



# 糖尿病護理

## 如何使用血糖檢測儀

血糖檢測儀是用來檢查您的血液中葡萄糖或血糖含量。這對幫助您管理糖尿病是必要的。血糖檢測儀有很多種品牌。您的護士或藥劑師可以幫助您學習使用血糖檢測儀。

請按照以下步驟用血糖檢測儀檢查你的血糖。



### 準備工作

- 1 用溫水和肥皂洗手至少15秒，然後用清水沖洗，並用毛巾擦乾。
- 2 取出您的用品：
  - 您的檢測儀
  - 測試紙
  - 採血裝置
  - 針，通常被稱為採血針
  - 針頭或尖銳物處理容器
- 3 打開採血裝置，將針放入當中。將針帽自針頭取下。不要碰觸針頭。
- 4 將蓋子放回裝置上。在裝置上設好彈簧，以準備刺入您的皮膚。
- 5 從瓶子或包裝取出一條測試紙。將蓋子蓋回瓶子。
- 6 將測試紙放入裝置中。這會將檢測儀打開。
- 7 將儀器屏幕上的代碼與測試紙上的代碼配對。
  - 代碼印在測試紙瓶或包裝上。
  - 如果您的儀器有代碼內置在測試紙上，請進入下一個步驟。
- 8 當螢幕上有測試紙符號閃動，即表示檢測儀已準備好接受血滴。

ALAMEDA  
**Alliance**  
FOR HEALTH

Health care you can count on.  
Service you can trust.

## 檢查血糖水準

- 1 拿起採血裝置，把它貼在手指測邊。
- 2 按下儀器上的按鈕，將針放開。您會感到針刺。放下儀器。
- 3 擠壓您手指的基部以取得一大滴的血。
- 4 您所使用測試紙的類型決定血滴在測試紙上的位置：
  - 將測試紙的末端觸碰到血滴，或
  - 將血滴到測試紙上的測試區。
- 5 確保測試紙上的測試區完全充滿血液。
- 6 測試儀將為測試計時，而後您的血糖數值將顯示在屏幕上。
- 7 將您的血糖數值記在日誌簿或血糖日誌上。

## 清洗用品

- 1 取出試紙，將它扔到您的針頭處理容器中。
- 2 將針從裝置中取出。將針丟入針頭處理容器或其他防穿刺的容器。
- 3 將用品收好。將針頭處理容器收好，放在兒童和寵物接觸不到的地方。
- 4 再次用肥皂和水洗手。



如果您有任何有關您的檢測儀和做血糖檢測的問題，請詢問您的醫生、護士、糖尿病教育者或藥劑師。

## 您不必獨自面對這些！

如對糖尿病護理的課程和一對一的支持有興趣，請致電Alliance健康計劃，電話號碼：**510-747-4577**。

免費電話：**1-877-371-2222**；  
加州中繼轉接電話服務(CRS)/TTY專線：  
**711或1-800-735-2929**；  
服務時間為週一至週五早上8點至下午5點

Alliance CompleteCare (HMO SNP)

計劃成員請撥：

免費電話：**1-877-585-7526**；  
加州電話轉接服務(CRS)/TTY專線：  
**711或1-800-735-2929**  
每週7天服務，服務時間為早上8點至晚上8點。

[www.alamedaalliance.org](http://www.alamedaalliance.org)

[www.alliancecompletecare.org](http://www.alliancecompletecare.org)

本講義改編自「如何使用血糖檢測儀」，2005年10月，「健康資訊解答」已授予權限可使用和複製這些資料於非營利教育性用途，前提是未經Alameda Alliance for Health許可，不得修改內容。

ALAMEDA  
**Alliance**  
FOR HEALTH

Health care you can count on.  
Service you can trust.