

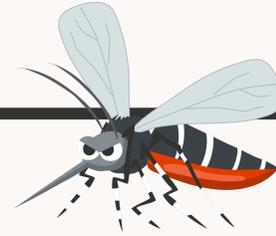
# 基孔肯雅熱來襲 糖友你準備好嗎？



“ 近期中國內地及香港爆發基孔肯雅熱（Chikungunya）疫情，這是一種由蚊子（主要為白紋伊蚊）傳播的病毒性疾病，雖然多數人能自行痊癒，**但對糖尿病患者來說，風險卻比一般人高得多。** ”



# 糖尿病患者 感染風險更高



根據美國疾病控制與預防中心(CDC)及一系列臨床文獻指出，**糖尿病患者感染基孔肯雅熱後，出現重症、住院、甚至代謝危機的風險都較高**

**糖尿病會削弱免疫力，導致病毒更容易擴散與繁殖**



以上資料由Kammie Yu 搜集、整理及撰寫  
參考資料：

Barreto FK et al., Chikungunya and diabetes: what do we know?, 2018.  
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5899414/>

# 糖尿病患者感染後 惡化風險更高



一項來自海地的臨床研究指出，糖尿病患者感染後，**會有更嚴重關節炎、長期疲勞與高血糖惡化的情況。**

部分病人會在康復後持續數周至數月出現慢性關節痛。



以上資料由Kammie Yu 搜集、整理及撰寫  
參考資料：

Jean-Baptiste E et al., A Case of Diabetic Ketoacidosis Following Chikungunya Virus Infection, 2016. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5154448/>

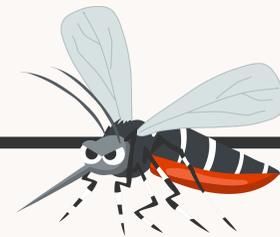
# 糖尿病患者 感染後的症狀



常見症狀：

- 突然高燒（38.5°C以上）
- 關節劇痛（尤其手腕、手指、膝蓋）
- 肌肉痛、頭痛、紅疹、疲勞

有些病人誤以為是一般感冒或血糖異常，導致延誤治療。



以上資料由Kammie Yu 搜集、整理及撰寫

參考資料：

CDC: <https://www.cdc.gov/chikungunya/symptoms-diagnosis-treatment/index.html>

# 糖尿病患者 感染後需注意



“如果你發燒、又有關節痛、疲倦或紅疹，千萬不要自己當作感冒或流感處理!! 尤其你是糖尿病患者，更應該向醫生說明你的病史，並問問是否需要抽血排查登革熱、基孔肯雅熱，因為這類病有時靠症狀未必分得出來！



# 糖尿病患者感染後的處理方法



- 如出現疑似症狀，應立刻就醫
- 密切監測血糖：每日多次測血糖，觀察有否出現高血糖或酮酸中毒反應
- 保持水分與休息
- 暫停運動，減少身體額外負擔
- 繼續做好個人防蚊措施



# 糖尿病患者感染後的處理方法



即使你已經感染基孔肯雅熱，也要繼續防蚊！因為你仍有機會傳播病毒給蚊子，讓蚊子再去叮別人，造成社區爆發！！



# 蚊怕水有效防蚊？



**蚊怕水是有效的!**

如有皮膚敏感、慢性傷口等情況，  
選擇防蚊用品時要兼顧效果與溫和性



✓ 使用含 Picaridin 或 IR3535成份  
的驅蚊劑(相對刺激性較低)



如選天然驅蚊方案，可考慮：

✓ 花露水（含香茅或薄荷成分）

✓ 自製天然噴霧(如薄荷+白醋+水煮液)

# 日常防蚊措施



穿淺色長袖衣物  
減少叮咬面積



清除積水  
花瓶底座水盤



使用蚊帳



安裝紗窗



使用蚊香



電蚊拍

# 總結



“  
糖尿病患者一旦感染，併發症與恢復期往往更長、風險更高。因此，糖友應將「防蚊」視為血糖控制以外的另一項重要日常功課，特別是在現時疫情潛在升溫的背景下。  
”



# 想獲取更多正確控糖資訊 歡迎讚好及訂閱以下頻道

糖尿天使



健康薇言



YouTube



Facebook

