

<<糖尿病用药配餐指南>>

图书基本信息

书名：<<糖尿病用药配餐指南>>

13位ISBN编号：9787810866934

10位ISBN编号：7810866931

出版时间：2010-1

出版时间：第四军医大学出版社

作者：范晓清 编

页数：188

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>

<<糖尿病用药配餐指南>>

前言

糖尿病在我国有着非常高的发病率，调查显示，目前我国的糖尿病患者有近5000万人，而且其发病人群仍然呈现逐年上升的趋势。

伴随较高发病率的是：糖尿病的致死率和致残率也非常高；而糖尿病与高脂血症、高血压、冠心病、肿瘤等危害极大的疾病同样有着“不解之缘”。

患上糖尿病后，可以诱发低血糖、酮症酸中毒、非酮症高渗性昏迷、乳酸性酸中毒等多种急性并发症；随着病情的发展，还可以造成糖尿病性视网膜病变、白内障、眼肌麻痹、青光眼、动脉粥样硬化、糖尿病足、糖尿病性肾病、尿路感染、肾功能不全、周围神经病变、脑出血、皮肤感染等多种慢性并发症。

以糖尿病患者常见的低血糖症状来说，如果患者不了解这方面的防治知识，就有可能对健康造成极大的伤害。

低血糖症状可以表现为：长时间伴随的饥饿感、汗出不止、心慌、烦躁、手抖、全身疲乏、四肢无力、面色苍白、头晕、头疼、视物不清等。

如果患者血糖过低，还会出现注意力不集中、思维混乱、语无伦次、呆滞、抑郁或突然兴奋、情绪暴躁等精神症状表现。

低血糖发展至严重时，患者会出现恶心、呕吐、抽搐、昏迷等危险状况，甚至危及生命。

同样，糖尿病也并不是随随便便就得上，如果我们预先知道哪些人是糖尿病的易感人群(也叫高危人群)，那么及早采取相应的预防措施，就有可能避免患上糖尿病。

需要说明的是，积极、有效的预防措施固然重要，但关于糖尿病基本知识的普及教育则更为重要，这将直接关系到预防和治疗的的有效与否。

古代医家告诉我们：不治已病治未病；防患于未然。

我们由此可以体会到，这是一种积极的对待健康、对待疾病的态度！

正因为如此，无论是预防还是治疗，有这样几个方面一定要做到：一是遵循科学的饮食原则、培养健康的饮食习惯；二是长期坚持有氧运动；三是保有平和淡定的心理。

当然，如果已经患上了糖尿病，及早、合理地应用相关药物，并配以有效的食疗方，如此，我们就可以有效地控制糖尿病的伤害，乃至远离糖尿病！

<<糖尿病用药配餐指南>>

内容概要

糖尿病在我国有着非常高的发病率，调查显示，目前我国的糖尿病患者有近5000万人，而且其发病人群仍然呈现逐年上升的趋势。

伴随较高发病率的是：糖尿病的致死率和致残率也非常高；而糖尿病与高脂血症、高血压、冠心病、肿瘤等危害极大的疾病同样有着“不解之缘”。

患上糖尿病后，可以诱发低血糖、酮症酸中毒、非酮症高渗性昏迷、乳酸性酸中毒等多种急性并发症；随着病情的发展，还可以造成糖尿病性视网膜病变、白内障、眼肌麻痹、青光眼、动脉粥样硬化、糖尿病足、糖尿病性肾病、尿路感染、肾功能不全、周围神经病变、脑出血、皮肤感染等多种慢性并发症。

