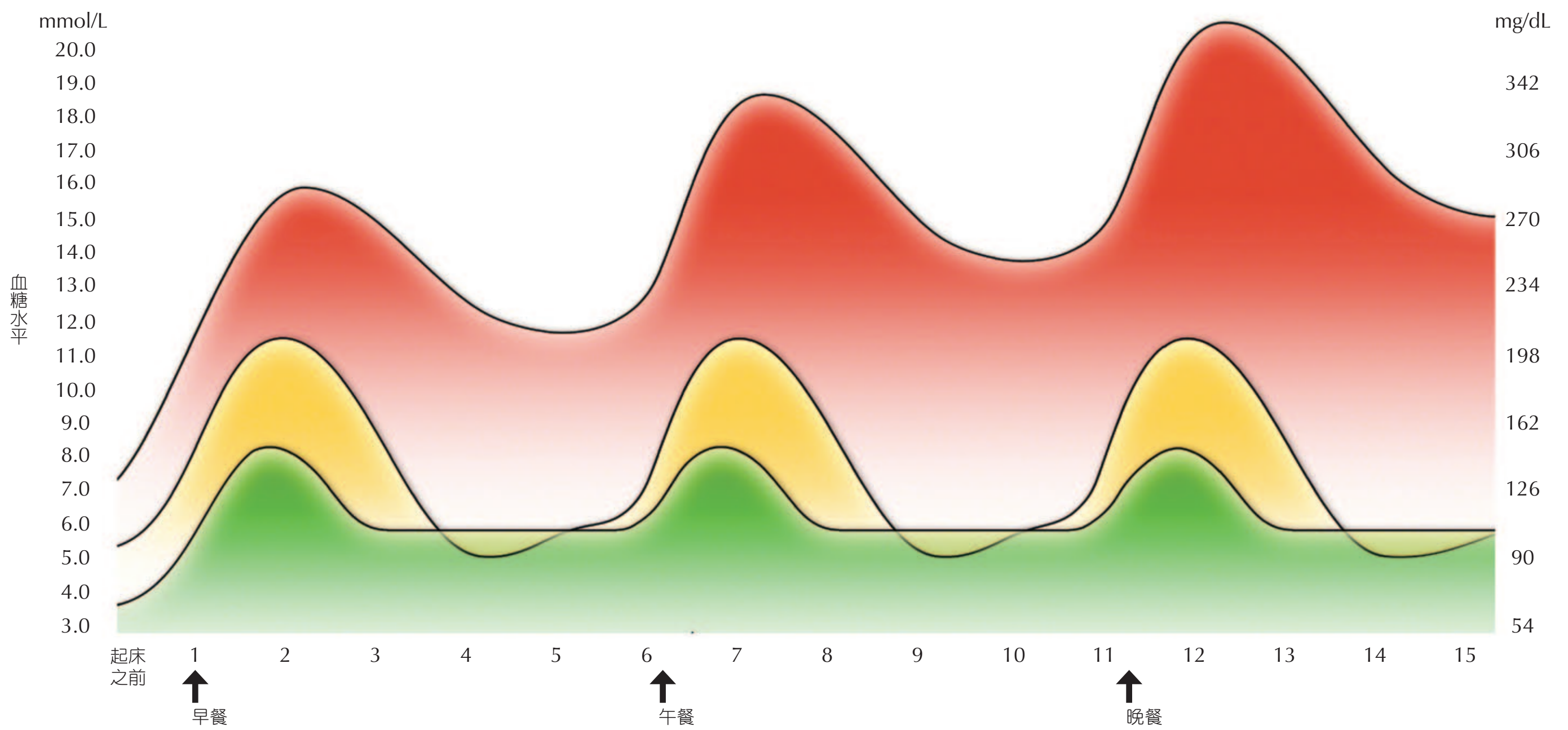
血糖

葡萄糖来自于你摄入的碳水化合物食品，是人体消耗能量的首要来源。在吃过东西以后，当你吃掉的食物被肠道吸收掉时，你血液中的葡萄糖水平就会升高，胰腺被此刺激释放出胰岛素到血液里。在胰岛素的帮助之下，你的细胞将葡萄糖从血液里移除出来，利用其产生出细胞所需要的能量。当细胞将葡萄糖从血液里移除以后，血糖水平逐渐降低。

