

# 糖尿病與我

黃鵬飛

主持人，各位貴賓，各位病友；我今天演講的題目是「糖尿病與我」，現在擬就以下四項加以闡述：壹、定期體驗的無量功德。貳、病因探討與求醫經過。參、病情好轉原因檢討。肆、感想與建議。現在逐項加以說明。

壹、定期體檢的無量功德，使我發現了自己患了糖尿病。78年我軍職外調輔導會就業，80年參加貴院將官年度體檢，驗出我的血糖值接近臨界點，疑似糖尿病。當時我對糖尿病僅有模糊的印象，且身體毫無異狀，因此，並未引起我應有的嚴重關切，不過也使我產生了對此病求知的興趣，看書，向醫師請益，才使我接近門牆，有了些許概念。

貳、病因探討與求醫經過。我少小離家，父母早逝，是否遺傳，無法求證。軍旅生活物質條件不太差，營養失調，未必盡然。軍中工作緊張，情緒壓力大，以及患慢性胃病，長期服藥有所影響，兩者可能是我罹患此病的原因。目前胃病已癒，糖尿病卻不幸變成了我又一長期的敵人。81年體檢，我的血糖值升高至145，使我產生了危機感，才開始求醫；先至花蓮軍醫院門診，因主觀積極性仍不足，醫療條件並不理想，未能有效控制病情。82年我職務異動至台中服務，乃轉向台中榮總繼續門診，醫療

條件已有改善，但因仍有多種原因，雖經四年門診治療，病情未能完全控制，仍成緩慢上升狀況，血糖值一度增至 270，視力稍減，身體常有不適。85 年外職退休返家。轉至貴院門診。病情日漸好轉。經本月 14 日體檢，血糖已降至 157，且仍在穩定改善中。

參、病情雖好轉但仍不理想之原因檢討。(一)病情已大有改善的原因：1. 醫護人員的悉心治療；林主位熱忱細密，佛心仙手，視病猶親，深入瞭解病情。對症下了藥。助手林小姐頭腦清晰，動作俐落，繁而不煩，忙而不錯。2. 衛教發揮了極重要功能；生病與治病不癒，多半是由於無知。貴院實施衛教，內容充實，方式多元，簡明有效。促進了患者的認知，乃能與醫師充分合作，共剋病魔。(二)我的缺失：1. 記憶力差，偶而仍有未按時服藥的情事，如臨時急事更衣外出，忘記帶藥，餐時即未服藥。或者於餐前情緒激動，忘記服藥，開動時發覺才服用，減少效果，均必須力求改進。2. 運動未能持恆，運動量不足，亦有待加強。

肆、感想與建議：(一)感想：1. 體檢與衛教是極重要的保健措施，必須堅定實施。2. 患者與醫師充分溝通忠誠合作，方能戰勝病魔。3. 全民健保造福了全民，尤其對須長期治療的病患。4. 我對目前良好的醫療狀況，充滿了信心與感恩。(二)建議：1. 加強研究發展，設立「糖尿病防治學術研究基金」，研究

改善胰臟自然分泌功能，以及對目前之藥品，改善因長期服用所可能發生之微量副作用。2. 對糖尿病患者，可否使用維生素，如 E，固本培元，使胰臟功能減緩衰退。

（本文為民國86年糖尿病病友演講比賽摘要）