糖尿病如何預防感染之護理指導

＊預防感染的重要

1.由於糖尿病患者血糖值偏高，控制不良時會減弱抵抗感染的能力，因此容易發生感染。

2.有神經病變者，對壓力，溫度與疼痛等感覺變得遲鈍，很容易造成傷害。

3.有血管病變者，因身體各部血液供應不足，以致傷口癒合遲緩，最後導致潰瘍，感染甚至壞死，甚或需截肢才能解決問題。

＊預防皮膚感染的方法

1.手部：保持雙手清潔，並以溫合之油劑或潤膚乳液塗抹，以潤滑保護手部。

2.身體的皮膚：

（1）保持皮膚清潔乾燥，並給予適當的按摩，可促進血液循環。

（2）搔癢時勿用尖指甲去抓，以免抓傷皮膚。

（3）洗澡時宜選用中性肥皂，注意水溫(37~42℃)預防燙傷，如皮膚過於乾燥，以不用肥皂為宜，並以潤滑劑塗抹。

（4）皮膚如有外傷或紅腫等感染現象時，不可任意用藥，應請教醫師做適當的處理。

3.口腔衛生

（1）每日至少早晚各刷牙一次，使用軟毛牙刷和牙線，吃完東西後應刷牙，若不便刷牙時可利用牙線處理或漱口。

（2）注意預防口腔疾病，定期做牙齒健康檢查，如有牙疼、出血，不合適的假牙或口腔疼痛等症狀，應求醫診治。

4.會陰部

（1）選擇易通風散熱的內衣褲。

（2）不穿髒汙的內衣褲。

（3）每次小便後，以溫水清洗會陰。

（4）擦拭會陰部時，要養成由前往後擦的習慣。

5.足部護理

（1）選擇合腳透氣的鞋子，避免赤腳走路。

（2）定期正確的修剪趾甲，指甲採直線修剪，修過的指甲應以銼刀再磨平滑。

（3）每日以溫和無刺激的肥皂清洗雙腳，洗完腳，請先以毛巾輕輕吸拭，乾燥處抹上中性乳液保持皮膚濕度，趾縫保持乾燥不要抹乳液，以防止足癬發生。

（4）趾間或腳底有黴菌感染、龜裂，應到皮膚科或新陳代謝科，請醫師協助治療。

（5）當足部有傷口或蚊蟲咬傷時，不可以任意擦藥或自己剪開或磨擦傷口。

＊泌尿道感染的預防

1.有尿意時應立即上廁所，不可以憋尿。

2.增加水份的攝取，每日至少 2000C.C.。

3.若有頻尿或解小便會痛等現象時，應求醫診治。

＊避免感冒

感冒對糖尿病患者是一種壓力，它會影響血糖值的變化，由於感染發燒及缺乏運動，即使進食少，血糖仍然會升高，故不可停藥，有時甚至應增加藥量，並儘快就醫，勿自行處理．所以除了將血糖控制在一定的範圍內，更應注意身體的保養。

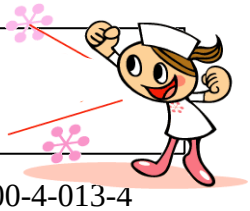
＊認識傷口處理

1.糖尿病患者傷口會較一般人癒合得差，因此日常生活需預防傷口的產生，如修指甲宜用指甲剪及銼刀，勿用尖銳剪刀，儘量避免使用烤燈、熱水袋、碰觸具刺激性的清潔用品。

2.只要有傷口不管大小均應小心處理。小傷口的處理：清洗→消毒→保持清潔→乾燥。大傷口的處理：立即就醫由醫護人員處理。

3.保持傷口清潔乾燥，注意傷口是否有發紅、化膿、潰爛、腫脹等感染現象。勿自行塗抹藥膏、成藥、山草藥於腳部傷口或雞眼等，以免造成皮膚敏感或潰爛。傷口若一週未改善請就醫處理。

若您有任何相關的問題，請您直接詢問照顧您的護理人員，我們將竭誠為您服務 敬祝您　身體健康、平安喜樂！



護理部製 2005/12
2017/03 修訂