



兒童及青少年糖尿病

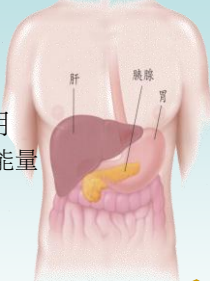
贊助：

 South China Morning Post

何謂糖尿病

胰臟及胰島素

- 胰臟作用是分泌胰島素
- 胰島素是荷爾蒙，主要作用
 1. 將血液內的葡萄糖轉為所需能量
 2. 控制身體的**血糖**值




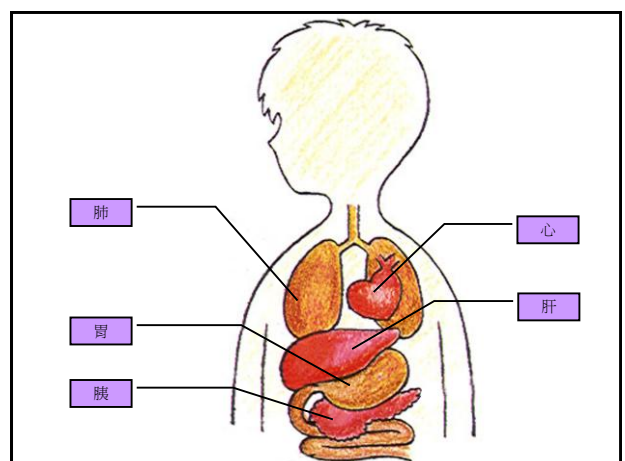
糖尿病的成因

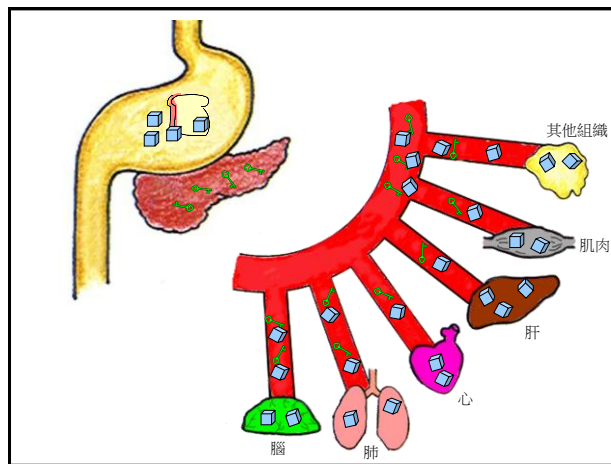
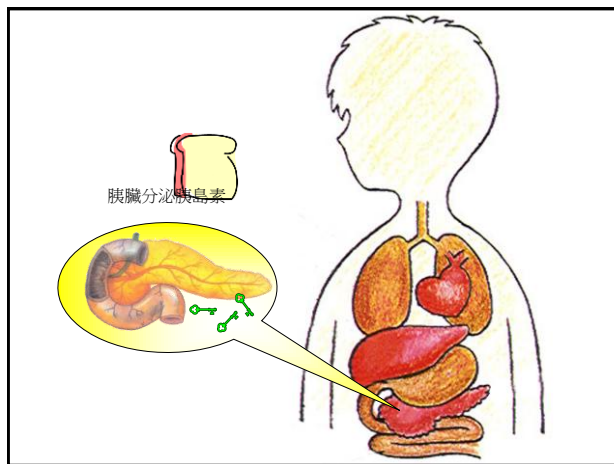
糖尿病的成因是：

1. 身體胰島素分泌不足
2. 身體對胰島素產生抗拒
3. 或兩種現象同時出現

結果導致：

1. 血糖過高
2. 碳水化合物，脂肪及蛋白質代謝紊亂
3. 過多的糖經尿液排出，出現**糖尿**現象



1 型糖尿病

又稱為胰島素倚賴型

- 病因是製造胰島素的細胞受到破壞,使不能製造胰島素提供身體所需
- 原因與以下因素有關
 - ◆ 遺傳
 - ◆ 免疫系統
 - ◆ 環境

1 型糖尿病

- 一般在**童年**或**青年**時期出現患病,主要透過每日注射胰島素控制血糖

胰島素針

胰島素泵

2 型糖尿病

- 又稱為非胰島素倚賴型
- 病因是身體對胰島素產生抗拒性
- 原因與以下因素有關
 - ◆ 遺傳
 - ◆ 不良飲食習慣
 - ◆ **肥胖**
 - ◆ 缺乏運動



2 型糖尿病

- 會隨著年歲,不良飲食習慣,**肥胖**及缺乏運動而增加患病出現,所以可透過飲食,運動或加上口服藥或注射胰島素控制病情



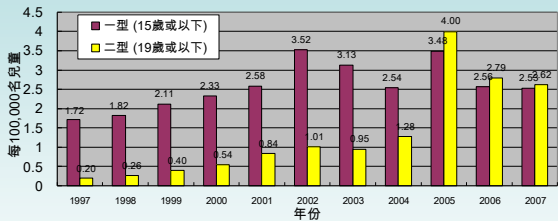
糖尿病的徵狀



糖尿病在香港的流行性

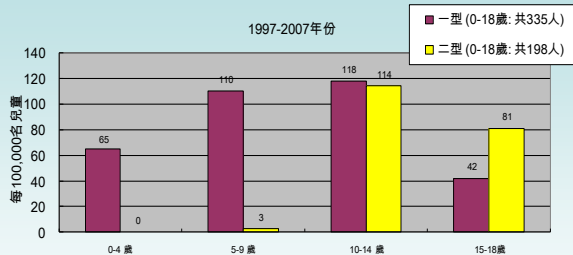
- 香港現時有70萬人患有糖尿病
- 每10個香港人,就有1個有糖尿病
- 根據世界衛生組織估計,到2015年,香港糖尿病人數增120萬

