

<<吃出健康！ 关心糖尿病>>

图书基本信息

书名：<<吃出健康！
关心糖尿病>>

13位ISBN编号：9787534537899

10位ISBN编号：7534537894

出版时间：2003-1

出版时间：江苏科学技术出版社

作者：(日)浅野次义

页数：194

译者：江波

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>

<<吃出健康！ 关心糖尿病>

内容概要

第二次世界大战结束时，糖尿病在日本还很少见。

但是，如同汽车等在日本渐渐普及一样，糖尿病患者也日趋增加。

糖尿病若放任不管的话，会引起可怕的并发症。

反之，若能够早期发现并治疗的话，却是一种毫不可怕的疾病。

因此，一旦你被诊断为糖尿病，请不要犹豫，尽早开始治疗！

治疗的基本方法有饮食治疗、运动疗法及药物疗法三种。

治疗的主导者是患者本人。

而医师和医护人员则扮演提供患者正确的咨询及进行适当指导的角色。

糖尿病治疗的三种方法中，饮食治疗是所有患者都必须进行的疗法。

如果忽视这项疗法，运动疗法和药物疗法便都无法发挥它们的疗效了。

因此，本书将大篇幅介绍饮食治疗，具体介绍饮食治疗的意义和执行方法，包括在外吃饭的人怎样吃才不会失去效果及具体的菜单制作等。

病人必须充分掌握糖尿病的正确知识，再实行运动疗法等。

如此以往，你就可以轻松战胜糖尿病。

<<吃出健康！ 关心糖尿病>

书籍目录

运用食物代换表成功进行饮食治疗轻松方便的糖尿病套餐和低热量食品主要的胰岛素注射器及使用方法请用量勺及磅秤序第1章 了解糖尿病 糖尿病患者在不断增加 尿糖、血糖哪个高才算是糖尿病 糖尿病检查的正常值和异常值 糖尿病的各种症状 血糖升高的原因 95%的糖尿病患者是非胰岛素依赖型 胰岛素依赖型病人的治疗方法 型、 型以外的糖尿病 糖尿病患者为何必须控制血糖 糖尿病的大敌——肥胖 糖尿病需对症下药 专栏 内脏脂肪过多将导致危险第2章 掉以轻心将导致严重并发症 血糖紊乱会引起昏迷 血糖控制不好会出现全身并发症 早期出现的糖尿病神经病变 糖尿病性肾病及糖尿病视网膜病变的预防 持续高血糖会造成动脉硬化 常见的其他并发症 专栏 每日饮用适量牛奶第3章 攻克糖尿病的基本饮食治疗 饮食治疗成功的三大原则 恰当使用食物代换表 食物代换表1-6的使用方法 用好食物代换表的卷末资料 每日指定热量的计算方法 定时定量饮食 了解糖类和蛋白质 有节制地食用高热量的脂肪 每日必须进食300克以上的蔬菜 丰富的纤维素延缓血糖上升 给认为“饮食治疗困难”的人的建议 记饮食日记确认摄入量 专栏 饮料的热量也要计算第4章 低热量食物烹调法 避免过分摄入热量的烹调秘诀 酸味及香料取代盐分.....第5章 低热量食谱第6章 运动治疗降低血糖第7章 了解药物治疗第8章 日常生活中的注意事项附：食物代换表

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>