

<<糖尿病防治100招>>

图书基本信息

书名：<<糖尿病防治100招>>

13位ISBN编号：9787537553278

10位ISBN编号：7537553270

出版时间：2012-9

出版时间：林敬、张伟 河北科学技术出版社 (2012-09出版)

作者：林敬，张伟 著

页数：227

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>

<<糖尿病防治100招>>

内容概要

《百姓生活健康书系：糖尿病防治100招（超值版）》以科学严谨的态度，以实用性为目的，采用通俗易懂的语言，从认识血糖、尿糖、胰岛等基本概念出发，介绍糖尿病诊断与保健常识，在此基础上全面引入饮食降血糖、药物降血糖、经络降血糖等糖尿病日常防治法，同时就并发症及居家调养做了详细说明。

糖尿病患者从生活中的一点一滴做起，掌握防治中的宜与忌，并与医生密切配合，做好病情的自我管理，就完全可以控制甚至战胜糖尿病，享受美好的人生。

《百姓生活健康书系：糖尿病防治100招（超值版）》不仅是糖尿病患者自我保健、护理的首选读物，同时也是基层医务工作人员的好帮手。

希望《百姓生活健康书系：糖尿病防治100招（超值版）》能成为患者身边的“家庭医生”，让广大百姓离高血糖远一点，再远一点，离健康近一点，再近一点。

<<糖尿病防治100招>>

书籍目录

第一章认识糖尿病 第一节血糖、尿糖、胰岛 第1招：什么是血糖 第2招：如何测定血糖 第3招：什么是尿糖 第4招：如何测定尿糖 第5招：血糖、尿糖检查 第6招：全面了解胰和胰岛 第7招：胰岛素有哪些作用 第8招：认识胰岛素的“不足” 第9招：哪些因素影响体内胰岛素的分泌 第10招：胰岛素在降糖中的意义 第11招：血糖是糖尿病的诊断依据 第12招：牢记糖尿病目前的诊断标准 第13招：了解儿童糖尿病的诊断标准 第14招：了解妊娠糖尿病的诊断标准 第15招：有效接受诊治有窍门 第16招：了解糖尿病的常规检查项目 第17招：糖尿病患者检查5项注意 第二节保健常识 第18招：糖尿病是生命的“沉默杀手” 第19招：警惕糖尿病的早期信号 第20招：警惕糖尿病的中期信号 第21招：警惕糖尿病的晚期信号 第22招：警惕糖尿病的典型信号 第23招：警惕糖尿病的非典型信号 第24招：认清糖尿病的本质 第25招：糖尿病有哪些类型 第26招：1型糖尿病和2型糖尿病的诊断 第27招：追杀糖尿病的“元凶” 第28招：血糖控制好，治疗方案早知道 第二章饮食降血糖 第一节饮食宜与忌 第29招：糖尿病患者饮食宜把握七大原则 第30招：1型和2型糖尿病患者的饮食各有重点 第31招：糖尿病患者饮水有讲究 第32招：糖尿病患者忌食食物大总结 第33招：糖尿病患者可适量少吃的食物大总结 第34招：糖尿病患者宜适当吃肉 第35招：糖尿病患者常食膳食纤维 第36招：糖尿病患者早餐宜吃干饭 第37招：冷开水泡茶治糖尿病 第38招：糖尿病患者食盐应适量 第39招：蜂蜜虽好，糖尿病患者忌食 第40招：糖尿病患者忌采取饿肚疗法 第41招：糖尿病患者不可贪吃西瓜 第42招：糖尿病患者不可贪吃月饼 第43招：糖尿病患者长期饮酒害处多 第44招：糖尿病患者吸烟有风险 第45招：常用治糖菜谱 第46招：常用治糖汤谱 第47招：常用治糖茶饮 第48招：常用治糖酒饮 第三章药物降血糖 第一节用药原则 第49招：了解降糖药的服用原则 第50招：把握服用口服降糖药的黄金时间 第51招：降糖药物能搭配使用吗 第52招：血糖控制良好后能否停用降糖药 第53招：如何调整降糖药的剂量 第54招：糖尿病患者无法进食应如何服降糖药 第55招：糖尿病患者注射胰岛素的黄金时间 第56招：适时调整胰岛素的注射次数 第57招：如何决定胰岛素的注射剂量 第58招：如何根据血糖浓度调整胰岛素剂量 第59招：了解口服降糖药与胰岛素间的联合应用 第二节口服药降血糖 第60招：辨证论治中医降血糖 第61招：常用中草药降血糖 第62招：常用中成药降血糖 第63招：常用中医验方降血糖 第三节泡脚降糖验方 第64招：黄芪桂枝汤 第65招：透骨草当归汤 第66招：黄芪当归汤 第67招：党参苍术汤 第68招：苦参蛇床子汤 第69招：花粉葛根汤 第70招：黄芪独活汤 第四章经络降血糖 第71招：一用就灵的八大常用按摩手法 第72招：牢记穴位按摩的十大注意事项 第73招：手部治“糖”按摩图解 第74招：足部治“糖”按摩图解 第75招：耳部治“糖”按摩图解 第76招：拔罐治“糖”的特效穴位 第77招：拔罐治“糖”方法 第78招：刮痧效果好，注意事项不可少 第79招：刮痧治“糖”的特效穴位 第80招：细解刮痧后的不同反应 第81招：谨防出现晕刮现象 第82招：刮痧治“糖”的方法…… 第五章并发症防治 第六章居家降血糖

