

# 糖尿病藥物與其他藥物或食物並用之注意事項

藥劑科 劉晉豪藥師

輕微的糖尿病初期治療，可以透過飲食與運動的配合，達到良好的血糖控制，但若是隨著病程的發展，當飲食與運動不足以穩定的控制血糖，這時可能必須考慮使用口服糖尿病藥物，甚至是注射胰島素來控制血糖，以避免糖尿病併發症的產生。以下將會介紹常見的糖尿病藥物，在同時與其他藥物或食物服用時應注意的事項。

## 空腹或血糖控制不良的病人不宜飲酒

當我們空腹飲用酒精飲料時，酒精會抑制糖質新生，使血糖偏低，特別是在服用降血糖藥時，則容易發生低血糖的情況；而酒精也會增加人體對外源性胰島素的敏感性，可能使注射型胰島素對血糖控制的能力增強，也會有導致低血糖的風險；至於血糖控制不良的病人，不論空腹與否，都應該避免飲酒，因為大量或長期攝取酒精，除了可能引響藥物的代謝，也有可能不預期地增強或減弱降血糖藥物的作用，使血糖更加不易控制。

## 降血糖偏方應謹慎並適量食用

最近到了柚子的產季，社群網路間又會開始流傳柚子具有降血糖功效的流言。確實，柚子屬於升糖指數較低的水果，少量的食用不會讓血糖短時間內竄升，又含有類胰島素的成分，有少量降血糖的功效，但柚子作為食物，終究是含有熱量的，若是短時間大量的食用還是會讓血糖值飆升，讓原本經由藥物控制穩定的血糖，又起了波動；而其他常見的降血糖偏方，如：人參、苦瓜、空心菜、南瓜……等，雖然也含有少量降血糖的功效，但若是大量或不正確的食用，又未搭配其他食物營養或熱量的均衡來源，再加上降血糖藥物或胰島素的注射，則有低血糖的風險。

## 併用其他藥物時應諮詢專業意見

藥物之間互相影響的可能方式非常多，透過改變吸收、分布、排除等方式，就有機會使藥效增強、減弱或改變，不過對於正在服用降血糖藥物的民眾，先不必太過於緊張，大多數藥物對降血糖藥物的影響，都是在於改變其對血糖控制的功效，因此當我們若有同時服用其他藥物時，更應嚴密且確實的監測血糖值的變化，並將完整的紀錄交給醫師或藥師，來評估藥物的功效與是否該調整。不過任何藥物之間的並用與否，都還是要經過醫師或藥師專業的評估，所以在看診時，務必主動告知已在服用的藥物，而離開醫院後，對於其他藥品或食物併用的疑慮，都可以聯絡醫師、藥師、營養師，他們都會非常樂意的提供最專業的諮詢與意見來解決你的問題。

2017/10/12