

<<糖尿病自我调控>>

图书基本信息

书名：<<糖尿病自我调控>>

13位ISBN编号：9787538012835

10位ISBN编号：7538012834

出版时间：2004-10

出版时间：内蒙古科学技术出版社

作者：郑成刚

页数：380

字数：230000

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>

## <<糖尿病自我调控>>

### 内容概要

糖尿病健康指南！

非药物治疗：饮食、运动、针灸、按摩、刮痧、物理、音乐等自我降糖法。

科学防治，强身健体！

## <<糖尿病自我调控>>

### 书籍目录

第一章 明明白白认识糖尿病 糖尿病病因 糖尿病的主要症状 糖尿病对人体有哪些严重危害 怎样预防糖尿病并发症的发生 人体血糖的来源与去路 血糖的正常值范围 血糖升高会得糖尿病吗 高血糖和低血糖 高血糖对人体的危害 家庭血糖自我监测 购买血糖仪时注意事项 测血糖的步骤 什么是胰岛的素泵 胰岛素泵的作用 你是否需要胰岛素泵 控制糖尿病的十种方法 易患糖尿病的十种人 糖尿病患者的六忌 糖尿病患者的旅游指南 糖尿病昏迷急救措施第二章 饮食疗法 糖尿病食物疗法原则 容易引起血糖升高的饮食 糖尿病患者在外吃饭应注意的事项 烹调应注意的事项 代糖品的介绍 糖尿病患者食疗要点 糖尿病病人的饮食禁忌 糖尿病患者科学饮食十细节 糖尿病患者要灵活加餐 糖尿病患者常用的降糖食物 糖尿病患者自我调养食谱 药膳食品分类与禁忌 药膳使用的基本原则 糖尿病实用药膳方 古方选粹 糖尿病验方30首 单味中药治疗糖尿病第三章 运动与糖尿病 运动对糖尿病的治疗作用 运动疗法对糖尿病的效应 运动量的选择 运动强度的衡量标准 运动时间选择 运动项目选择及其注意事项 糖尿病运动疗法是氧运动 “一三五七”运动法 运动三步曲 步行疗法 倒行散步法 慢跑运动疗法 体操疗法 游泳疗法 球类疗法 八段锦疗法 五禽戏疗法第四章 药物疗法第五章 其他疗法

<<糖尿病自我调控>>

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>