

# 低血糖昏迷，该如何做

Hypoglycemic coma, how to do it

陈红青

Hong-qing Chen

(中国人民解放军联勤保障部队第九二四医院急诊医学科 广西桂林 541002)

(Emergency Medicine Department, the 924th Hospital, PLA Joint Logistic Support Force, 541002, Guilin, Guangxi)

低血糖昏迷是一种严重而危险的状况，它常常出现在患有糖尿病的人身上。在这种状况下，人体血液中的血糖水平降至异常低的程度，导致大脑无法获得足够的能量供给，从而使人失去意识，并可能引发严重的后果。

Hypoglycemic coma is a serious and dangerous condition that is often found in people with diabetes. In this condition, the blood sugar level in the human blood drops to an unusually low level, causing the brain to get enough energy supply, which makes people unconscious and can cause serious consequences.

## 一、低血糖昏迷的危害

低血糖昏迷是指血糖水平过低，导致人体无法正常进行能量代谢和生理功能的一种严重状况。当血糖水平骤然下降时，身体无法获得足够的能量供应，我们的大脑、心脏、肌肉等重要器官便会受到严重威胁。低血糖昏迷的危害可谓多种多样，无处不在。

首先，低血糖昏迷会严重影响大脑功能。我们的大脑是人体的统领中枢，它负责控制和调节我们的思维、记忆、情绪等复杂活动。然而，当血糖水平降低到危险范围时，大脑细胞将无法正常工作，导致头晕、乏力、注意力不集中等症状的出现。严重的情况下，甚至会发生晕倒、抽搐等症状，给我们的生活带来巨大不便和危险。

其次，低血糖昏迷对心脏功能造成严重威胁。我们的心脏是维持血液循环的重要器官，负责将氧气、营养物质输送到全身各个组织和器官。然而，当血糖水平过低时，心脏无法获得充足的能量供应，其正常的收缩和舒张过程将受到严重干扰。这不仅会导致心脏功能下降，甚至引发心律失常、心肌梗死等严重后果。

再次，低血糖昏迷还会影响我们的肌肉功能。肌肉是构成人体的重要组织之一，它们使我们能够进行各种活动和动作。然而，当血糖水平降低时，肌肉无法得到足够的能量供应，肌肉力量和耐力将大大下降。身体会感到无力、乏力，甚至无法完成简单的运动和日常活动。

最后，低血糖昏迷还会给我们的器官带来长期的损害。长期以来，不断发生的低血糖事件会对我们的心脑血管系统、肾脏、眼睛等重要器官造成不可逆转的损伤。早期可能只表现为一些微妙的症状，比如视力模糊、尿频等，但随着时间的推移，这些症状将逐渐加重，给我们的身体带来严重的后果。

## 二、低血糖昏迷后的做法

### 1. 尽快给予患者含糖的食物或饮料

在这个世界上，我们每个人都可能会遭遇各种疾病，而其中一种常见且危险的疾病便是低血糖昏迷。当我们遇到这样的情况时，

我们应该立即采取措施，尽快给予患者含糖食物或饮料，以挽救生命。低血糖昏迷，作为一种急性反应性疾病，是由于血糖水平过低而导致的神经系统功能障碍，进而引发人们意识丧失的一种现象。这种情况下，如果不及及时地采取有效的抢救措施，将可能危及患者的生命健康。因此，给予含糖食物或饮料的做法显得尤为重要。在低血糖昏迷的急救过程中，选择合适的含糖食物或饮料是至关重要的。这些食物或饮料应该具备快速、明显的补充血糖作用，能够迅速转化为葡萄糖并被人体吸收。例如，常见的含糖食物有葡萄糖、果汁、巧克力等，而含糖饮料则可以选择可口可乐、糖水等。

在急救的过程中，我们要确保给予患者的含糖食物或饮料是可靠、安全的。首先，我们需要检查食物或饮料的保质期，确保其没有过期；其次，我们要特别关注食物或饮料中是否含有过多的添加剂或防腐剂，以免对患者的健康造成进一步的损害。此外，我们还要注意食物或饮料的温度，不宜过烫或过冷，以避免对患者口腔和消化道造成刺激。

