

糖尿病神經病變與維生素

Diabetic neuropathy and vitamins

陳紋慧

鹿港基督教醫院營養課課長

糖尿病神經病變是糖尿病常見的病發症之一，神經病變引發的疼痛，嚴重時可能造成行動不便，影響生活品質。血糖控制不佳是造成神經病變的重要因子，因此控制良好的血糖是首要重點，此外維生素 B1、B12 和 D 缺乏也可能與神經病變有關，特別是長期服用 metformin 又伴隨血中低維生素 B12 濃度者，研究顯示糖尿病神經病變發生率會較高。另外，也有研究顯示補充具抗氧化、抗發炎特性的維生素 E 可改善糖尿病周邊神經病變(Diabetic peripheral neuropathy, DPN); 補充維生素 D 可改善疼痛型糖尿病神經病變 (Painful diabetic neuropathy, PDN); 第 2 型糖尿病患者每週補充 40000IU 高劑量維生素 D，24 週後可改善周邊神經病變的症狀和發炎指標; 長期服用 metformin 的第 2 型糖尿病神經病變患者，每天口服補充 1 毫克維生素 B12，一年後可改善疼痛分數和生活品質，這些糖尿病神經病變與維生素間的相關研究，會議上會和大家一起探討，提供臨床上維生素補充和治療參考。