

0800-032323 諮詢專線答詢

蔡明翰醫師沈克超醫師李碧雲護理師主答

Q1: 我的血糖控制的還不錯，上個月的空腹血糖為 128 毫克/百毫升，糖化血色素為 7.2%。但是我的胸部有時會抽痛，不過痛不到幾分鐘自己就好了。這樣是不是代表我已經有了心臟病？

A: 心絞痛或冠狀動脈心臟病（或稱缺血性心臟病）的典型症狀是胸口部位有壓迫感及呼吸不順。一旦發生心肌梗塞時，症狀會變成劇烈的胸痛，而且有時胸痛會擴散至左臂、頸部及下巴，並伴隨著噁心、嘔吐、氣促、冒冷汗、焦慮不安等症狀。

少數年長的糖尿病患者發生冠狀動脈心臟病時的症狀不明顯，甚至發生“無症狀性心肌梗塞”。你的症狀是胸部抽痛，這不是典型的心絞痛症狀，也有可能是胸壁的肌肉、神經抽痛。診斷方面除了根據症狀是否典型外，還可安排抽血（檢測心臟酵素）、靜態心電圖、運動心電圖、心臟超音波、心臟核子醫學掃描等檢查。如果你是屬於心臟病的高危險群病人，例如男性大於 50 歲或女性大於 60 歲，另外還有其他的心臟病危險因子，包括高血壓、高血脂、抽菸、蛋白尿、或是有冠狀動脈心臟病的家族史時，建議你可以開始服用阿斯匹靈（aspirin）來預防冠狀動脈心臟病的發作。

若是高度懷疑罹患冠狀動脈心臟病，甚至需要安排心導管檢查，以確定心血管阻塞的嚴重度及後續的治療（氣球擴張術、血管內支架置放、或血管繞道手術）。

雖然你的血糖控制還尚可，但仍需注意是否有上述的心臟病危險因子。建議你與醫師詳細討論胸痛的症狀，看看是否要安排心電圖或其他的檢查，必要時需會診心臟科醫師做進一步的評估。

Q2: 我的小便最近有很多泡泡，是不是腎臟功能已經出問題？我的糖化血色素為 8.6%，醫師要幫我增加口服藥的劑量，但是我很擔心藥物會不會造成腎臟的傷害？

A: 尿液中出現泡泡的原因可能是：尿量多導致衝擊力大、尿液濃度高、蛋白尿、泌尿道感染等等。糖尿病的腎臟病變指標有兩種：第一是尿液出現蛋白尿，第二是藉由血液的肌酐酸濃度換算為腎絲球過濾率。糖尿病腎臟病變的最早期指標是出現微量白蛋白尿。正常人的單次尿液中其白蛋白與肌酐的比值(A/C 值)是小於 30 毫克/公克。

如果單次尿液中白蛋白與肌酐的比值介於 30 到 300 毫克/公克，則稱為微量白蛋白尿，它不只是糖尿病腎病變的早期指標，也是心血管疾病的一項危險因子。如果單次尿液中白蛋白與肌酐的比值超過 300 毫克/公克，則稱為巨量白蛋白尿。你的糖化血色素為 8.6%，尚未達到理想的控制標準（至少要小於 7.0%），除了注意飲食控制與運動外，藥物的調整也是改善血糖的方法之一，例如增加口服藥物的劑量、增加新一種口服降血糖藥物、或使用胰島素等等。

根據 2008 年發表的 ADVANCE 研究結果，積極控制血糖可以減少 21% 的腎臟病變及減少 9% 的微量白蛋白尿發生。所以你若要確定尿液的泡泡是否因為腎臟病變所造成，應該先做一般的尿液檢查以確定是否有蛋白尿。在醫師的處方下所開立的降血糖藥物，大致都不會造成腎功能損傷。

若是你已經發生糖尿病腎病變，醫師會根據你的腎功能來調整藥物的種類及劑量，所以你不必擔心。糖尿病腎病變的預防除了控制血糖外，高血壓、高血脂、抽菸及高蛋白飲食都會讓腎功能惡化，所以建議你與醫師討論後續的治療策略與藥物的調整。