

世界糖尿病日的由來

衛教師◎陳思嫻

1919年春天11歲的少女伊莉莎白·休斯發現患糖尿病，由於口乾，一杯又一杯地喝水，常覺得虛弱和疲倦。當時美國最有名的糖尿病專家阿倫醫師(F.M. Allen)立刻給伊莉莎白施行「饑餓療法」，除了定期絕食外，平時只吃瘦肉、雞肉、牛奶、少許水果、無味的麥糠餅乾和滾煮三次使糖份盡失的蔬菜。

每天的熱量常常只有700到900卡，有時更少到300卡。發病時身高151公分，體重34公斤的她，在一年之後只剩24公斤，大半時間躺在床上看書或縫衣服。

1921年夏天一位29歲的外科開業醫師班丁(F.G. Banting)得到加拿大多倫多大學醫學院生理學科主任麥克勞德教授(J.J.R. Macleod)的援助，碩士班一年級的學生21歲的貝斯特(C.H. Best)的協助發現胰島素。因為從胰臟分離和純化胰島素的過程異常困難，到12月邀請生化學客座教授柯立普(J.B. Collip)協助。

1922年1月11日14歲瀕危的男孩湯姆遜成為第一個注射胰島素救活的病人(可惜27歲時罹患流行性感冒死於肺炎)。美國禮來藥廠和多倫多大學董事會訂約，1922年6月著手生產胰島素。到8月生產少量胰島素提供班丁醫師試用，萃取純化過程經過多次改良，在1923年2月開始大量生產。

經過阿倫醫師的推薦，1922年8月16日在死亡邊緣徘徊的15歲的伊莉莎白·休斯由母親和護士陪同前往多倫多見班丁醫師。檢查後班丁醫師在病歷上這樣寫：「體重20.5公斤，身高152公分，病人極端消瘦，腳踝稍腫，皮膚乾裂，頭髮細脆，腹部突出，肩部下垂，肌肉極端萎縮，皮下組織幾乎全部消失，她虛弱的幾乎不能行走，呼吸，消化及心血管系統尚可」。

班丁醫師馬上開始使用胰島素治療，一星期之後每日飲食熱量從889卡增加到1220卡，再過一星期增加到2200到



楊哲生先生獲得全國模範糖友徵文比賽特優獎



陳如山伯伯榮獲100年模範志工獎

2400卡，在5個星期內體重將近增加5公斤。

她在給母親的信中寫道：「我敢說你會以為這是一則編造的故事…大家都說我看起來完全不一樣…我的體力和體重似乎每小時都在增加中…這真是一個奇蹟…班丁醫師帶世界各地的醫師來多倫多看我，讓他們自己親眼看這驚奇的發明帶來的效果，我真希望你能看到他們翻閱我的病歷時臉部的表情，他們對我的進步多麼的驚訝…」。

伊莉莎白在1929年從伯納學院畢業，翌年和一位年輕的律師結婚。每天注射胰島素，過健康正常的生活，她前後生了三個小孩。1980年夏天仍舊耳聰目明，前往中國大陸從事為期六週的旅遊。1981年4月25日突然因心臟病發作去世，享年73歲。

1923年班丁醫師和麥克勞德教授接受生理學與醫學的諾貝爾獎，班丁醫師將他所得獎金的一半送給協助他的學生貝斯特，而麥克勞德教授也將一半送給柯立普教授。

1941年2月20日班丁醫師因飛機失事而與世長辭，享年49歲。1992年世界糖尿病聯盟為了感謝這位糖尿病病人救命



李瑞昌伯伯榮獲模範病友獎

的恩人，決定每年以班丁醫師的生日11月14日為世界糖尿病日。

首先恭賀李瑞昌伯伯獲得100年模範病友獎，與陳如山伯伯獲得100年模範志工獎，及楊哲生先生獲得全國模範糖友徵文比賽特優獎，更感謝所有病友的支持與努力，讓李洮俊診所獲得100年模範團體獎，當天本診所醫療團隊也參與健檢之活動，更開心能見到許多病友們的參與，尤其看到熟悉地病友們在舞台表演五行健康操時，真的令我感動，在台上有高齡70歲的病友，讓我見識到了人生70才開始這句話，他們的體力甚至比一般非糖尿病患更好，誰說有慢性病的人就應該病懨懨？活力四射的病友們在台上帶領大家踏出活力，在台下的我們也渲染到那份熱情，活到老不只要學到老還要開心到老！把健康養好就有開心的本錢，希望大家都可以向病友們學習！不只是身體上的照護還有心境上的健康。罹患糖尿病並不是件絕望的事，罹患糖尿病只會使我們的生活更趨向於健康，期許可以藉由世界糖尿病日，這個重要的日子可以讓更多的糖友走向社區，接受並享受更多的資源，使我們能活的更自在更健康。