第一图书网, tushu007.com

<<糖尿病>>

图书基本信息

书名：<<糖尿病>>

13位ISBN编号：9787030263186

10位ISBN编号：7030263189

出版时间：2010-1

出版时间：科学出版社

作者：纪立农

页数：164

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

第一图书网, tushu007.com

前言

我国有13亿人。
在全面建设社会主义小康社会的过程中，党和政府一直把促进城乡居民的健康作为一项十分重要的工作。
健康促小康，小康促健康。
城乡居民人人享有健康，是我们奋斗的目标。
实现城乡居民人人享有健康，需要完善城乡卫生服务体系，建立和完善覆盖全体居民的医疗卫生保障制度，培养一支高素质的卫生服务队伍。
同时，要让城乡居民多懂得一点医学知识。
知识就是力量。
公众掌握了必须懂得的医学知识。
就能够自觉行动起来，逐步树立有利于健康的卫生习惯、生活习惯和就医习惯，改变有害的、不科学的生活方式，为自身的健康而努力。
面向公众普及医学知识，应该成为医疗卫生工作者的天职。
参与《健康大白话》这套书编写的，主要是一批有志于向公众普及医学知识的学者。
他们为丛书倾注了大量心血，提供了公众必需的防治疾病和促进健康的科学知识。
为了使这套丛书更加通俗易懂，编写者下了不少功夫，除了在专业内容的通俗表达上做了许多努力外，还为许多内容配上了多幅生动的插图。
衷心希望这套丛书能够让读者读得懂，真正起到传播和提供医学科学知识的作用，架设起医学专家与公众之间沟通的桥梁，同时也为探索面向公众普及医学知识的更好方式起到应有的作用。

第一图书网, tushu007.com

内容概要

本书详细地讲解了与糖尿病发生有关的危险因素，糖尿病及其并发症的防治方法，糖尿病的饮食、运动和药物疗法，以及糖尿病急症的急救等方面的知识。
全书以糖尿病为主线，融合高血压、冠心病，血脂异常等相关疾病的防治知识，从饮食、运动、烟酒、心理等多个方面，向读者展示了健康、科学的生活方式。
本书适合关心健康的普通大众、社区基层医疗卫生工作者及医学科普工作者阅读。

第一图书网, tushu007.com

作者简介

纪立农：主任医师、教授、博士生导师。
现任北京大学人民医院内分泌科主任、北京大学糖尿病中心共同主任、北京大学衰老研究中心副主任，兼任中国医师协会内分泌代谢医师分会会长、中华医学会糖尿病学分会主任委员、北京市糖尿病学专业委员会主任委员、《中国糖尿病杂志》主编

