

王天慧



內分泌及糖尿科專科醫生

6. 一型糖尿病人患者在2019冠狀病毒病流行時需要留意的事⁸

- 生病時要特別注意的事項
 - 絕不停用胰島素
 - 多喝水
 - 多檢測血糖
 - 避免血糖波動，盡量控制血糖於4-10 mmol/L以內
 - 及早求醫，治療潛在疾病和控制症狀（如發燒）
- 預防酮酸中毒症 (DKA)
 - 一型糖尿病患者較易出現酮酸中毒症
 - 當血糖過高而胰島素不足時，身體會製造高濃度的酮體，導致代謝性酸中毒，構成生命危險
 - 徵狀包括：嘔心、嘔吐、食慾降低、肚痛、呼吸急速、異常疲倦、精神混亂、嚴重者可以昏迷

處理方法：

- 盡量補充水份，避免脫水
- 建議每隔4小時量度血糖一次
- 若血糖高於15 mmol/L，應用試紙測試尿液或血液有否出現酮體
- 若出現酮體必須盡早向醫護人員求助

我應在甚麼時候到急症室求診⁹？

- 持續發燒和嘔吐
- 變得疲倦、呼吸急促或嚴重腹痛
- 呼氣中由丙酮發出的「酮症」氣味（或爛蘋果味）持續存在或惡化
- 尿液或血液酮體 ≥ 1.5 mmol/L
- 血糖持續高於25 mmol/L



兒童及青少年⁸：

- 請根據教育局指引決定是否上學
- 患病期間應作出更頻繁的血糖監測；（兒童在生病時，血糖水平為4-10 mmol/L，酮體 < 0.6 mmol/L）

麥彥豐



內分泌及糖尿科專科醫生

7. 聽說某些血壓藥物或增感染風險，我應停止服藥嗎⁹？

- 由於2019冠狀病毒一般透過血管收縮素轉化酶2 (ACE2)入侵人體細胞，因此有學者推斷某些降血壓藥，如血管收縮素轉化酶抑制劑 (ACEi)和血管收縮素受體阻斷劑 (ARB)，有可能會增加2019冠狀病毒病對人體的影響
- 但到目前為止，並沒有確實臨床醫學數據顯示這類藥物會增加感染2019冠狀病毒病的機會或引致其嚴重併發症的風險
- 再者，ACEi或ARB能夠有效控制血壓和改善蛋白尿，從而保護心臟以及腎臟，屬於預防和治療糖尿病併發症的關鍵藥物
- 因此，病人絕對不應該自行停藥



8. 在疫情期間，我應繼續到公立醫院/診所覆診嗎¹⁰？

- 一般來說，依時覆診更能有效控制血糖
- 但對於病情相對穩定的病人，若擔心去公立醫院/診所會感染病毒，或無法前往覆診（如14日內有外遊記錄或正接受家居檢疫），請依照覆診紙上提供的電話號碼致電醫院/診所改期
- 醫院/診所亦可能因應具體情況於覆診前主動聯絡你改期
- 如你在改期後沒有足夠的藥物，醫院/診所會按需要安排補充藥物
- 若你如期覆診，出發前應先量度體溫和監察健康狀況，謹記戴口罩。進入和離開醫院時都要徹底清潔雙手。另外，我們亦建議覆診時盡量減少隨行人士以減低人流



注意：藥物領取的地方會因疫情變動而有所改變，請留意醫管局指引

參考資料：
 1. American Diabetes Association - How COVID-19 Impacts People with Diabetes. Available at: <https://www.diabetes.org/coronavirus-covid-19/how-coronavirus-impacts-people-with-diabetes>. Accessed: 25 May 2020. 2. Deng G, Yin M, Chen X, Zeng F. Crit Care. 2020;24:179. 3. medRxiv - OpenSAFELY: factors associated with COVID-19-related hospital death in the linked electronic health records of 17 million adult NHS patients. Available at: <https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2020.05.06.20092999v1>. Accessed: 25 May 2020. 4. Centre for Health Protection - Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). Available at: <https://www.chp.gov.hk/en/healthtopics/content/24/102466.html>. Accessed: 25 May 2020. 5. Guan W, et al. N Engl J Med. 2020;382:1708-1720. 6. International Diabetes Federation - COVID-19 outbreak: guidance for people with diabetes. Available at: <https://www.idf.org/eu-network/regions-members/europe/europe-news/196-information-on-coronavirus-disease-2019-covid-19-outbreak-and-guidance-for-people-with-diabetes.html>. Accessed: 25 May 2020. 7. International Diabetes Federation - How to manage diabetes during an illness? Available at: <https://www.idf.org/component/attachments/task-download?id=2155:IDFE-Sick-day-management>. Accessed: 25 May 2020. 8. International Society for Pediatric and Adolescent Diabetes - Summary of recommendations regarding COVID-19 in children with diabetes. Available at: <https://www.ispad.org/page/CoronavirusinfectionCOVID-19>. Accessed: 25 May 2020. 9. Canadian Diabetes Association - FAQ about COVID-19 and diabetes. Available at: <https://www.diabetes.ca/resources/tools--resources/-faq-about-covid-19-and-diabetes>. Accessed: 25 May 2020. 10. Hospital Authority - Service arrangement for appointment and medication refill. Available at: https://www.ha.org.hk/haho/hoccc/Wuhan/GOPC_service_arrangement_for_appointment_change_and_medication_refill_tc.pdf. Accessed: 25 May 2020.

