

# 国大医院推出 新手机应用教导糖尿病孕妇控制病情

为提升孕妇病患控制糖尿病病情的能力，约10名来自不同领域的国大医院专业人员，包括内分泌学家、产科医生、糖尿病教育者和营养师，与医药科技公司Jana Care合作，研发名为Habits-GDM的应用。

王嫻婷 报道  
gladysyt@sph.com.sg

新加坡国立大学医院推出新手机应用，除了教导患上妊娠期糖尿病的孕妇如何自行控制病情，也能提醒并助病患轻松记录平日的饮食习惯、血糖指数和体重等健康资料。应用在提供更完善的护理模式的同时，也有可能减少患者未来复诊的次数。

妊娠期糖尿病是妇女怀孕时可能患上的糖尿病类型。本地约两成三的孕妇患这类糖尿病，国大医院每年也医治近1200名妊娠期糖尿病患者。

妊娠期糖尿病可提高孕妇患上高血压的风险，孕妇也更可能产下体积较大的婴儿，增加剖腹生产的可能。生产后，产妇未来患上糖尿病的风险明显提升，婴儿则有更大几率患低血糖。

为了提升孕妇病患控制糖尿病病情的能力，约10名来自不同领域的国大医院专业人员，包括内分泌学家、产科医生、糖尿

病教育者和营养师，与医药科技公司Jana Care合作，研发名为Habits-GDM的应用。

国大医院内分泌科顾问医生尤东暉解释，孕妇病患通常每月前来复诊一次，但在等待下一次复诊的期间，她们的血糖指数未必能控制好。“应用如同导师，采用科技改进糖尿病护理和增强自理能力，尤其在冠病疫情期间，远程医疗程序更为重要。”

不过，尤东暉强调应用不能取代门诊，与复诊是相辅相成的。虽然应用有助于减少复诊次数的可能，但各病患的病况不同，与医生交谈并经过专业检测还是极为重要的。

国大医院临床研究员于2017年9月至2018年11月间招募340名患妊娠期糖尿病的孕妇，进行临床试验测试应用后，发现利用应用自行管理病情的孕妇大致上血糖较低，产下的新生儿并发症的概率为38.7%，而没利用应用的母亲的新生儿并发症则是

53.7%。

参与者通过医院提供的蓝牙体重秤和可插入手机的血糖测量仪器自行测量，应用并能自动记录数据。

应用也会按照病患起初输入的生活习惯，在适当时间提醒病患测量血糖、运动，以及记录吃了哪些食物，让病患了解自己是否摄取过高的碳水化合物。在复诊时，医生能按数据来评估病患的状况。

## 应用也包含12个课程单元

应用也包含12个约三至五分钟的课程单元，教育孕妇管控病情的重要性。孕妇若有疑问，也

可通过应用传信息，24小时内会有专业医疗人员回复。

柯懿芸（38岁，教育心理学家）在2018年怀第二胎时参与了试验。她在怀上第一胎时也被诊断患有妊娠期糖尿病。

虽然第一次生产还算顺利，但相比第二次的怀胎经验较为麻烦，除了要提醒自己测量血糖，还得自己手写记录数据。

“现在全部数据在应用上整齐列出，而且出去用餐时也能轻易通过应用查到食物的卡路里及血糖含量，非常方便。生了第二胎后，我也继续利用应用监控体重和饮食，已成为习惯。”

虽然医院不再提供体重秤和



尤东暉医生（右）为柯懿芸讲解如何利用应用。医院提供的血糖测量仪可直接链接手机，自动记录血糖指数，但生产商还未量产仪器，因此研究团将探讨解决仪器问题。

（郭福梁摄）

血糖测量仪器，但领导临床试验的尤东暉医生鼓励病患下载应用，利用应用的提醒和整理数据功能，包括课程单元，提升控制病情的能力。

“接下来，我们将继续接受用户反馈，改善应用的同时，也和科技公司探讨如何改进仪器问题，推出更好搭配应用的仪器。”