<<糖尿病>>

书籍目录

糖尿病知识自我测试表 《健康大白话》丛书序 前言 糖尿病就在身旁 得糖尿病会有哪些表现? 得糖尿病的人是哪里出了问题? 糖尿病分哪几种类型? 哪些人容易得糖尿病? 你真的不属于容易得糖尿病的人吗? 为什么说肥胖、高血压、血脂异常、高血糖是“死亡四重奏”? 得了糖尿病不治疗有什么危险? 糖尿病可以根治吗? 为什么不必恐惧糖尿病? 什么是防治糖尿病的“五驾马车”? 什么是糖尿病的三级预防? 相信“五驾马车”还是相信广告? 糖尿病的检查与诊断 怀疑得了糖尿病应去哪一级医院和哪个专科看病? 需要做哪些检查才能确定是否得了糖尿病? 什么是空腹血糖检测? 什么是餐后2小时血糖检测? 什么是随机血糖检测? 什么是口服葡萄糖耐量试验(OGTT)? 什么是糖化血红蛋白检测? 什么是胰岛素测定? 监测尿糖可以反映糖尿病病情吗? 什么是尿酮体检测? 为什么糖尿病病人要定期检查眼底和肾功能? 医生根据什么标准来确定病人是否得了糖尿病? 什么是糖尿病前期? 怀疑得了糖尿病看病后应该搞清哪几件事? 糖尿病并发症 一定要了解糖尿病的并发症 什么是糖尿病并发症? 有哪些常见的急性糖尿病并发症? 有哪些常见的慢性糖尿病并发症? 避免得糖尿病并发症的关键是什么? 避免得糖尿病并发症还应注意什么? 糖尿病病人为什么一定要戒烟? 糖尿病酮症酸中毒 什么是糖尿病酮症酸中毒? 出现哪些表现应想到可能是发生了糖尿病酮症酸中毒? 糖尿病酮症酸中毒晚期有哪些表现? 为什么发生糖尿病酮症酸中毒时要赶紧去医院? 发生糖尿病酮症酸中毒该怎么办? 妊娠糖尿病 糖尿病饮食疗法 糖尿病运动疗法 糖尿病药物疗法 糖尿病病情监测 什么是糖尿病病情监测? 糖尿病病情监测对控制糖尿病有用吗? 哪些糖尿病监测项目病人可以自己在家做? 怎样在家给自己检测血糖? 血糖监测的时间和次数怎么决定? 怎样根据血糖检测结果判断病情控制情况? 吃药后没有症状就可以不必检测血糖了吗? 糖尿病教育和自我管理 附录一 糖尿病病人每日参考食谱 附录二 可以等值交换的食物 附录三 常用口服降糖药 附录四 急救措施

章节摘录

插图：如何避免得糖尿病足？
除了通过驾驭“五驾马车”，将自己的体重、血糖、血压、血脂和血液黏稠度都控制在理想的水平外，糖尿病病人每天都要注意脚部的卫生、保温与特别的护理。
另外，脚部发生外伤要尽快让皮肤、外科等专科医生给予治疗。
还要通过戒烟、使用活血通脉的药物等来保证下肢充足的血液供应。
怎样进行每日的脚部特别护理？
要每天检查自己的双脚。
检查脚底和脚趾之间，看有无茧子、红肿化脓、青肿变色、皮疹水疱、擦伤破损、温度改变等。
如果存在上述情况，即使自己不觉得疼痛，也要立即去医院告诉医生，让其给予检查和处理。
每天使用温水和性质温和的肥皂洗脚或泡脚；仔细、轻轻地清洗脚趾间、趾甲周围；用柔软清洁的毛巾轻轻擦干，每个脚趾间都要擦干（图3-16）。
如果脚上的皮肤干燥，可以涂擦些凡士林等润肤膏，但不要涂于脚趾间。
如要剪脚趾甲，要先清洗足部，擦干后再剪。
趾甲不宜剪得太短或太秃。
不要随意撕掉或剪掉脚上茧子周围的死皮。
不要长时间两腿交叉（盘“二郎腿”），这样会妨碍腿部血液循环；每天洗脚后按摩，保持脚部良好的血液循环。
每天换上清洁、柔软、无补丁、无破口的袜子，袜子不要太紧、太小，裤管要松。

编辑推荐

《糖尿病》：我国有接近4000万的糖尿病病人，50%的失明、50%的心脑血管疾病、60%的慢性肾功能衰竭、30%的截肢都是由糖尿病所致。
如何才能避免这种悲剧?纪立农教授在《糖尿病》中明确指出：糖尿病是可以被控制的，关键是要纠正不科学的生活方式，接受包括药物治疗和进行病情监测在内的规范治疗。
健康大白话 名医指点迷津 健康少走弯路科学的生活方式足预防和治疗糖尿病最好的“ 药"治疗糖尿病的“ 五驾马车"饮食疗法 运动疗法 药物疗法 教育和心理疗法 病情监测哪些人容易得糖尿病?需要做哪些检查才能确定是得了糖尿病?哪些运动适合糖尿病病人?吃了降糖药就不需要控制饮食了吗?糖尿病可以根治吗?哪些女性容易得妊娠糖尿病?哪些食物适合糖尿病病人?糖尿病病人需要终身用药吗?

第一图书网, tushu007.com

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