

<<中医治疗糖尿病>>

图书基本信息

书名：<<中医治疗糖尿病>>

13位ISBN编号：9787537743327

10位ISBN编号：7537743320

出版时间：2013-1

出版时间：段永禄 山西科学技术出版社 (2013-01出版)

作者：段永禄

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>

## <<中医治疗糖尿病>>

### 内容概要

《中医治疗糖尿病》讲述糖尿病是一种慢性疾病，其并发症可以影响到全身的各个器官，而且，这些并发症具有较强的隐匿性，早期极易被忽略，待病症显露，往往会导致糖尿病患者失明和残疾，甚至危及生命。

得了糖尿病就意味着要与之终身相伴。

虽然科学家们始终致力于糖尿病的研究。

但至今尚未找到糖尿病的根治方法。

糖尿病的治疗目标就是使病情长期处于理想或良好的控制中。

## <<中医治疗糖尿病>>

### 书籍目录

第一章 了解糖尿病 糖尿病概述 糖尿病的病因 糖尿病的临床表现 糖尿病的诊断标准 糖尿病的并发症 治疗糖尿病的“五驾马车” 预防糖尿病的措施 糖尿病的认识误区 易患糖尿病人群 第二章 糖尿病的中  
药疗法 降糖中药方子 单味降糖中草药 第三章 糖尿病的饮良疗法 控制饮食的目的 饮食治疗原则 每日  
所需的总热量 营养素来源 改变饮食习惯 药膳粥 药膳汤羹 药膳菜肴 药膳主食 第四章 糖尿病的非药物  
疗法 糖尿病的运动疗法 糖尿病的心理疗法 糖尿病的针灸疗法 糖尿病的拔罐与刮痧疗法 糖尿病的按摩  
疗法 糖尿病的其他疗法 第五章 糖尿病并发症帕巾医疗法 糖尿病合并高血压 糖尿病合并高脂血症 糖尿  
病合并冠心病 糖尿病合并脑梗塞 糖尿病合并肾脏病变 糖尿病合并肝脏病变 糖尿病合并视网膜病变 糖  
尿病合并足部病变 糖尿病合并胃轻瘫 糖尿病合并酮症酸中毒

## &lt;&lt;中医治疗糖尿病&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：营养素来源 1.饮食结构 营养学家将食物分为六大类：第一类为粮谷类；第二类为蔬菜类；第三类为水果类；第四类为瘦肉类；第五类为乳类；第六类为油脂类。

食物金字塔顶端的油脂类食物，为脂肪和甜食。

这类食物只能少吃，需要严格控制。

接下来一层是以蛋白质为主要成分的瘦肉类和乳类食品，如蛋、肉、豆类、牛奶等。

这类食物可以适当摄入，但要注意不可过量，以每日2~3份为宜。

再接下来一层是新鲜的水果（每日2~4份）和蔬菜类（每日3~5份）。

最底层是各类植物性食物，主要是谷类和面粉类食品，如面包、麦片、米、面食等。

2.三大营养素 供给热能的三大营养素分别是碳水化合物、蛋白质、脂肪。

一般主张其所占总热量的百分比为碳水化合物55%~65%，蛋白质10%~20%，脂肪20%~25%。

碳水化合物——人体主要供能物质 1g碳水化合物可产生17KJ热量。

碳水化合物是我国人民的主食，它是人体的主要供能物质，而且，碳水化合物在人体内分解的产物是二氧化碳和水，不会加重肝肾负担，是最理想的能量来源。

除重体力劳动外，男性每日需要300~350g碳水化合物，女性每日需要200~250g碳水化合物。

每日所需碳水化合物=总热量×(55~65)÷4。

碳水化合物的主要来源：谷类：面食、大米和五谷杂粮；糖类：葡萄糖、白砂糖、水果糖等；水果类：苹果、梨、桃、橘子等；部分蔬菜：豆类、淀粉类。

2蛋白质——需要每日摄入充足的食物 1g蛋白质可产生17KJ热量。

蛋白质作为三大营养物质之一，对人体生长发育、组织修复和细胞更新都有重要作用。

其中优质蛋白如淡水鱼、海产品、瘦肉等应占1/3。

对于有肝、肾功能障碍的患者，要减少蛋白质的摄入。

选用优质蛋白质以减轻肝、肾的负担。

每日所需蛋白质=体重(kg)×0.8~1.2g；或以身高(cm)减100，所余之数即为蛋白质供给量(g)

蛋白质的主要来源：谷类：如小米、大米等；植物性食物：黄豆、绿豆及豆制品；动物性食物：如鱼、蛋、瘦肉、虾等。

1g脂肪可产生38KJ热量。

脂肪分为好脂肪和坏脂肪，其中坏脂肪指的是饱和脂肪酸，多存在于畜肉类中，它可使总胆固醇(TC)和低密度脂蛋白胆固醇(LDL—C)水平增高，促进动脉粥样硬化。

好脂肪为不饱和脂肪酸。

多存在于植物油和鱼类脂肪中，它可降低胆固醇、甘油三酯水平，对改善血脂水平有益。

每日所需脂肪=体重×(0.1~1.0)；或将总热量减去碳水化合物和蛋白质所供热能，除以38KJ。

## <<中医治疗糖尿病>>

### 编辑推荐

《中医治疗糖尿病》为了帮助更多的糖尿病患者，尤其是刚刚确诊为糖尿病的患者能够在糖尿病的治疗方面树立正确的治疗理念，在西药治疗的基础上，利用中医疗法，进行多种形式的治疗。

<<中医治疗糖尿病>>

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>