空腹血糖值
正常空腹血糖值：
3.9-5.5毫摩尔/升（70-99毫克/分升）

糖尿病前期空腹血糖值：
5.6-6.9 毫摩尔/升（100-125毫克/分升）

糖尿病空腹血糖值：
高于7.0 毫摩尔/升（126毫克/分升以上）



2型糖尿病药物指数

口服糖尿病药（糖尿病药丸）是给胰腺仍会产生胰岛素的2型糖尿病病人服用的，同时要伴有健康的日常饮食和有规律的运动，这些都是取得对血糖水平很好的控制的全面战略的一部分。

长期下来，2型糖尿病患者会出现一种叫做“B细胞衰竭”的症状。当这种情况发生时胰腺会停止产生胰岛素，患者的症状会更接近类似于1型糖尿病。出现症状的患者需要开始胰岛素注射或者服用他们的口服药抑或胰岛素。



类型	药物	作用机制	不良反应
磺脲类	格列本脲：优降糖 格列吡嗪：瑞易宁 格列美脲：亚莫利	刺激胰腺产生更多的胰岛素	低血糖等
格列奈类	瑞格列奈：诺和龙	促进胰腺产生更多的胰岛素	低血糖等
双胍类	二甲双胍：格华止	改善胰岛素的敏感性 抑制肝脏产生糖	消化干扰，通常这种副作用在几周后消失； 抑制食欲等
磺酰脲类 / 双胍类复方制剂	格列本脲 / 二甲双胍：Glucovance	促进胰腺产生更多的胰岛素 抑制肝脏产生糖	低血糖/胃部不适等
α-糖苷酶抑制剂	阿卡波糖：拜唐苹	延缓碳水化合物的消化和吸收	产气及腹胀
噻唑烷二酮类	罗格列酮：文迪雅 吡格列酮：艾可拓	降低胰岛素抵抗	体重增加、轻度水肿肿胀等
二肽基肽酶-4(DPP-4)抑制剂	西格列汀：捷诺维	通过防止DPP-4水解肠促胰岛素激素，帮助肠道中胰岛素刺激激素促胰岛素释放的作用	恶心、胃痛、腹泻等
肠促胰岛素类似物	艾塞那肽：百泌达	模拟肠促胰岛素作用，以葡萄糖依赖的方式促进胰岛素分泌	恶心等

管理好糖尿病

糖尿病防治ABC

和你的治疗小组一起讨论关于如何管理好你的糖化血红蛋白（血糖或糖）水平，血压以及胆固醇。这将会帮助降低你的心脏病，中风或是其他糖尿病问题的几率。以下是糖尿病防治ABC所代表的意思：

A 代表糖化血红蛋白测试
糖化血红蛋白标示过去三个月以内的血糖水平。大多数人的目标值是在7%以下。过高的血糖水平会损伤你的血管、肾脏、脚以及眼睛。

B代表血压
大多数人的血压控制目标是130/80mmHg，高血压会使你的心脏负荷过重并会引起心脏病、中风以及肾脏疾病。

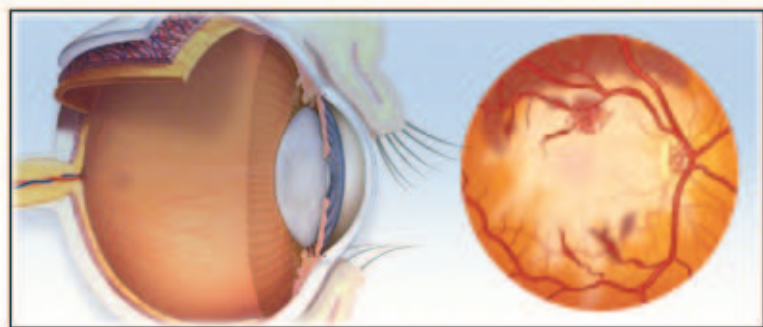
C 代表胆固醇
大多数人的低密度脂蛋白胆固醇值是低于100mg/dl的，而高密度脂蛋白值是在40mg/dl以上。低密度脂蛋白或“坏”胆固醇能阻塞你的血管，会起心脏病或中风。高密度脂蛋白或“好”胆固醇能帮助将胆固醇从你的血管移除出去。

