Memorial Sloan Kettering Cancer Center

患者及照护者教育

关于糖皮质激素诱导高血糖症（高血糖）

本资源介绍了糖皮质激素诱导高血糖症及其需要注意的体征和症状。 此外，还说明了何时应检查高血糖，并提供了帮助控制血糖的建议。

关于糖皮质激素与癌症治疗

糖皮质激素是癌症治疗过程中常用的药物，主要用于：

- 预防恶心（想要呕吐的感觉）和呕吐。
- 减轻炎症或肿胀。
- 改善食欲和精力。
- 增强某些癌症治疗的效果。
- 帮助控制疼痛。
- 预防在输液或使用造影剂的影像检查过程中发生过敏反应。

癌症治疗中常用的糖皮质激素包括：

- 地塞米松 (Decadron®)
- 强的松
- 甲基强的松龙 (Solu-Medrol®)

- 氢化可的松

糖皮质激素会促使身体产生更多的葡萄糖（糖）。 它们还会使身体难以正常利用胰岛素。 这可能会导致血糖水平升高。 即使您此前从未出现过血糖问题，这种情况也可能发生。

糖皮质激素是多种癌症治疗的重要组成部分。 **除非您的医疗团队指示，否则请勿停用糖皮质激素。**

什么是糖皮质激素诱导高血糖症?

高血糖是指血液中葡萄糖含量过高。

糖皮质激素诱导高血糖症是指在服用糖皮质激素期间，您的血糖水平高于正常值。 出现糖皮质激素诱导高血糖症并不意味着您患有糖尿病。

在癌症治疗期间，糖皮质激素诱导高血糖症很常见。 该情况可能：

- 增加感染风险。
- 延缓伤口愈合。
- 加剧治疗的一些副作用。

在癌症治疗期间，控制高血糖非常重要。 这样可以：

- 帮助您感觉更好。
- 降低出现其他健康问题的风险。
- 帮助您按计划进行癌症治疗，无需中断或暂停治疗。

糖皮质激素诱导高血糖症的风险因素

如果您符合以下情况，可能更容易出现糖皮质激素诱导高血糖症：

- 患有糖尿病或处于糖尿病前期。
- 有糖尿病家族史。
- 超重。
- 年龄在 65 岁及以上。

糖皮质激素诱导高血糖症何时发生？

糖皮质激素诱导高血糖症通常在开始使用糖皮质激素后不久发生，且使用时间越长，发生概率越高。 即使您在开始服用糖皮质激素时血糖正常，随着时间的推移，血糖仍可能升高。

停用糖皮质激素后，您的血糖水平通常会恢复正常。

高血糖症的体征和症状

高血糖症

- 非常口渴。
- 时有尿频感。
- 视力模糊。
- 口干。
- 感到虚弱或比平时更疲倦。
- 头痛。
- 感觉恶心（感觉想吐）。

严重（非常严重）的高血糖

- 呕吐。
- 胃痛。
- 呼吸困难。
- 呼吸带有水果味。
- 头脑混乱。
- 感到非常困倦或无法保持清醒。

严重的高血糖可能导致糖尿病酮症酸中毒 (DKA)。 DKA 是一种可能危及生命的医疗紧急情况。 **如果您出现严重高血糖的体征和症状，请立即拨打 911 或前往最近的急诊室。**

如果您患有糖尿病且正在服用类固醇，该怎么办

如果您患有糖尿病或处于糖尿病前期，在服用类固醇期间可能更难控制血糖。 **如果您正在服用类固醇，请告知您的糖尿病医疗保健提供者。** 在您服用类固醇期间，他们可能会调整您的糖尿病药物，以帮助将血糖控制在安全范围内。

通常情况下，治疗期间的目标是将血糖控制在每分升 200 毫克 (mg/dL) 以下。 医疗保健提供者或内分泌科医生会告知您个人的目标范围。 目标范围指您的葡萄糖不会过高或过低。 如果医疗保健提供者对您的药物进行了任何调整，请务必告知他们。

