

<<糖尿病的居家疗法>>

图书基本信息

书名：<<糖尿病的居家疗法>>

13位ISBN编号：9787506268042

10位ISBN编号：7506268043

出版时间：2004-7

出版公司：世界图书出版公司

作者：唐泽肇

译者：李欣霏

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>

<<糖尿病的居家疗法>>

内容概要

随着生活水准的提高、饮食结构的改变，以及工作压力增大。

糖尿病患者急遽增加。

本书介绍避免糖尿病恶化的基础知识。

告诉你糖尿病的饮食疗法、消除糖尿病肥胖的运动法、战胜糖尿病的生活秘诀等，是糖尿病患者不可不读的实用健康书。

本书内容以属于糖尿病克服秘诀的系统化ICM糖尿病饮食疗法研究会的饮食指导法为依据，并且尽量以易读易懂的方式加以介绍。

希望借本书能够帮助更多的人达成恢复健康的心愿。

<<糖尿病的居家疗法>>

作者简介

唐泽肇，1931日本大学医学科毕业。

医学博士，日本糖尿病学会会员，ICM糖尿病饮食疗法研究部指导医师。

师从以糖尿病治疗权威闻名的东京大学医学部坂口康藏教授。

曾服务于东京警察医院内科、同府中医院内科部长（院长职）四十年，目前专心致力于糖尿病治疗的研究。

<<糖尿病的居家疗法>>

书籍目录

第一章 测试糖尿病的发病率 1、你罹患糖尿病的几率有多少？

2、测试的结果及判定的方法第二章 避免糖尿病更加恶化的六项基础知识 1、十分恐怖的西欧型糖尿病 2、“美味饮食”也让沙鼠罹患糖尿病 3、每5人中有1人罹患糖尿病 4、什么人会罹患糖尿病 5、什么是“控制状况”？

6、早期发现的尿糖检查方法第三章 你对糖尿病了解多少？

1、糖尿病分成两种类型 2、“无症状”是初期特征 3、糖尿病会有这些症状 4、眼睛变白或混浊会有失明的危险 5、会突然意识不清昏倒、甚而致死的糖尿病昏睡 6、出现最可怕的并发症 7、胰岛素作用不足所引起的疾病 8、正确认识糖尿病 9、绝对不能忽略的定期检查 10、何谓胰岛素疗法？

第四章 克服糖尿病饮食疗法的十八要点 1、只有饮食法可以克服糖尿病 2、遵守食量及吃法——饮食疗法成功！

3、你知道自己的饮食量（一天的卡路里量）吗？

4、吃了有益处和没有益处食物 5、补充不可或缺的维生素类、矿物质类 6、不该忽略的食物纤维（纤维） 7、摄取量颇不足够的食物纤维 8、砂糖是搅乱控制情况、促进病状的元凶 9、控制状况不良的人严禁摄取酒类 10、料理食物时应该注意的事项 11、避免饮食疗法失败的八项要点 12、一天三餐都要遵守每餐间隔时间进食 13、进食三原则——细嚼、慢咽、平均进食 14、三餐进食间隔时间没办法固定的职业 15、无法遵守三餐时间间隔职业的人 16、健康食品是克服糖尿病的关键 17、外食份量应控制在标准范围内第五章 战用糖尿病的肥胖消除法和运动疗法第六章 战胜糖尿病的生活术

<<糖尿病的居家疗法>>

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>