

<<糖尿病自我调养手册>>

图书基本信息

书名：<<糖尿病自我调养手册>>

13位ISBN编号：9787504828507

10位ISBN编号：7504828505

出版时间：1998-05

出版时间：农村读物出版社

作者：章红英

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>

## <<糖尿病自我调养手册>>

### 书籍目录

#### 目录

编辑寄语

前言

#### 一、糖尿病基本知识

1. 糖尿病的典型症状

2. 患糖尿病的10种危险信号

3. 什么是糖尿病

4. 糖尿病的类型

5. 糖尿病的起因

6. 糖尿病的危害      糖尿病并发症的表现

7. 儿童糖尿病

8. 糖尿病与妊娠

9. 老年人糖尿病的特征

#### 二、如何了解自己的病情

1. 监测血糖

2. 糖化血红蛋白

3. 糖耐量试验 (OOTT)

4. 胰岛素和C肽的测定

5. 检查尿糖

6. 眼科检查

7. 检查血脂水平

8. 检查肾功能

#### 三、糖尿病治疗

##### (一) 饮食治疗

1. 营养素

2. 饮食治疗原则

3. 糖尿病人食谱的制订方法

4. 饮食疗法中的注意事项

5. 糖尿病人四季食谱

##### (二) 运动治疗

1. 运动疗法对糖尿病人的重要性

2. 运动疗法适用对象

3. 运动疗法的不适宜者

4. 适合糖尿病人的运动种类

5. 糖尿病人所适合的运动量

6. 简单多样的运动方法

7. 运动、饮食、降糖药三者之间的调整

##### (三) 心理治疗

1. 情绪对糖尿病人的影响

2. 糖尿病人的心理特性

3. 保持愉快心情的方法

##### (四) 药物治疗

1. 口服西药降糖药

2. 胰岛素治疗

3. 中药治疗

## <<糖尿病自我调养手册>>

### 四、糖尿病患者日常生活注意事项

- 1.皮肤及肢体的保健
- 2.口腔的清洁与保护
- 3.外出携带“糖尿病救助卡片”
- 4.低血糖反应发生时的处理
- 5.糖尿病酮症酸中毒
- 6.糖尿病非酮症高渗综合征
- 7.吸烟的问题
- 8.减体重的问题
- 9.在公共场所注射和验血糖的问题
- 10.糖尿病与外科手术
- 11.如何防止疲劳
- 12.不必为失眠而忧虑

### 五、自我测试

- 1.检查家族病史
- 2.检查肥胖度
- 3.检查压力状况
- 4.检查饮食方法
- 5.检查运动量
- 6.检查有关糖尿病的知识
- 7.检查是否备齐了7项工具
- 8.检查日常生活
- 9.检查三大并发症的危险度
- 10.检查脚的状态
- 11.综合评价

附录1健康记录表

附录2新、旧制血糖值换算表

附录3北京地区常用食物成分表（按可食部百分比）

<<糖尿病自我调养手册>>

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>