MAT-HK-200026-1-0-06/2020 4IC_1359

此教育活動由賽諾非支持

2019冠狀病毒病
COVID-19

防疫手冊

糖尿病



陳智彬



內分泌及糖尿科專科醫生

1. 在疫情期間，我為甚麼要管理好血糖¹⁻³？

- 糖尿病患者血糖管理尤其重要
- 若不幸受感染，糖尿病患者現重症的機會較大
- 若糖尿病患者同時患有心臟病、腎病等併發症，更會加劇病人的病情
- 患者的免疫系統可能受影響，減低了抵抗病毒的能力。而感染本身也會影響心臟和腎臟，增加了令病情惡化的機會

• 在香港，首三宗2019冠狀病毒病的死亡個案皆為糖尿病患者

• 中國一項流行病學研究指出，患上2019冠狀病毒病的糖尿病患者死亡率比非糖尿病患者高出4倍以上²

• 另一項英國的流行病學研究也有類似的發現。要注意的是，當糖尿病人患上2019冠狀病毒病，血糖控制不理想的患者死亡率比控制良好的人士更高³

• 保持良好血糖水平非常重要。除了有助避免出現併發症外，疫情期間更能減低出現重症的機會

陳婷

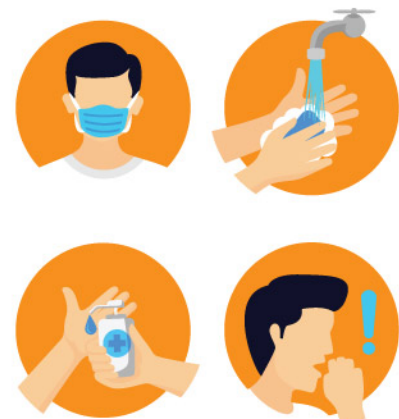


內分泌及糖尿科專科醫生

2. 我應該如何避免感染2019冠狀病毒病？

參考衛生防護中心的指引，市民可採取以下預防措施⁴：

- 洗手時應以規液和清水清潔雙手，並搓手最少20秒
- 打噴嚏或咳嗽要以紙巾覆蓋口鼻，並立刻扔掉紙巾和清潔雙手
- 請勿用手觸摸眼睛和口鼻
- 如廁時亦要注重衛生，先將廁板蓋上才沖水，以免散播病菌
- 定期清潔經常觸摸的物品如手機、桌面或門把
- 避免到人多擠迫的地方及減少聚餐或聚會等社交活動，保持社交距離
- 在搭乘交通工具或在人多擠逼的地方逗留時應佩戴外科口罩，並注意正確佩戴口罩的方法，戴口罩前注意手部衛生；也要適時更換口罩
- 戒除不經意地觸摸口罩的習慣，每次觸摸用過的口罩後要徹底清潔雙手
- 進食時切勿隨手把口罩拉到下巴位置，把黏附在口罩外的細菌病毒沾污面部
- 最少每星期徹底清潔家居一次，可使用1比99稀釋家用漂白水（以10毫升5.25%次氯酸鈉家用漂白水混和於990毫升清水內）清洗非金屬表面，待15至30分鐘後，再用清水清洗
- 妥善保養排水渠管和定期（約每星期一次）把約半公升的清水注入每一排水口（U型隔氣口），以確保環境衛生
- 計劃或出外旅遊前請留意政府公佈的旅遊建議



3. 在疫情期間，我應該要注意甚麼？

- 密切留意自己的身體情況，若有任何不適，請及早求醫
- 定時監測血糖水平（篤手指）
- 按時服藥，不要隨意更改藥物劑量
- 依時覆診、取藥
- 均衡飲食
- 適量運動
- 作息定時
- 保持心境開朗
- 為自己準備所需物資：合規格的外科口罩（覆診用）、適量的驗血糖試紙和消毒用品等

註：去醫院門診覆診或到普通病房（非隔離病房），合規格的外科口罩，如ASTM LEVEL 1大致上已足夠，注意正確使用口罩及保持手部衛生更重要

麥慧嫻



內分泌及糖尿科專科醫生

4. 若不幸感染上2019冠狀病毒病，我會出現甚麼病徵？

- 研究顯示，糖尿病人於2019冠狀病毒重症患者中佔約16%，相比於輕症患者中只佔約5.7%。同樣地，高血壓患者於重症患者中的比率也比一般患者多出一倍⁵。另外，糖尿病患者的血糖和血壓會在患病時更為波動，需要更緊密的監測和控制
- 與其他患者相同，大部份個案病徵輕微，甚至毫無病徵。常見病徵如下⁶：



5. 如遇血糖過高或過低，可以如何處理？

高血糖：

- 血糖過高而胰島素不足時，如有其他急病出現，便可誘發酮酸中毒
- 徵狀包括尿頻、極度口渴、嘔心、嘔吐、體重下降及虛弱無力，嚴重時患者可因脫水而導致心跳加快、血壓下降、意識不明及昏迷

處理方法：

- 若發現血糖過高的徵狀出現時，應盡早檢測血糖
- 補充足夠水份
- 若血糖高於25 mmol/L，應盡早找醫護人員診治
- 若血糖高於15 mmol/L，建議每隔2小時量度血糖一次。若血糖持續過高，請盡早找醫護人員診治⁷

低血糖：

- 血糖值低於4 mmol/L時，即表示血糖過低，應及時處理以防出現更嚴重病徵
- 徵狀包括冒冷汗、手震、心跳加速、抽筋、頭暈、全身無力、疲倦、飢餓、胡言亂語及脾氣暴躁

處理方法：

- 若在清醒情況下出現低血糖徵狀，可盡快進食能快速提升血糖的食物，例如：
 - 方糖/糖果2-3粒
 - 葡萄糖水或汽水1/3杯 (100 cc)
- 進食高糖食物10-15分鐘後，應再次測試血糖；若血糖仍低於4 mmol/L，應重覆進食以上食物；若情況未有改善，請即求醫治理