

<<糖尿病吃什么>>

图书基本信息

书名：<<糖尿病吃什么>>

13位ISBN编号：9787543944985

10位ISBN编号：7543944987

出版时间：2010-10

出版时间：赵文群 上海科学技术文献出版社 (2010-10出版)

作者：赵文群

页数：294

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>

<<糖尿病吃什么>>

前言

随着人们生活水平的提高，糖尿病的发病率也越来越高。

目前的医疗水平还无法彻底治愈糖尿病，无论是哪种类型的糖尿病都要在控制饮食的基础上进行药物治疗，而且有些2型糖尿病患者通过控制饮食就可以控制病情，可以不需进行药物治疗。

因此，控制饮食，对糖尿病患者而言是至关重要的。

控制饮食实际上就是让糖尿病患者坚持健康的饮食方式，并不是一味地少吃或者不吃主食等极端方法。

对于每一个糖尿病患者而言，他们自身的情况与别人是有区别的，不同的人每天的进食量是有区别的，不同体质的人进食的种类也是不同的，不能一概而论。

所以糖尿病患者在得知自己的病情后既不要过度控制饮食，也不要不放在心上，随意吃喝，而是应该根据自己的实际情况作出合理的安排，这样才有利于病情的控制，才会让自己远离并发症的危害。

<<糖尿病吃什么>>

内容概要

糖尿病的饮食要求遵循三个原则：第一个原则，“一个平衡，三个兼顾”，即平衡饮食，兼顾对血糖、血脂、血压、体重的控制，兼顾并发症的防治，兼顾各人的生活习惯和饮食爱好。

第二个原则，“避轻就重”，根据糖尿病的病情及并发症的有无和程度。优先控制或解决主要问题。例如，并发糖尿病肾病时，饮食上应首先考虑控制糖尿病肾病。有可能的情况下。兼顾解决其他问题如血脂紊乱、高血压等。

