

<<糖尿病患者康复宜忌>>

图书基本信息

书名：<<糖尿病患者康复宜忌>>

13位ISBN编号：9787508260938

10位ISBN编号：7508260937

出版时间：2010-1

出版时间：金盾出版社

作者：刘平 编

页数：312

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<糖尿病患者康复宜忌>>

### 前言

世界卫生组织有关资料表明，糖尿病的患病率致残率及对健康的危害，已居慢性非传染性疾病的第三位；糖尿病导致的死亡居世界死亡原因的第五位。

糖尿病已经成为现代社会的常见病、多发病，是继心血管病、癌症之后的严重威胁人类健康的疾病。

随着人们生活水平的提高，糖尿病患病率还会增加。

糖尿病病程较长，并发症较多，可累及全身各个器官，严重损害患者的身心健康，影响其生活质量，同时给家庭和社会带来沉重负担。

目前糖尿病尚不能根治，一旦患病则伴随终身。

但是，糖尿病是可以防治的疾病，通过健康的生活方式、科学的膳食、坚持适度运动、合理用药、监测血糖、保持良好心态等综合防治措施，可以降低血糖，减少并发症，与正常人一样生活。

基于这个目的，我们组织人员编写了《糖尿病患者康复宜忌》一书，指导糖尿病患者正确处理防治过程中的宜与忌，以达到防病治病、延年益寿的目的。

## <<糖尿病患者康复宜忌>>

### 内容概要

本书详细介绍了糖尿病患者生活起居、饮食营养、运动、心理卫生、疾病保健及用药康复宜与忌的知识，帮助患者纠正不科学、不健康的片面观念，更好地防治糖尿病。

其内容具有较强的科学性、实用性、可读性，文字通俗易懂，特别适合糖尿病患者及其家属阅读参考。

。

## <<糖尿病患者康复宜忌>>

### 书籍目录

一、糖尿病患者生活起居康复宜忌 1.日常生活宜过“五关” 2.日常生活中宜做到“六降” 3.宜知晓糖尿病患者也可以长寿 4.宜做好四季保健 5.糖尿病患者不宜秋冻 6.冬季宜防皮肤瘙痒 7.冬季宜预防血糖升高 8.宜选择良好的居住环境 9.宜养成良好的生活规律 10.宜保持良好的睡眠 11.宜防止日常生活中的意外 12.老年糖尿病患者生活保健宜忌 13.女性糖尿病患者忌穿高跟鞋 14.宜慎重驾车 15.宜用茶饮疗法降血糖 16.宜用足部药浴降血糖 17.宜用矿泉浴降血糖 18.忌从事的工作 19.忌打麻将 20.糖尿病患者洗澡禁忌 21.糖尿病患者日常生活“五忌” 22.糖尿病患者三不宜 23.糖尿病患者的婚、育、性宜忌 24.宜知晓影响女性糖尿病患者性功能的相关因素 25.患者家属宜配合治疗 26.宜改变生活方式预防青少年糖尿病 27.宜注意儿童糖尿病特点 28.糖尿病妇女妊娠宜知晓的常识 29.不宜生育的糖尿病妇女 30.糖尿病患者旅游宜忌 31.糖尿病儿童旅游宜忌 32.糖尿病患者宜做好皮肤护理 33.宜做好糖尿病患者住院护理

二、糖尿病患者饮食营养康复宜忌 1.宜知晓糖尿病饮食治疗主要原则 2.宜知晓糖尿病饮食治疗目的 3.宜知晓计算标准体重的方法 4.宜计算每日营养素供给量 5.宜知晓蛋白质对糖尿病的影响 6.宜知晓脂肪对糖尿病的影响 7.宜知晓糖类对糖尿病的影响 8.宜知晓无机盐对糖尿病的影响 9.宜知晓维生素对糖尿病的影响 10.宜多吃高纤维素食物 11.宜知晓糖尿病饮食总热能计算 12.宜知晓糖尿病饮食细算法 13.宜知晓糖尿病饮食粗算法 14.宜知晓糖尿病饮食主食固定法 15.宜知晓各种食物营养成分及热能 16.宜知各种食物搭配及互换方法 17.糖尿病患者饮食宜忌 .....

三、糖尿病患者运动康复宜忌

四、糖尿病患者心理卫生康复宜忌

五、糖尿病患者疾病保健康复宜忌

六、糖尿病患者用药康复宜忌

## <<糖尿病患者康复宜忌>>

### 章节摘录

插图：3．宜知晓糖尿病患者也可以长寿虽然糖尿病目前不能治愈，但采用综合治疗方法，配合降血糖、降血压、降血脂药物，可以把血糖、血压、血脂控制在满意的水平，患者可以享有正常人的生活。

在漫长的不间断的治疗过程中，糖尿病患者也可以长寿。

对糖尿病患者寿命造成威胁的是糖尿病的并发症。

如果能把糖尿病病情控制好，就可以避免糖尿病并发症的发生或使出现的并发症不再恶化。

有了正确的认识，才会有信心坚持长期的糖尿病治疗。

在20世纪初，有一个叫赖迪的糖尿病患者，14岁患了糖尿病就开始用胰岛素治疗，尽管当时医学水平还很低，但这位1型糖尿病患者平安地活到76岁。

现代医学比以前发达了，糖尿病治疗更规范，糖尿病患者长寿有了更好的保障。

对糖尿病患者进行教育，是医务界公认的控制好糖尿病的重中之重的大事。

无论是饮食治疗、运动治疗，还是药物治疗，都必须有患者的认真配合。

患者只有更多地了解糖尿病的治疗知识和自我管理方法，才能与医生配合好，提高疗效，在科学理论的指导下，使“饮食治疗”达到既控制病情又不缺乏营养的目的；使“运动治疗”既能降低血糖、减轻体重，又不过量；把“药物治疗”的药物品种和剂量调整好。

糖尿病患者长寿的要素包括：情绪乐观，又不大意。

饮食科学，不缺营养。

运动有度，贵在坚持。

用药合理，勿忘调整。

血糖控制，首要任务。

血压稳定，注意波动。

血脂正常，有利防病。

体重标准，贵在保持。

血糖检查定期进行。

生活规律，戒烟戒酒。

<<糖尿病患者康复宜忌>>

编辑推荐

《糖尿病患者康复宜忌》由金盾出版社出版。

<<糖尿病患者康复宜忌>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>