

# 你是否 有危險？



**太多人**感染到可以致命的併發症，  
因為他們**太遲**被診斷到是糖尿病患者。

查探你是否受到糖尿病的威脅...

**外界對糖尿病有很多誤解**，認為它是一種「輕微」的症狀，但是這些錯誤的看法基本上是危險的。糖尿病是嚴重的病症 - 請繼續閱讀下去，確保你清楚知道你是否會受到這疾病的威脅。

**當身體不能適當地運用葡萄糖時**，糖尿病便會出現，糖尿病患者的血液內的葡萄糖成份是反常的高。

糖尿病有兩種，第一類通常發生於四十歲以下的人士，可以用胰島素治療；第二類通常發生於四十歲或以上的人士，可以單靠調劑飲食和運動治療，但亦通常會需要藥物配合，有時甚至需要胰島素。

## 糖尿病 - 各種併發症

糖尿病是一種嚴重的疾病，因為它的狀況可以影響身體其他部份。很多成年人患者，患了糖尿病數年後才確認出是糖尿病的病徵，到斷定是糖尿病時，很多已有糖尿病的併發症出現了 - 失明，腎臟衰竭、心臟病、中風、以及神經系統因受損而導致有截肢的需要。

**如果你認為你患有糖尿病，你必須現在就開始採取治療步驟。**

及早察覺到患有糖尿病便可以及早治療，而出現嚴重的併發症的機會亦會大大的減少。

簡單的血液試驗便可以測試出你是否有糖尿病，要求你的家庭醫生為你驗血。





## 糖尿病 - 受到此病的威脅的因素

### • 糖尿病與年齡

大部份患者是患上第二類糖尿病，年紀愈大，受到糖尿病的威脅愈大。

### • 糖尿病是遺傳性的

與糖尿病患者的親屬關係愈密切，你患上糖尿病的機會則愈大。

### • 體重是患上糖尿病的一種因素

超過百分之八十的第二類糖尿病患者是體重過高的，你的體重愈是過高，或你的身體健康愈是欠佳的話，你受到糖尿病的威脅便愈大。

### • 糖尿病與懷孕

懷孕婦女可能會患上一種稱為「妊娠期糖尿病」[gestational diabetes] 的病症，患有此種糖尿病或生產肥大的嬰兒會增加婦女患上第二類糖尿病的機會。

## 糖尿病 - 病徵

- 口渴的感覺增加
- 時常需要去廁所 - 特別是晚上
- 極度疲累
- 體重下降
- 性器官痕癢或經常出現念珠菌陰道炎
- 視力模糊

第二類糖尿病的病徵可能不會那麼容易確認出。

## 如果你患上糖尿病，你會獲得甚麼護理

被診斷患上糖尿病可以令人感到惶恐，但你可以過正常和毫無限制的生活 - 奧林匹克划艇好手 Steve Redgrave 爵士便是一個好例子。


如果你被診斷患上糖尿病，Diabetes UK (英國糖尿病組織) 建議你應該獲得一組糖尿病護理組的護理，組員包括一系列的健康護理專業人士。他們首先要做的是安排一次全面的健康檢查。

他們接著應該與你一起編排一個適合你的護理計劃。你應該與糖尿病專業護士或家庭醫生診所的護士會面，他們會告訴你有關糖尿病的一切，並向你解釋治療方案。你亦應該與一名國家註冊的飲食營養師會面。

你可能會擔憂糖尿病會如何影響你生活的其他部份，例如你的工作，你應該有機會與有關人士討論這點，你亦應該經常獲得有關糖尿病和 Diabetes UK 及我們的各種服務的資料。

請謹記你即使患有糖尿病，你仍可以享受豐盛和健康的生活的。

欲得更多有關糖尿病的資料，請填妥附上的回條索取資料包。如果你成為 Diabetes UK 的會員，你將會經常收到有關糖尿病護理、研究和各種宣傳運動的資料。資料包內有如何成為會員的詳情。