采取行动并询问你的治疗小组

- 我的糖化血红蛋白、血压以及胆固醇值各是多少？
- 我的ABC值应该是多少？
- 我应该做些什么去达到目标值？

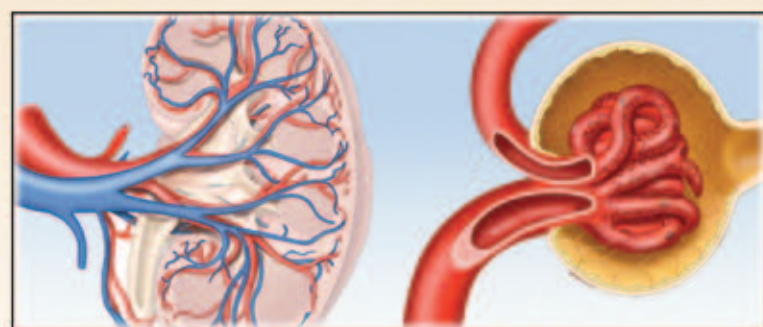
糖尿病并发症

如果你患有糖尿病，你的血糖水平一般都会过高。长久下去，这样会引起其他身体机能的问题，例如你的肾脏、神经、脚以及眼睛。糖尿病同样也会使得你有

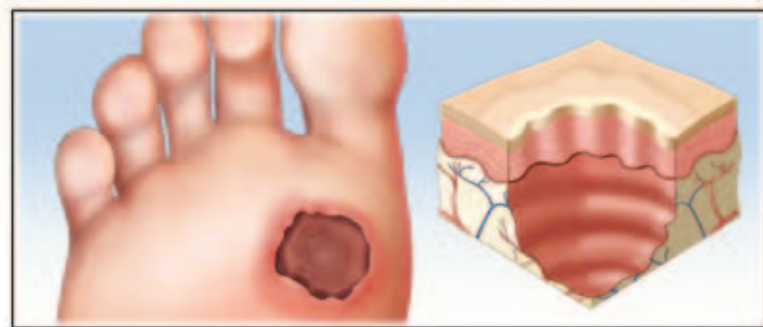


眼睛损害：视网膜动脉上升高的压力会损坏视网膜，会引起盲点和失明。

很高的几率得心脏病或是中风。其他长期的糖尿病并发症包括皮肤问题，消化系统问题，性功能障碍，以及你的牙齿和牙龈问题。过高或过低的血糖水平也同样会导致患者的糖尿病发生急症。引起的原因可能是一次注射、一些特定的药、甚至是你用来治疗糖尿病的药。如果你感到恶心想吐，行动迟缓或站立不稳，马上寻求急救。



肾脏损害：会导致肾脏衰竭或永久损坏，需要做透析或肾脏移植。



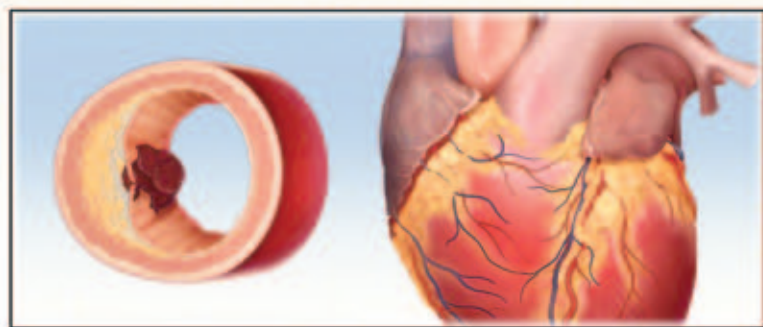
脚部伤害：手足部不好的血液循环通常会引起溃疡，导致坏疽以及截肢。



高血压病：大面积的血小板在动脉里阻塞导致高血压。



中风：脑动脉阻塞使得脑部血液不流通会导致中风。



心脏损害：心脏的冠状动脉硬化斑块的形成会导致心绞痛和心脏病。