

# 老年糖尿病患者为什么要按医嘱吃药

马红梅

北京市顺义区马坡镇卫生院 101300

【中图分类号】R587.1

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2023) 10-086-01

近年来,伴随着老龄化社会的不断发展,老年糖尿病患者的数量明显增多,对老年人的生活质量造成严重不利的影响。对于老年糖尿病患者,主要采用药物进行治疗,但是一定要寻求专业帮助,严格按照医嘱吃药,否则有可能导致严重不良后果。那么老年糖尿病患者为什么要按医嘱吃药?下面本文主要围绕这一问题进行科普。

## 1 简单认识老年糖尿病

老年糖尿病是指年龄在60岁以上的老年人患有糖尿病。大多数老年糖尿病患者在60岁以前就已经患病,但在老年阶段新诊断或普查发现有初发糖尿病人也不少见。

老年糖尿病患者的血糖水平通常会高于正常值。具体而言,空腹血糖 $\geq 7.0\text{mmol/L}$ 或口服葡萄糖耐量试验2小时血糖 $\geq 11.1\text{mmol/L}$ 或随机血糖 $> 11.1\text{mmol/L}$ ,这些都是诊断老年糖尿病的重要指标。

老年糖尿病患者通常会出现多饮、多尿、多食、体重下降、皮肤瘙痒、视力模糊等急性代谢紊乱表现,这些症状可能会因人而异,但都是糖尿病的典型症状。

除了血糖水平和症状外,老年糖尿病的诊断还需要参考其他指标,如糖化血红蛋白、胰岛素释放试验等。这些指标可以帮助医生更准确地判断患者的病情。

## 2 老年糖尿病患者的危害

糖尿病是一种慢性代谢性疾病,会对患者的身体和健康产生多种危害。以下是一些主要的危害:

**血糖升高:** 糖尿病患者的血糖水平会持续升高,这会导致身体各器官和系统的功能障碍。长期的高血糖状态还会对血管、神经、肾脏等器官造成损害。

**心血管疾病:** 糖尿病患者发生心血管疾病的风险显著增加,包括冠心病、心肌梗死、脑卒中等。这些疾病会导致患者死亡或残疾。

**糖尿病肾病:** 长期高血糖会导致肾脏受损,最终可能导致肾功能衰竭。需要进行透析或肾移植。

**眼部病变:** 糖尿病患者容易发生眼部病变,如视网膜病变、白内障等,严重时可导致视力丧失。

**神经病变:** 糖尿病患者的神经病变会导致四肢感觉和运动障碍,以及自主神经病变,如胃肠道功能紊乱、心血管功能紊乱等。

**感染:** 糖尿病患者容易发生各种感染,如皮肤感染、泌尿系统感染、肺部感染等。这些感染往往难以治愈,需要长时间的治疗。

**低血糖:** 糖尿病患者如果用药不当或饮食不合理,可能会出现低血糖,严重时可导致昏迷或死亡。

## 3 老年糖尿病患者按医嘱吃药的原因

**控制血糖,防止并发症:** 糖尿病是一种慢性代谢性疾病,长期的高血糖状态会损害身体的多个器官,尤其是心、脑、肾、眼等重要器官。如果不按时按量服用药物,血糖波动大,很容易导致各种急性慢性并发症。而老年人身体机能下降,对高血糖的耐受能力减弱,因此更需要积极控制血糖,防止并发症。

**减少胰岛素抵抗:** 随着年龄的增长,人体对胰岛素的敏感性逐渐降低,这就是所谓的胰岛素抵抗。对于老年人来说,胰岛素抵抗会导致血糖控制更加困难。因此,按照医生的建议吃药,有助于减少胰岛素抵抗,提高血糖控制效果。

**保护心脏和血管:** 糖尿病患者的血管病变是常见的并发症之一,尤其是冠状动脉粥样硬化性心脏病(冠心病)。老年人由于血管老化,更容易发生血管病变。按医嘱吃药可以帮助控制血糖和血脂,减轻血管负担,保护心脏和血管健康。

**预防低血糖:** 低血糖是糖尿病患者治疗过程中可能出现的危险情况,尤其是老年患者更容易发生。按医嘱吃药可以避免药物过量导致的低血糖,保障患者的安全。

**提高生活质量:** 通过按医嘱吃药,老年糖尿病患者可以更好地控制血糖,减少并发症的风险,从而提高生活质量。

## 4 老年糖尿病患者不按医嘱吃药有可能产生的后果

**血糖控制不佳:** 不按医嘱服药可能会导致血糖控制不佳,甚至出现严重的高血糖,增加并发症的风险。

**药物不良反应:** 降糖药物可能会有一些不良反应,如低血糖、胃肠道反应、过敏反应等。如果不按医嘱服药,可能会增加这些不良反应的发生风险。

**并发症风险增加:** 长期血糖控制不佳会增加并发症的风险,如心血管疾病、肾脏疾病、神经病变等。不按医嘱服药会使这种风险增加。

**心理负担增加:** 糖尿病是一种慢性疾病,需要长期治疗和管理。如果患者不按医嘱服药,可能会增加心理负担,产生焦虑、抑郁等情绪问题。

## 5 老年糖尿病患者其他注意事项

**饮食管理:** 老年人要根据自己的身体状况和医生的建议,合理安排饮食,注意营养均衡和饮食多样化。同时要避免暴饮暴食和过度饮酒。

**运动锻炼:** 适当的运动可以帮助控制血糖和减轻体重,提高身体的代谢能力和免疫力。老年人可以选择适合自己的运动方式,如散步、太极拳、瑜伽等,但要避免剧烈运动和过度疲劳。

**预防感染:** 糖尿病患者容易发生感染,特别是老年患者。因此,要注意个人卫生,保持口腔、皮肤和阴部的清洁,避免接触感染源。

**心理调节:** 糖尿病是一种慢性疾病,需要长期治疗和管理。老年人要保持良好的心态和情绪,避免焦虑和抑郁,积极配合治疗和管理。

**自我血糖监测:** 老年人要经常监测血糖,了解自己的血糖水平,及时调整药物和饮食。同时,如果出现低血糖症状,如头晕、乏力、出汗等,要及时采取措施,如进食糖果或喝糖水等。

总之,对于老年糖尿病患者来说,按医嘱吃药是非常重要的。这不仅可以有效地控制血糖,预防并发症,还可以提高生活质量。当然,老年人也要注意保持良好的生活习惯和饮食结构,积极配合医生的治疗建议,共同管理好糖尿病这个慢性疾病。