



糖尿病口腔、皮膚護理

一、口腔護理：

- (一)選擇適合的牙刷、牙線及正確的刷牙方式。
- (二)養成良好之口腔衛生習慣，飯後刷牙漱口。
- (三)定期牙齒健康檢查並洗牙（提醒醫師自己是糖尿病患）。
- (四)注射胰島素的病人做牙齒的一般治療或拔牙前必須先進食，以免治療後，暫時不能進食。
- (五)拔牙前應先測血糖。

二、皮膚護理：

- (一)搔癢時勿用尖指甲去抓。
- (二)保持皮膚清潔、乾燥及做適當的按摩，以促進血液循環。
- (三)選用中性肥皂，過於乾燥處則避免使用肥皂，並以凡士林或乳液擦拭。
- (四)擦傷可用消炎藥膏擦拭，有紅腫熱痛及感染時不可任意用藥，應請醫師處理。

三、會陰部護理：

- (一)上完廁所應由前往後擦拭，若有分泌物或搔癢情況可用溫水沖洗後再擦拭。
- (二)勤換內褲，保持乾燥，並選擇棉質易透氣質料。
- (三)若搔癢情況厲害或分泌物增多，應注意監測血糖變化並就醫。

四、參考資料：

衛生福利部國民健康署(2022, 1月)·糖尿病與我。

<https://www.hpa.gov.tw/Pages/List.aspx?nodeid=1205>