在实施急救的过程中，我们需要注意一些关键的步骤。首先，我们应该迅速识别出患者的症状，判断是否为低血糖昏迷，以便及时采取相应的抢救措施。其次，我们要确保患者的舒适度，将其放置在宽敞、通风的地方，保持呼吸道通畅，并注意保持其体温的稳定。最后，我们应该及时给予患者所需的含糖食物或饮料，帮助其补充血糖，恢复健康。

### 2. 立即拨打急救电话

当身处紧急情况之际，立即拨打急救电话显得尤为重要。在低血糖昏迷这一突发状况中，更是如此。低血糖，是指人体血液中的血糖浓度过低，这种情况会导致病人神经系统的功能紊乱，甚至可能危及生命。因此，在面对低血糖昏迷时，拨打急救电话成为救援的第一步。拨打急救电话的目的在于寻求专业医务人员的帮助，他们掌握了救援所需的专业知识和技能。他们能够准确评估病人的病情，并迅速采取适当的救治措施。与此同时，急救电话中心也会根据求救者提供的信息派遣救护车前往现场，确保病人能够及时获得救治，避免因时间延误而带来的不可挽回的后果。低血糖昏迷是一种紧急情况，此时每一秒都至关重要。通过拨打急救电话，求助者能够迅速与医务人员进行沟通，将病情告知专业人士，从而让他们能够提前做好准备。根据病人的症状和现场情况，医务人员可能会给予一些建议，如服用葡萄糖片、注射胰岛素等，以帮助病人恢复意识和稳定血糖水平。这些专业的建议和指导对于救援的成功与否起着至关重要的作用。在拨打急救电话之前，求助者需要提供准确的信息，以便医务人员能够准确评估病情。例如，求助者应告知病

人的姓名、年龄、现场所在地、病情发生时间和症状的具体表现等。这些详细信息能够为医务人员提供必要的参考，更好地判断病情和采取相应措施。因此，当遭遇低血糖昏迷事故时，提供准确且精确的信息是至关重要的。

值得一提的是，拨打急救电话不仅仅是为了接受专业救助，而且也能够等待救援的过程中，通过电话中的指导来帮助病人和其它在场人员进行紧急的急救措施。专业医务人员会通过电话向求助者提供一些简单而有效的急救措施，如扶正病人平卧，松开病人的紧身衣物等。这些简单的急救措施能够在等待救援到来时，为病人争取更多的生存时间和康复机会。

### 3. 药物治疗

低血糖昏迷是一种危急状况，常见于糖尿病患者长时间未进食或用药过量等情况下。在这种情况下，药物治疗是至关重要的，它不仅能够迅速恢复患者的意识，还能有效地保护他们的生命安全。下面将介绍一些常用的药物治疗方法：

首先，葡萄糖是低血糖昏迷治疗中最常用的药物。它可以通过静脉注射或口服给药的方式迅速提供能量，以迅速恢复患者的血糖水平。在使用葡萄糖的过程中，医生需要根据患者的具体情况和血糖水平来决定剂量和给药途径，以确保安全和有效。

其次，肾上腺素也是一种常用的药物治疗方法。肾上腺素可以通过激活肾上腺素能受体，提高血糖水平，并且起到强心和血管收缩作用，从而增加心脏和脑部的血液供应。然而，使用肾上腺素需要谨慎，因为过量使用可能会引起心律不齐和高血压等副作用，医生需要权衡利弊来确定使用的剂量和时机。除了葡萄糖和肾上腺素，胰高血糖素也是常见的治疗药物之一。胰高血糖素可以刺激肝脏释放存储的糖原，从而提高血糖水平。它在治疗低血糖昏迷中起到了重要的作用。然而，使用胰高血糖素需要谨慎监测血糖水平，以避免过度提高血糖导致其他并发症的发生。