<<糖尿病防治100招>>

章节摘录

版权页：插图：孕妇也是正常人，所以原则上讲妊娠糖尿病的诊断标准应该与一般人一样。也就是说仍用空腹血糖 7.1毫摩尔/升，和（或）餐后2小时血糖 11.2毫摩尔/升的标准诊断糖尿病。

考虑到妊娠这一特殊情况，可以加上一个辅助条件，那就是糖耐量受损的孕妇应按糖尿病处理，以求得患者母子的平安。

但是美国有些学者认为糖尿病对孕妇的影响要比非妊娠者大得多，应该有其特殊的一套诊断指标。如有人认为对怀疑有糖尿病的孕妇来说，应该先用50克葡萄糖做筛查，如果服糖后1小时血糖高于一定水平者，再做一次100克葡萄糖耐量试验，并以一套独特的标准来判断她是否有糖尿病。

笔者认为这样做未免有点儿复杂化，而且对糖尿病患者来说也不易记住，不如采用一般人诊断糖尿病的共同标准。

但是处理上应更加积极，就是说妊娠糖耐量损害也按照糖尿病来对待——使用胰岛素治疗。

应预先通过电话与医院及私人诊所联系，向医生询问合适的就诊时间，如有可能事先预约，然后携带健康保险证、老年人保健医疗证等就诊。

一般而言，医生会先问患者病史。

此时，患者应与医生建立信任关系，正确地有条理地讲述自觉症状及其发生的时间、诱因、目前的状态等。

如果患者满怀疑心地来就诊的话，即使疾病本身得以治愈，其仍会残留精神上的痛苦，不得不长时间地处于苦闷状态。

因此，从患者的立场来考虑，最好在就诊时选择值得信赖的医生。

选定医生后，应该服从医生的全部治疗方案。

因为糖尿病有很多症状，有没有哪个症状，要一个一个地确认是很困难的事情，而且个人的生活方式对疾病的进展影响很大，所以详细了解生活习惯，对诊断和治疗来说都是非常重要的，此外，医生还会问及近亲的病史和死因。

所以医生的提问不是因为好奇，而是有一定意义的。

如果有疑问可以向医生问“这些事与糖尿病有什么联系吗”，有了疑问却不提出来，就只能留下不满。

为了医患之间的信任，最好把疑问和不安说出来。

<<糖尿病防治100招>>

编辑推荐

《糖尿病防治100招(超值版)》由河北科学技术出版社出版。

<<糖尿病防治100招>>

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>