健康是您最大的資產！沒有任何事情可以取代

2013 年國際糖尿病聯盟(IDF)公佈，全球罹患糖尿病的人數已高達 3 億 8 千多萬人，而以台灣而言，全國糖尿病總人數約爲 172 萬，相當於每 9.8 人就有 1 位糖尿病患者，且每 4.5 人就有 1 人血糖代謝異常。糖尿病除容易使病人體力虛弱、引發併發症外，與一般健康人相比，更可能罹患其他代謝症候群如高血壓、高血脂，甚至延伸到心血管疾病、腦血管疾病及腎臟疾病等，對身體負擔甚大，有高血糖或糖尿病的民眾不可不當心。

基於華人社會溫暖、關懷他人的民族特性；深知糖尿病患者的身心壓力及提升國民健康、增進公益福利的使命感，本手冊特刊有關糖尿病相關專欄，網羅醫界專家專訪、期刊書籍文獻、政府與國際資訊等，提供最精華且最實用的參考文章。相關重點有什麼是三高？糖尿病的症狀和日常生活照顧；如何選擇血糖機、代糖、營養品；如何進行低 GI 飲食和適當運動等，篇篇包含編輯群們最大的用心與殷切的關懷。希冀以本手冊之出版，喚醒國人對糖尿病的重視，正確看待糖尿病；讓糖友可以輕鬆簡單、在不影響原有生活品質下與之共處；不用再忐忑不安且擁有更富足的生活品質。一枝草、一點露，積聚社會公益關懷力量，協助民眾建立自我健康管理，造就美好社稷家邦。

糖心總動員，一”7”降低 A_1C (糖化血色素)衛教手冊編輯群