

診

問

陳爺爺今年83歲，糖尿病已經15年，近三年糖化血色素都控制在7%以下，爺爺每次回診時，臉上總是笑嘻嘻的，問起爺爺，用了什麼好方法，可以將血糖控制穩定呢？他回答說：每天開開心心的，血糖就會好喔！哈哈哈哈哈（講完爺爺自己又開心的笑著）……。

心情故事

護理師／邱盈珠

猶記陳爺爺第一次就診時，疑惑地問：「我的血糖很高嗎？我昨天吃了很多水果，是因為這樣，才影響血糖的啦，明天就會降下來，你們太緊張了。」（哈哈哈哈哈），這時一旁的家人急忙阻擋，要爺爺不要亂說話，聽聽衛教師的說明，就這樣除了爺爺認真地聽著，陪同的女兒對於不清楚的部分也會提出疑問，我們愉快的討論關於血糖控制的好方法。這天醫生建議爺爺注射胰島素，爺爺沒有抗拒沒有害怕，笑著說：「沒問題，身體健康很重要，打針我可以的。」，一旁的女兒也跟爺爺說：「我們都希望您的血糖能控制下來，如果有遇到問題我們都會在，要隨時跟我們說喔。」回家後，爺爺自己量血糖做紀錄、規律注射胰島素，持續五年了，每次回診就醫時家屬也都會陪同。

陳爺爺說如果自己的血糖沒有控制好，家人會擔心，尤其是孫女她更生氣不開心。我就怕孫女生氣了（哈哈哈哈哈），這幾年爺爺的糖化血色素一直都是控制達標 $<7\%$ ，而他最愛的孫女也結婚生子了。陳爺爺現在開心地當曾祖父啦。糖尿病的照護，要依據個案的情況提供糖尿病相關知識、照顧技巧，共同討論可以達成的目標，持續進行追蹤。但除了相關的糖尿病自我管理的衛教外還包括心理的支持，因為控糖的路上除了醫護人員更重要的是家人的支持，以病人為中心的照護可以使每位糖友在過程中更能有信心、開心地將血糖控制達標。