检查血糖

医疗团队可能会要求您在家监测血糖。 这是因为您可能在没有明

显体征或症状的情况下出现高血糖。 监测血糖有助于您在没有症状的情况下及时发现糖皮质激素诱导高血糖症。

您可以在家中使用以下设备监测血糖：

- 指尖采血血糖仪
- 连续血糖监测 (CGM) 贴片装置

请与您的医疗保健提供者讨论哪种设备最适合您。 如果您需要在家中监测血糖，他们会为您开具相应的设备处方。

在整个糖皮质激素治疗期间，请持续监测您的症状和血糖水平，直到医疗保健提供者表示可以安全停药为止。

何时检测血糖

糖皮质激素诱导高血糖症通常遵循一定的规律。

- **醒来时：**您的血糖可能处于正常或接近正常水平。
- **餐后或服用糖皮质激素几小时后：**您的血糖开始上升。
- **下午或晚上：**您的血糖通常会达到峰值（最高点）。

在监测糖皮质激素诱导高血糖症时，请尽量每天在同一时间进行检测。 这将有助于您了解血糖的变化趋势。

我们建议您在**午餐后 2 小时**或**晚餐前**检测血糖。 在这些时间点检测，可以更清楚地了解类固醇和食物如何影响您的血糖。

糖皮质激素诱导高血糖症通常出现在下午或晚上。 如果您每天只检测一次血糖，请避免在清晨刚起床时检测。 晨间读数可能无法

全面反映类固醇对您全天血糖水平的影响。 最好在一天中的稍晚时间检测血糖。

有用的生活方式建议

仅靠饮食和体育活动通常不足以完全控制类固醇相关的高血糖，但仍能起到帮助作用。 例如，如果可以的话，请保持活跃。 每天散步几次，每次时间不长，有助于控制血糖。

以下是一些帮助您将血糖维持在健康水平的小贴士：

- 多喝水以防止脱水。
- 限制含糖饮料的摄入，例如普通汽水和果汁。
- 选择包含瘦蛋白、膳食纤维和健康脂肪的均衡膳食。 这有助于您产生饱腹感，避免过量进食。 食欲增加（比平时更饿）是类固醇的常见副作用。
- 不要跳过正餐或完全戒断碳水化合物。 这样做既不安全，通常也无法降低血糖。

在对饮食进行任何重大调整之前，请务必咨询您的糖尿病医疗保健提供者。 如果您正在服用糖尿病药物，这一点尤为重要。 我们通常建议每餐总碳水化合物摄入量控制在 45 至 60 克之间。 如果糖尿病医疗保健提供者建议的摄入量不同，请遵循其指示。 请阅读*如何通过饮食控制血糖* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/how-to-manage-your-blood-glucose-with-your-diet)，以了解更多信息。

何时应立即寻求帮助

如果出现以下情况，请立即拨打 911 或前往最近的急诊室 (ER)：

- 您出现本资源中列出的严重高血糖或 DKA 相关体征或症状。
- 您的血糖水平超过 400 mg/dL。

何时致电您的医疗保健提供者

如果您出现以下情况，请致电您的医疗保健提供者：

- 您出现高血糖症状。
- 您的血糖水平持续超过 200 mg/dL 超过 2 天。
- 您的血糖水平持续上升。
- 您不确定如何或何时检测血糖。

如果您需要进行 PET-CT 扫描

进行 PET-CT 扫描时，您的血糖必须低于 200 mg/dL。 如果您在服用类固醇期间需要进行 PET-CT 扫描，请致电您的糖尿病医疗保健提供者或下达扫描医嘱的医生。 他们将帮助您在扫描前控制血糖。

如果您有任何问题或顾虑，请联系您的医疗保健提供者。 医疗团队成员将在周一至周五 上午 9:00 至 下午 5:00 给与回复。 如在非上述时间段，您可以留言或与其他 MSK 服务提供者联系。 随时有值班医生或护士为您提供帮助。 如果您不确定如何联系医疗保健提供者，请致电 212-639-2000。

有关更多资源，请访问 www.mskcc.org/pe，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

About Steroid-Induced Hyperglycemia (High Blood Sugar) - Last updated on July 13, 2026
Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利