



引言

親愛的會員朋友們，

診間裡最常聽到的兩句話，一句是「醫師，我血糖控制得很好啊」，另一句是「最近傷口就是長不好……」。兩件事看似無關，背後卻連著同一條線——感染。

高血糖不只是數字問題，它會讓免疫細胞變得遲鈍，讓傷口癒合卡在發炎期出不來，讓一個小小的劃傷演變成需要住院的嚴重感染。本期會刊，我們把這根線拉出來，從五個面向好好聊一聊。

- 第一篇 | 新藥雙面刃：降血糖效果佳，也要留意感染風險？

《降糖新機轉，感染新風險？》開場就丟出一個臨床上的兩難：近兩年最受關注的兩類新型降血糖藥，降血糖、保護心腎、幫助減重的效果一應俱全。

文章整理了最扎實的實證數據——第一類藥物相關生殖泌尿道感染發生率可達一般人的三至五倍，一種罕見但致命的會陰部嚴重感染，也因此被多個國家要求在仿單增列警語。第二類藥物則被發現與疱疹風險上升有關，年輕族群、女性、血糖控制不佳的患者尤其要留意。

但文章也提出了藥物相關的好消息：第一類藥物同時能降低約三成的肺炎風險與超過半數的敗血症風險。用藥選擇從來不是非黑即白，關鍵在於知其所短、用其所長。

- 第二篇 | 胃裡的住客：幽門桿菌與糖尿病的曖昧關係

《糖尿病與幽門桿菌的關聯性與治療》中，把目光轉向一個可能被基層忽略的感染源——幽門桿菌。

這篇文章最扎實的部分在治療實務。台灣一種常用抗生素的抗藥性已逼近兩成，傳統三合一根除療法成功率正在下降，臨床上應優先考慮四合一療法。

但更值得第一線醫師警惕的是藥物交互作用：含這種抗生素的根除療程會影響肝臟代謝藥物的能力，讓口服降血糖藥在體內的濃度大幅升高，引發嚴重低血糖——這不是理論推測，而是台灣健保資料庫中可以觀察到的真實風險。

文章最後用一句話點出核心：「根除幽門桿菌，不只是治療胃病，更是在糖尿病照護中，提前為胃癌預防多築一道防線。」

- 第三篇 | 隱形的定時炸彈：潛伏結核遇上糖尿病

《隱形危機的雙重奏》用了一個很貼切的比喻：潛伏結核感染就像一顆定時炸彈，糖尿病患者身上的引線特別短。

台灣糖尿病患者中約五分之一帶有潛伏結核感染，換算下來約有 53 萬人。如果每年有千分之十的進展風險，意味著每年可能有多達五千三百名糖尿病患者從潛伏感染進展為活動性結核病——這個數字不應該被忽略。

文章最實用的部分是兩種篩檢方法的比較：傳統的皮膚試驗需要回診兩次讀取結果，且在台灣幾乎所有人都接種過結核病疫苗的背景下，假陽性率較高，判讀容易受到干擾；血液檢測則不受卡介苗接種影響，是更適合用於篩檢的工具。同時整理疾管署的治療處方，讓基層醫師轉診時有據可依。

- 第四篇 | 防疫不能等：秋冬來臨前的疫苗守門戰



《控糖之外更要防疫》選在這個時機發表，正好趕上基層門診的秋冬防疫準備期。

新冠疫苗進入後疫情時代，許多病友已經把它降級為「去年打過就好」；但對糖尿病、高齡及具有共病的患者而言，新冠感染的住院與重症風險依然不容輕忽。

文章最亮眼的是新一代疫苗的數據：劑量僅前一代的五分之一，中和抗體反應卻提升將近兩倍，65 歲以上且有共病的族群保護效果更為顯著。文章最後給了基層診所一句可直接拿來對病友說的話：「更低劑量、更高保護、加倍安心。」

- 第五篇 | 傷口不會自己好：營養是癒合的燃料

《控糖不敢吃，傷口不長肉》把鏡頭從感染拉到傷口，但兩者其實是一體兩面。

糖尿病足潰瘍難以癒合，背後是慢性感染與高血糖交織的惡性循環——高血糖讓免疫細胞卡在促發炎的狀態出不來，膠原蛋白合成受阻，肉芽組織就是長不出來。

文章最務實的部分在營養介入的具體數字：有慢性傷口的糖尿病患者，蛋白質攝取應提高至每日每公斤體重 1.25 至 1.5 克；三種營養補充品已被臨床研究證實可顯著提升傷口癒合率。

簡單說：感染控制住之後，營養才是讓傷口真正癒合的燃料。

- 第六篇 | 數字之外的溫度：一位營養師的私房信

最後這篇，是我們本會會員的個人經驗分享。

從醫院臨床訓練到門診實務，從醫院到長照機構，作者用真摯的筆觸寫下這段職涯轉變。文章中最讓人印象深刻的是那位 83 歲住民的故事——她已經很久沒有被安排吃水果，水果逐漸從日常飲食中消失，也被貼上「不能吃」的標籤。

但當她看到其他住民享用水果時，流露出的失落與焦慮，讓作者突然意識到：那不只是想吃甜食，而是一種長期限制後對生活感的渴望。

雖然這篇文章沒有數據、沒有機制圖，但作者拋出一個觀點：有時候，讓病友願意繼續回診、願意信任我們，比任何檢驗數字都來得重要。「有些穩定，比任何漂亮的數字都更接近照顧本身。」

本期五篇實證文章，從新藥警示、幽門桿菌、結核病到新冠疫苗，構成一張從感染風險到預防介入的完整地圖；最後一篇則是一封來自第一線照護者的私房信。

或許本期最想傳達的，正是這兩件事並存的意義：用證據保護病人，也用理解陪伴病人。

祝閱讀愉快，我們下期見！

本期引言 | 基層糖尿病學會

本期會訊負責委員 蔡昆原醫師、王舒民醫師

