

<<8周改善糖尿病食疗全书>>

图书基本信息

书名：<<8周改善糖尿病食疗全书>>

13位ISBN编号：9787506457729

10位ISBN编号：7506457725

出版时间：2009-8

出版时间：中国纺织出版社

作者：养生堂国医保健课题组

页数：239

字数：280000

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>

<<8周改善糖尿病食疗全书>>

内容概要

由营养师提供专业分析，低油、低盐、低糖、高纤，助您在8周内循序渐进调理身体，改善糖尿病。

战胜糖尿病，从控制饮食开始！

这本书让你越吃越健康、越吃越长寿！

<<8周改善糖尿病食疗全书>>

书籍目录

第1章 用吃战胜糖尿病——科学膳食对糖尿病的预防、调控和辅疗 从专业名词开始认识糖尿病 在日常生活中学会控制饮食 防止餐后高血糖 糖尿病患者的饮食误区 糖尿病高危人群有哪些 走出有关糖尿病的迷思 糖尿病的危害有哪些第2章 破译常见食物战胜糖尿病的健康密码 水产类 海带 黄鳝 海参 紫菜 蔬菜类 苦瓜 黄瓜 白萝卜 大蒜 洋葱 冬瓜 芹菜 菠菜 白菜 延伸阅读 蔬菜烹调的学问 山药 黑木耳 西兰花 青椒 魔芋 金针菇 西红柿 延伸阅读 糖尿病患者应该喝什么 水果类 柚子 草莓 山楂 猕猴桃 谷豆类 糙米 小米 燕麦 荞麦 薏仁 玉米 黑芝麻 延伸阅读 认识五谷杂粮 调味品类 醋 桂皮 生姜 饮品类 牛奶(酸奶) 豆浆 延伸阅读 认识甜味剂第3章 不可不学着吃 科学计算饮食量的方法 餐次时间也要算着来 一学就会的“食品交换份法”……第4章 解析最益于糖尿病人的七大营养第5章 糖尿病人的用药第6章 国医瑰宝——中草药第7章 治疗不同类型糖尿病的汉方食谱第8章 糖尿病及其并发症患者的饮食第9章 汤羹粥·茶·醋蛋·果蔬汁

<<8周改善糖尿病食疗全书>>

章节摘录

插图：第1章 用吃战胜糖尿病——科学膳食对糖尿病的预防、调控和辅疗从专业名词开始认识糖尿病
黎明现象黎明现象是指糖尿病患者黎明时出现的高血糖症。

这类患者白天时的血糖控制值还算正常，但是每天早晨血糖很高。

仔细地测定血糖发现，病人前半夜血糖还不太高，大概从清晨4时起血糖逐渐升高，到早晨查血糖时，血糖已经相当高了，这就是所谓的黎明现象。

引起黎明血糖升高的原因主要可能有两种，其一是晚间药量不够，或者用药时间过早，结果药物的效力达不到早晨，致使清晨4时起血糖就逐渐升高；另一种情况实际上不应叫做黎明现象，而是苏木杰反应，也就是说患者在睡眠中曾发生过低血糖症，这种低血糖症是在不知不觉中发生的，而我们观察到的现象仅仅是早晨出现的高血糖。

这两种情况的病因和处理方法截然不同，所以必须加以鉴别：前一种情况可能需要加大药量或推迟晚间用药的时间；后者则需要减少用药，以避免睡眠中发生低血糖症。

夜间持续的血糖测定是鉴别这两种情况的主要方法。

<<8周改善糖尿病食疗全书>>

编辑推荐

《8周改善糖尿病食疗全书》由中国纺织出版社出版。

<<8周改善糖尿病食疗全书>>

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>