香港兒童及青少年糖尿病病發率



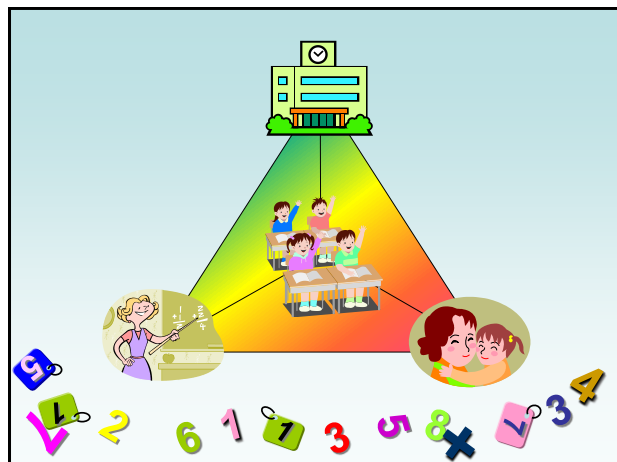
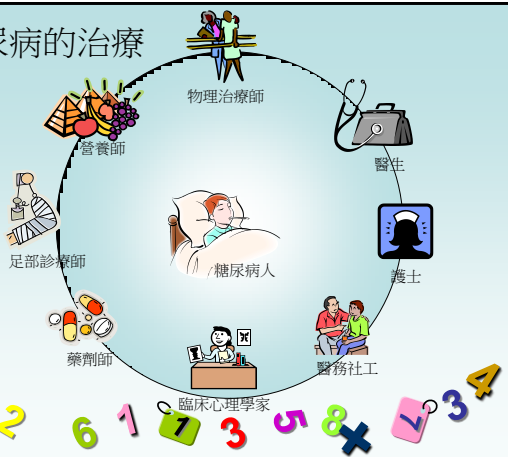
資料來源: An Update on the Epidemiology of Childhood Diabetes in Hong Kong, KF HUEN, LCK LOW, PT CHEUNG et al

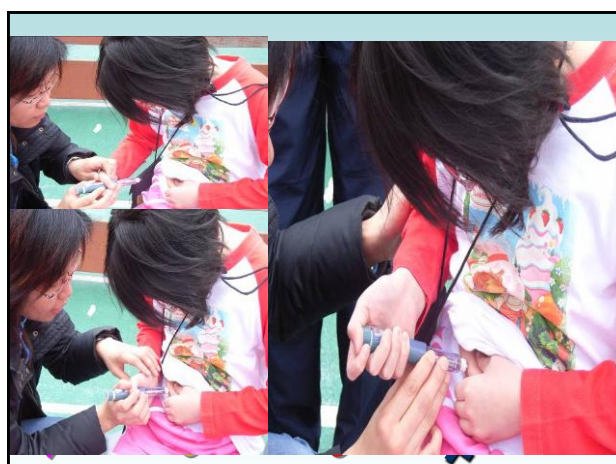
香港兒童及青少年糖尿病病發數字



資料來源: An Update on the Epidemiology of Childhood Diabetes in Hong Kong, KF HUEN, LCK LOW, PT CHEUNG et al

糖尿病的治療







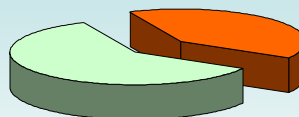
全球超重/肥胖的情況

世界衛生組織資料 2012

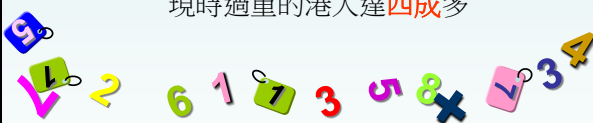
- 20歲及以上的成年人中超過14億人超重/肥胖
- 2010年4000多萬5歲以下兒童超重/肥胖



香港肥胖/超重的情況



現時過重的港人達**四成多**



香港肥胖/超重的情況

衛生署學童健康服務2010-2011

- 當中小學生有 **21.4%** 超重/肥胖
- 當中中學生有**18.7%**超重/肥胖

(小學生由1997-1998的16.4%上升至 2010-2011年的21.4%, 3年增加5%)



不良飲食習慣

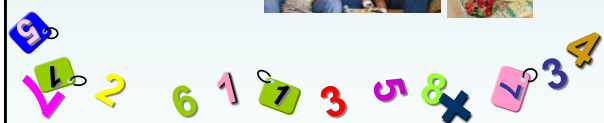


暴飲暴食



建立健康生活模式

- 健康的飲食
- 適量的運動
- 足夠休息和睡眠
- 保持心境開朗



糖尿病病童心理照顧

- 糖尿病是慢性疾病，病童需要經歷一段頗長的療程：需住院、或定時返醫院覆診，需長期服用藥物，所以他們在生活上需要作出調節，有時甚至對病童的生命構成威脅，所以可能造成很大的心理壓力

注意病童有否出現：

情緒低落、抑鬱、恐懼、煩惱、煩躁、自悲、失去自信、有罪咎感







給學校的建議

- 安排一個私隱地方給病童打針，例如教室、護理室
- 家長、老師要認識高血糖、低血糖徵狀及處理
- 無論任何時、何地，準許病童需要時進食一些小食及檢驗血糖，尤其長時間運動其間，例如陸運會、旅行
- 家長、老師須多溝通，密切了解病童的病情進度
- 其他應跟一般學童看待一樣，過正常學校生活，不要讓他以病作任何藉口，影響學業及身心發展