对于一些严重的低血糖昏迷病例，可能需要使用糖皮质激素来恢复患者的血糖水平。糖皮质激素可以促进肝脏产生更多的葡萄糖，并且具有抗炎和免疫调节等多种作用。然而，由于长期使用糖皮质激素可能会引起一系列副作用，医生需要权衡利弊来决定是否使用以及使用的剂量和时长。此外，还有一些辅助治疗方法可以结合药物治疗，以提高疗效。例如，输液可以帮助患者迅速补充体液，改善血液循环，并提供给药途径。氧疗可以改善脑部的氧供应，保护脑细胞不受氧气供应不足的伤害。此外，监测血糖、血压和心电图等生命体征也是治疗低血糖昏迷的重要手段，它们可以帮助医生及时调整治疗方案，减少并发症的发生。

### 4. 密切观察血糖的情况

低血糖昏迷是一种由于血糖水平过低，导致患者意识丧失的严重病情。为了确保患者的安全，医护人员需要密切观察患者的血糖情况，才能及时采取相应的护理措施。

医护人员需要通过常规的测量手段来监测患者的血糖水平。他们会将一只柔软的手套戴在手上，轻轻的捏住患者的指尖，然后使用一支细长的针头穿刺皮肤，取得一丁点的血液样本。接下来，他们会将血液样本滴在一只宽口的试管中，然后放入血糖测试仪器中，等待数秒钟后，屏幕上的数字将诠释出患者的命运。在血糖水平持续下降的情况下，医护人员需要密切观察患者的生理状况。他们会细心地观察患者的面色，察觉每一丝微妙的变化。低血糖昏迷的患者常常会出现面色苍白、额头冷汗淋漓、四肢无力等症状，这些都是身体在发出求救信号。医护人员会用心聆听，用眼睛观察，希望从这些微细的细节中找到患者的关键。

不仅如此，医护人员还会留意患者的呼吸情况。呼吸是生命的象征，而低血糖昏迷的患者常常会出现呼吸急促、浅慢乏力等症状。医护人员会仔细观察患者的呼吸频率、呼吸节奏和呼吸深浅，判断患者是否需要额外的呼吸支持。

而除了生理指标之外，医护人员还会重视患者的意识状态。低血糖昏迷的患者往往处于昏迷状态，无法正常与外界交流。医护人员会观察患者的瞳孔对光反射的情况，以及眼球的活动范围，从而判断患者的意识恢复情况和神经系统的功能状况。除了日常的观察与检测，医护人员还会采用一系列的护理手段来确保患者的安全。他们会将患者的血糖情况记录在护理记录单上，及时与医生沟通交流，制定合理的治疗方案。

### 三、预防低血糖昏迷的方法

首先，控制饮食是预防低血糖昏迷的基础。在饮食方面，糖尿病患者需要遵循规律的饮食模式，合理搭配各种食物。每天的食物摄入量应该保持适当，以避免饥饿或过饱引起血糖波动。同时，蔬果、全谷物和富含蛋白质的食物应该优先选择，而高糖分的食品则应该尽量避免。

其次，定时进食是预防低血糖昏迷的重要方法之一。糖尿病患者应该将进餐时间固定下来，每天按时进食，避免长时间的空腹。此外，如果患者进行体力活动或运动，应在活动前适当补充一些碳水化合物，以维持血糖的平稳。

最后，定期监测血糖水平也是预防低血糖昏迷的重要环节。糖尿病患者应该定期使用血糖监测仪监测自己的血糖水平，并根据监测结果调整饮食和药物的使用。如果发现血糖水平异常波动，患者应该及时就医进行调整，避免低血糖的发生。糖尿病患者还应该经常接受医生的定期检查和咨询。医生可以根据患者的具体情况，制定合理的治疗方案，并给予专业的建议。同时，患者也要积极配合医生的治疗，并按时服用药物，以保持血糖的稳定。

每一次低血糖昏迷都是对生命的威胁，然而，通过增加对这一状况的了解，我们可以做好充分的准备应对它的发生。让我们携手同行，保护糖尿病患者的健康与安全，让每一个人都能享受到阳光下的美好生活。