第三个原则，“正确估计总热量”，糖尿病是中老年人的常见病，控制不好可引发一些列并发症。

<<糖尿病吃什么>>

书籍目录

第一章 糖尿病患者要特别注意饮食合理合理控制饮食是治疗糖尿病的基础方法不合理控制饮食会导致各种并发症合理控制饮食的好处糖尿病患者食疗的目的糖尿病患者的饮食疗法应用要点糖尿病的饮食误区第二章 糖尿病患者如何合理控制饮食糖尿病的食疗原则糖尿病饮食治疗不是少吃粮食饮食控制不会降低糖尿病患者的生活质量糖尿病患者要采用分餐制血糖指数对指导糖尿病饮食的作用糖尿病饮食疗法的具体内容什么是食物交换份食物交换份的不足之处糖尿病患者如何灵活加餐糖尿病患者睡前如何加餐什么时间吃零食最好消瘦型糖尿病患者饮食控制原则妊娠糖尿病的饮食控制原则儿童糖尿病的饮食控制原则糖尿病合并肾病的饮食注意事顶糖尿病合并高血压的饮食原则肝源性糖尿病的饮食原则糖尿病患者控制饮食总是饿怎么办第三章 适合糖尿病患者食用的主食荞麦——调脂减肥降糖适合糖尿病患者食用的荞麦做法燕麦——保护心血管预防并发症适合糖尿病患者食用的燕麦做法玉米——糖尿病患者的理想食品适合糖尿病患者食用的玉米做法小米——可治消渴口干适合糖尿病患者食用的小米做法麦麸——有利于控制糖尿病病情适合糖尿病患者食用的麦麸做法黑米——降低心脑血管并发症的发病概率适合糖尿病患者食用的黑米做法薏苡仁——帮助糖尿病患者降低血糖适合糖尿病患者食用的薏苡仁做法第四章 适合糖尿病患者食用的肉类兔肉——预防心脑血管并发症以免肉为主料的药膳做法适合糖尿病患者食用的兔肉做法鸭肉——有益于糖尿病合并心脏病患者以鸭肉为主料的药膳做法适合糖尿病患者食用的鸭肉做法驴肉——对糖尿病患者有良好的保健作用适合糖尿病患者食用的驴肉做法鹌鹑肉——辅助治疗糖尿病以鹌鹑肉为主料的药膳做法适合糖尿病患者食用的鹌鹑做法乌鸡——可以预防糖尿病及其并发症适合糖尿病患者食用的乌鸡做法牛肉——预防糖尿病并发症适合糖尿病患者食用的牛肉做法鸡肉——提高糖尿病患者的免疫力以鸡肉为主料的药膳做法适合糖尿病患者食用的鸡肉做法鳝鱼——调解血糖以鳝鱼为主料的药膳做法适合糖尿病患者食用的鳝鱼做法鲫鱼——适合各型糖尿病患者以鲫鱼为主料的药膳做法适合糖尿病患者食用的鲫鱼做法三文鱼——预防糖尿病患者心脑血管并发症适合糖尿病患者食用的三文鱼做法泥鳅——湿热型糖尿病患者的调养佳品以泥鳅为主料的药膳的做法适合糖尿病患者食用的泥鳅做法鱿鱼——改善糖尿病患者的各种症状适合糖尿病患者食用的鱿鱼做法金枪鱼——糖尿病患者的优质食物适合糖尿病患者食用的金枪鱼做法牡蛎——帮助糖尿病患者降血糖以牡蛎为主料的药膳做法适合糖尿病患者食用的牡蛎做法蛤蜊——预防糖尿病并发症以蛤蜊为主料的药膳做法适合糖尿病患者食用的蛤蜊做法第五章 适合糖尿病患者食用的蔬菜第六章 适合糖尿病患者食用的水果第七章 适合糖尿病患者喝的饮料第八章 适合糖尿病患者信用的甜味剂第九章 适合糖尿病患者信用的补品第十章 糖尿病患者怎样补充维生素第十一章 糖尿病患者要合理补充微量元素.....

<<糖尿病吃什么>>

章节摘录

插图：糖尿病肾病没有什么早期信号，如果忽视对糖尿病肾病的筛查，往往发现得糖尿病肾病的时候，病情已经很严重了。

所以，糖尿病患者一定要重视对肾病的定期检查，争取早期发现糖尿病肾病，及时治疗以达到治愈的目的。

第一期可以称为增生高滤期，增生就是肾脏长得个大，高滤就是过滤得多。

糖尿病肾病早期肾脏拼命工作使自己变得特别大，就是为了把糖排出去，这种负担重，肾脏就变得很大，早期没有任何症状。

第二期叫临床前期，实际上此期也查不出来糖尿病肾病，有的人血压偶尔有点儿高，平常血压又不高，这种血压波动很难说是肾病引起的，如果此时做一个肾的活检或穿刺，能发现肾脏已经有所改变，不过尿常规查不出来，临床前期没有什么表现。

第三期是早期肾病。

此时开始有些比较固定的表现，一种表现就是血压经常高。

肾脏本身受血压的影响，血压高又影响肾脏，形成恶性循环，在查尿的时候可以发现尿里开始出现蛋白了。

早期肾病是非常关键的一个时期，因为这个时期的肾病虽然没有什么感觉，但是经过治疗，，肾脏疾病是完全可以逆转的。

肾病到了第四期和第五期就不能逆转了。

<<糖尿病吃什么>>

编辑推荐

《糖尿病吃什么》：一本专为糖尿病患者介绍正确饮食方法的书在吃吃喝喝中享受美食，在挑挑拣拣中降低血糖。

以吃对不吃贵为宗旨，《糖尿病吃什么》为糖尿病的防治精心提供：正确的饮食方法，适合糖尿病患者的食品种类，糖尿病患者常用的中草药及食疗药膳方在吃吃喝喝中享受美食，在挑挑拣拣中降低血糖。

<<糖尿病吃什么>>

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>