第一图书网, tushu007.com

<<糖尿病正确治疗与生活调养>>

图书基本信息

书名：<<糖尿病正确治疗与生活调养>>

13位ISBN编号：9787807634652

10位ISBN编号：7807634650

出版时间：2010-6

出版时间：广西科技

作者：相矶嘉孝

页数：216

译者：李霖

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

第一图书网, tushu007.com

<<糖尿病正确治疗与生活调养>>

内容概要

让糖尿病患者不再困惑！

糖尿病专家告诉你，糖尿病患者该吃什么，怎么吃　　提供饮食调理、运动锻炼、 生活调养、药物治疗四大方法为你构建甜蜜无忧的健康生活。

【致给读者的话】　　避免糖尿病成为“ 可怕的 ”疾病　　据统计,日本人中的糖尿病患者或疑似患者总人数高达近740万人。

在40岁以上人群中，每10人中就有1名糖尿病患者。

像类似流感这样的流行性疾病，虽然某一时期患者人数会急剧增加，但同样也会伴随时间段的过去时间经过而逐渐减少。

而糖尿病却是一种不会自愈的慢性病，并且不会自愈。

糖尿病患者数量目前已有很多，而且今后还将逐年递增，甚至可称之为日本的“ 国民病 ”了。

当您阅读完本书之后，您应该就会了解到糖尿病这种疾病的可怕之处了。

糖尿病在最初发病时并无任何自觉症状，在病情发展到一定程度之前，患者几乎不会感到自己身体有任何不舒服异常，仅仅是在检查报告上会结果数值会显示血糖值存在异常。

与此同时而这时，因糖尿病而诱发的疾病以及与糖尿病起因相同的其他疾病却也会在不知不觉中不断发展起来。

另一方面但是，如果尽及时早开始治疗的话，其实也可以说糖尿病属于比较容易处理的疾病之一。

虽然糖尿病有多种类型，但大多数情况都属于Ⅱ型糖尿病，最主要的发病诱因是不良生活习惯。

如果在疾病初期就对生活习惯进行改善，就能够抑制疾病的发展。

即使已经出现了轻微的症状，稍微借助医学的力量也不难处理。

但如果对糖尿病置之不理的话，时间越长，它对健康的损害就的越“ 可怕 ”就越有可能成为现实。

对生活习惯的改善取决于患者本人。

那么如何去做才好呢，这要求具备一定的基础知识。

本书的目的就是为大家提供这些必备的基础知识。

糖尿病是否会变可怕，这完全取决于患者本人。

如果本书能够对您有所助益，作者我本人将深感欣慰。

来吧，让我们共同前进通过自己的努力，远离糖尿病所带来的“ 可怕 ”伤害。

相矶嘉孝

第一图书网, tushu007.com

作者简介

相矶嘉孝
　　糖尿病专科诊所负责人，日本糖尿病学会学术评议员、日本糖尿病学会研修指导医师、东京都糖尿病协会学会理事。

　　1965年毕业于日本京都府立医科大学。
1972年担任日本东京都立丰岛医院内科主任。
1978年组织成立糖尿病病友会，为糖尿病患者提供指导。
著有多本

第一图书网, tushu007.com

<<糖尿病正确治疗与生活调养>>

书籍目录

序 章 糖尿病属于需要依靠自己来治疗的疾病　治疗的关键在于日常生活　治疗疾病的关键在日常生活第一章　了解糖尿病的真面目　糖尿病因胰岛素作用不足而产生　最大的发病原因是生活习惯与遗传　自觉症状是病情恶化的确凿证据　糖尿病的检查方法　明确糖尿病状态的检查方法　对糖尿病置之不理会产生众多并发症　三大并发症之糖尿病视网膜病变　三大并发症之糖尿病肾病　三大并发症之糖尿病神经病变　治疗的基础是饮食与运动　[专栏] 糖尿病性昏迷会带来致命危险第二章　改善饮食生活是治疗的基础第三章　培养运动习惯、控制血糖值第四章　适合糖尿病患者的生活方式第五章　采用药物疗法的时机第六章　防治令人恐怖的并发症

第一图书网, tushu007.com

章节摘录

远离糖尿病困扰的十大饮食技巧1.合理的一日三餐，均衡摄入营养；2.选择合适食物，让你不再感觉“吃不饱”；3.吃对糕点和水果，既防病又享受甜蜜；4.专门的烹饪技巧，低盐食物也可以很美味；5.巧妙烹制油炸食品，享受美食又能控制热量；6.了解食物的热量，控制热量就是控制疾病；7.不迷信低热量低糖食物，无限制的吃终会过量；8. 熟练运用食物交换换算，糖尿病也能吃出花样；9. 远离酒精是正道，健康生活清醒过；10.外出就餐时不必怕，有办法既能吃好又能吃饱。

第一图书网, tushu007.com

编辑推荐

《糖尿病正确治疗与生活调养》：来自日本主妇与生活社经典的“家庭医生”系列。
日本糖尿病指导医生倾情打造。
最具实用性的居家自我健康管理宝典。
图文结合，轻松阅读。

第一图书网, tushu007.com

<<糖尿病正确治疗与生活调养>>

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