

高血糖

(高血糖症)

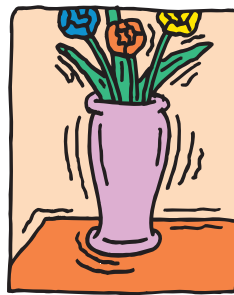
保持对血糖的良好控制是很重要的。血液中的糖类过多，或存在过久，能够造成严重的健康问题。

常见的原因：摄取过多食物，没有服用足够的胰岛素或糖尿病药物，运动量低于正常水平，压力或疾病。

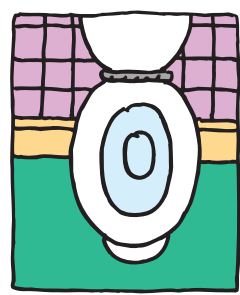
症状包括：



经常性口渴



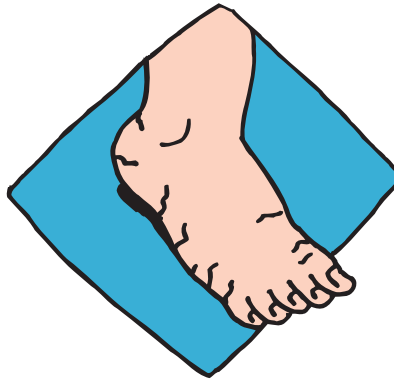
视力模糊



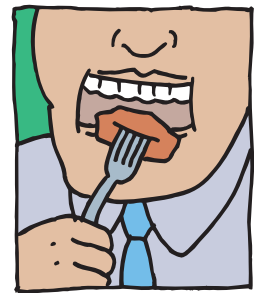
时常需要小解



虚弱或疲累

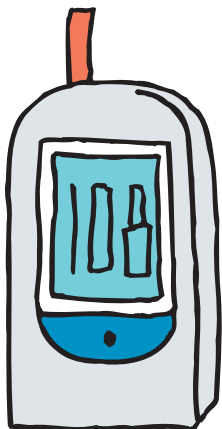


皮肤干燥



时常饥饿

该怎么做：



- 经常检查你的血糖
- 持续服用你的药物
- 遵循你的饮食计划
- 大量饮水
- 做力所能及的运动

如果你的血糖连续三天高于你的目标值，而你不知道为什么会出现在这种情况，请立即致电你的医生或健康诊所。

