

## 家用血糖機 知多一點點

### 家用血糖機是甚麼？

- 家用血糖機是一種以電池供應電源的可攜式體外診斷醫療儀器，在市面廣泛有售而毋須經醫生特別處方。
- 家用血糖機透過採用使用者之血液樣本來量度血液內葡萄糖的濃度。



### 家用血糖機的效用是甚麼？

- 糖尿病患者可使用家用血糖機來自我測試血糖水平。測試的結果有助監測病情，從而讓患者適當地調校飲食習慣和運動量，以及協助醫生調校藥物的份量。
- 如糖尿病患者能把血糖水平維持在指定範圍內，可減低引發糖尿病併發症的機會。

### 家用血糖機的基本操作為何？

- 量度血糖前，應細讀血糖機的使用說明書。一般是把即棄的血糖機專用試紙插入血糖機內，然後用採血針從手指頭取出適當份量的血液，滴在試紙上以進行血糖測試。
- 由於不同款式的血糖機設計各異，使用者必須遵照使用說明書上的指引操作血糖機。

### 血糖的量度單位是甚麼？

- 血糖的量度單位為「毫摩爾每公升」(mmol/L) 及「毫克每分升」(mg/dL)，而前者在香港較被普遍採用。
- 部份在市面出售的家用血糖機備有單位轉換功能，所以使用者在讀取

血糖度數時需加倍小心，以免錯誤解讀血糖水平。不恰當處理低血糖或血糖過高可導致急性糖尿病併發症包括缺水、休克，甚至死亡。

## 選購家用血糖機的提示

- 選購前，宜先徵詢醫護人員意見，並按產品的功能、準確性及易用程度來選擇合適自己的血糖機。
- 除考慮血糖機的售價之外，亦應考慮測試的總支出，包括相關消耗品如試紙、質控液和採血針的售價及此等物品是否容易購得。
- 要留意產品的標籤是否刊有代理商名稱及其聯絡方法。檢查其他組件包括產品保用證和使用說明書是否齊全。
- 留意螢幕是否正常運作。
- 留意提供的試紙與血糖機的型號是否配合。
- 病人異常的身體狀況，例如高膽紅素(Bilirubin)、高血脂、血容比(Haematocrit) 過高或過低，有可能影響血糖測試的準確性。如有疑問，選購血糖機前應先徵詢醫護人員的專業意見。

## 使用家用血糖機前，我需要留意甚麼事項？

- 細讀血糖機的使用說明書，並依照製造商的指引校準血糖機。如有疑問，應向儀器代理商查詢。
- 檢查電源是否充足，並按需要更換電池。
- 留意試紙的有效日期，切勿使用過期或使用過的試紙。
- 遵從醫護人員的指示在特定的時間(例如在空腹時、飯前、飯後二至三小時或睡前)，量度血糖。
- 在某些環境之下(例如濕度過高或溫度過低)，血糖測試的準確性可能會受到影響。如在該等環境下進行血糖測試，建議在血糖紀錄加上備註以供日後參考。

## 使用家用血糖機量度血糖時，我需要留意甚麼事項？

### 每次開啟血糖機時，

- 應確認所顯示的是自己慣用的量度單位。
- 檢查螢幕，確保螢幕上的所有部份能正常顯示，並注意是否有錯誤信息。如已依照製造商的指引處理（例如更換電池），血糖機仍有異常，應立即停用血糖機並聯絡儀器代理商。



### 每次測量血糖時，

- 請先洗手，以免污染血液樣本。
- 把血糖機專用的試紙插入血糖機內，血糖機便會開啓。留意試紙是否完全地插入機內。試紙若未完全插入，血糖測試便可能會受到影響。
- 使用已消毒的採血針提取血液樣本。
- 根據使用說明書的指示把適當份量的血液樣本滴在試紙上。過多或過少份量的血液樣本均會影響血糖測試的準確性。如有需要，應使用新的試紙重新進行測試。
- 根據使用說明書提供的闡釋，小心解讀螢幕上的血糖讀數、量度單位、代號及其他訊息。
- 雖然大部份血糖機備有讀數記錄功能，但使用者亦應另外記錄血糖讀數以備日後參考。
- 如對所量度的結果有所懷疑，可再用質控液檢測血糖機，然後重新量度一次。如測試結果持續可疑，應及早請教醫護人員。

### 每次更換一瓶新的血糖試紙時，

- 應設定血糖機的試紙代碼，對照血糖機螢幕上的代碼與試紙瓶上的代碼是否相符。
- 按照使用說明書上的指示，用質控液進行檢測校準血糖機。

## 如何妥善保養我的家用血糖機？

- 購買血糖機後，隨即向代理商登記，以確保能夠獲得適當的售後服務。
- 每次使用完畢後，應將用過的採血針收集在不會穿透的有蓋容器內，封閉後再丟棄，並根據使用說明書的指示清理機身。
- 切勿將過期或用過的試紙插入血糖機內，以免損害儀器。
- 避免將血糖機、試紙及質控液存放於溫度及濕度過高或過低的地方。存放試紙在原裝的瓶子內，而瓶子亦必須蓋牢。避免使用其他盛器存放試紙。

## 其他建議及總結

- 家用血糖機提供一種有效的自我測試血糖水平的方法。但使用者切勿完全依賴家用血糖機的測試結果，而忽略定期覆診的重要性。
- 糖尿病患者應按醫生指示定期覆診及進行全血樣本化驗。
- 在手指頭以外的地方採血測量前，請向醫護人員查詢。
- 若血糖測試結果可疑，應先按使用說明書上的指示，校準血糖機，然後再重新進行測試。如校準血糖機後測試結果持續可疑，便應立刻與醫護人員聯絡。
- 基於血糖機在設計、量度原理及校準標準上的各種差異，使用不同型號的血糖機量度血糖，可能會得出不同的血糖讀數。為減低數據上的偏差，使用者應盡量採用同一部血糖機量度血糖。
- 如需更多有關糖尿病的資訊，請參閱衛生防護中心網站內的「齊來正視糖尿病」網頁(<https://www.chp.gov.hk/tc/features/43772.html>)。

衛生署

醫療儀器科

二零二零年一月修訂