## Diabetes UK 可以為你做甚麼

- **Diabetes UK Careline**的保密電話服務為任何有需要的人士提供有關糖尿病的資料和輔助。Diabetes UK Careline亦有專為英語非第一語言的人士而設的傳譯服務。
- **Diabetes UK 出版的刊物**提供所有由糖尿病治療方法以至如何享受豐盛及健康生活的廣泛系列資料，有些更是免費的。
- **Balance**是我們的雙月刊，免費為會員供應消息和資料。
- **Diabetes UK 的網址**有關於糖尿病和Diabetes UK 的最新資料和消息：  
[www.diabetes.org.uk](http://www.diabetes.org.uk)
- **Diabetes UK Services (Diabetes UK 服務)** 的各種服務包括專為應付糖尿病患者的需求而設的保險及財務服務產品。
- **Diabetes UK 義務工作組**在全國各地提供輔助，並讓患者有機會結識其他本地的糖尿病患者。

欲知如何成為 Diabetes UK 的會員，請填妥附上的回條索取資料包，或致電 **020 7424 1010**，向我們的客戶服務部查詢。

有關糖尿病的任何查詢，請聯絡我們的  
**Diabetes UK Careline**

電話 0845 120 2960 (附設翻譯服務)

聾人電話 020 7424 1031

電子郵件 [careline@diabetes.org.uk](mailto:careline@diabetes.org.uk)

### 如何聯絡 Diabetes UK

---

**Diabetes UK, Central Office  
(中央辦事處)**

London: 020 7424 1000

---

**Diabetes UK North West**  
Warrington: 01925 653281

---

**Diabetes UK West Midlands**  
Walsall: 01922 614500

---

**Diabetes UK Northern & Yorkshire**  
Darlington: 01325 488606

---

**Diabetes UK Northern Ireland**  
Belfast: 028 9066 6646

---

**Diabetes UK Scotland**  
Glasgow: 0141 332 2700

---

**Diabetes UK Cymru**  
Cardiff: 029 2066 8276

為糖尿病患者服務的慈善機構

10 Parkway, London NW1 7AA

Registered charity no. 215199



**Diabetes UK (英國糖尿病協會 [British Diabetes Association] 的新名稱) 是為糖尿病患者工作的主要機構。**

英國有超過一百四十萬人患有糖尿病，另外有一百萬人可能有這種病狀而不知情，我們的使命是改善患者的生活，並為邁向一個不受糖尿病威脅的未來而努力。

Diabetes UK 的宗旨是為糖尿病患者爭取權益，讓他們獲得應得的輔助和護理準則。我們透過 Diabetes UK Careline (Diabetes UK 電話輔助服務) 和書本及傳單為糖尿病患者提供輔助和資料，有些印刷品是免費的。Diabetes UK 亦是英國主要研究最佳的糖尿病治療和診治的最大基金會。

**我們依賴捐款去維持我們為糖尿病患者所做的工作，請慷慨捐贈，你只需填妥背頁，將回條及支票或郵政匯票寄回。**

謹此致謝

**Diabetes UK 的使命：改善糖尿病患者的生活，並為邁向一個不受糖尿病威脅的未來而努力。**

如欲索取免費資料包，請填妥及撕下這回條，寄往：**Diabetes UK, PO Box 1057, Bedford MK42 7XQ**

稱號 \_\_\_\_\_ 名字 \_\_\_\_\_

姓氏 \_\_\_\_\_

地址 \_\_\_\_\_

郵區號碼 \_\_\_\_\_

電話 \_\_\_\_\_

電子郵件 \_\_\_\_\_

出生日期 \_\_\_\_\_

**請在適當的方格內作／號：**

請將更多有關糖尿病的資料寄給我

我想捐贈給 Diabetes UK   英鎊

請在支票或郵政匯票上的收款人部份寫明  
**Diabetes UK**

我們保證不會將你的個人資料轉達別的慈善組織，我們只會將你的聯絡和捐贈給 Diabetes UK 的資料記錄，以便將有關我們的工作和公司貿易運作資料寄給你。