<<糖尿病用药配餐指南>>

书籍目录

第一篇 糖尿病小常识 第一章 糖尿病医学小常识 血糖及其来源 胰岛素的生理功能 胰岛素决定血糖的升降 血糖的代谢过程是怎样的 还有哪些激素对血糖造成影响 哪些药物对血糖变化有影响 糖尿病的诱发因素 糖尿病的主要临床表现有哪些 糖尿病对人体健康的危害 什么是1型糖尿病 什么是2型糖尿病 继发性糖尿病和妊娠糖尿病 不要忽视糖尿病的早期表现 糖尿病急性并发症及临床表现 糖尿病慢性并发症及临床表现 低血糖是糖尿病的常见并发症 糖尿病临床检查的主要内容 糖尿病的诊断标准有哪些 根据不同类型的症状确定其诊断标准 血糖检验是确诊的基本手段 尿糖测定不是确诊的标准 葡萄糖耐量试验是血糖检测手段 检测血糖时需要注意的问题 葡萄糖耐量试验需注意的问题 第二章 糖尿病生活小常识 哪些人是糖尿病的易感人群 什么是糖尿病的三级预防 心理因素与糖尿病的关系 睡眠因素与糖尿病的关系 糖尿病患者冬季注意事项 糖尿病患者要学会自我护理 糖尿病患者如何自我控制血糖 利用血糖仪自我监测血糖 人体能量监测仪的监控作用 患者如何进行自我尿糖监测 患者需要定期进行哪些检查 病情监测记录的主要内容 糖尿病酮症酸中毒患者护理须知 糖尿病性高血压患者护理须知 糖尿病并发高血脂患者护理须知 出现低血糖症状时的应对措施 第二篇 科学用药,保障健康 第一章 糖尿病的用原则 应用降糖药物有哪些原则 西药治疗糖尿病概述 常用的磺脲类降糖药物简介 常用的双胍类降糖药物简介 应用胰岛素治疗糖尿病 哪些患者适宜用胰岛素治疗 目前常用胰岛素的种类 注射胰岛素的方式与要求 如何掌握胰岛素注射的次数 如何确定胰岛素的初始剂量 如何调整胰岛素的治疗剂量 出现胰岛素耐药性的原因 应用胰岛素治疗的注意事项 存放胰岛素时应注意的问题 治疗糖尿病并发症的常用药物 使用西药降糖应注意的问题 中医药治疗糖尿病概述 采用中药降糖应注意的问题 第二章 糖尿病的西药疗法 磺脲类降糖药 双胍类降糖药 葡萄糖苷酶抑制剂类 噻唑烷二酮类降糖药 其他常用口服降糖药物 常用胰岛素类降糖药 第三章 糖尿病的中药疗法 常用降糖中草药 常用的降糖中成药 常用降糖中药汤剂 第三篇 糖尿病的饮食疗法 第一章 糖尿病的饮食疗法 糖尿病患者离不开饮食治疗 糖尿病患者的饮食原则 糖尿病患者如何安排日常饮食 糖尿病患者要强调清淡饮食 膳食纤维对糖尿病的治疗作用 严格控制高胆固醇和高脂肪食物的摄入 适宜糖尿病患者吃的主食 适宜糖尿病患者吃的副食 几种可以降血糖的食物 糖尿病患者的饮食注意事项 糖尿病患者应忌口的食物 第二章 糖尿病日常食疗法 苦瓜拌腐竹 冬菇炒虾仁 南瓜炒肉片 蘑菇炖豆腐 苦瓜鳝鱼丝 苦瓜烧仔鸡 鸭肉炒白菜 猪肚拌白菜丝 竹笋烧虾仁 洋葱炒豆腐干 蘑菇炒田螺 苦瓜炒鸡蛋 番茄炒茄丁 魔芋炖鸭块 魔芋炖兔肉 竹荪银耳汤 南瓜绿豆汤 酸菜鲫鱼汤 番茄鸭血汤 豆浆粟米粥 赤豆粳米粥 苦瓜苋菜粥 鳝鱼烧葱段 紫菜笋片汤 海蜇荸荠汤 紫菜排骨汤 豆腐鸡丝汤 花生粳米粥 芦笋粟米粥 葱头大枣粥 第三章 糖尿病日常膳方 附篇 糖尿病的运动疗法 第一章 糖尿病患者如何运动 第二章 糖尿病患者运动疗法

<<糖尿病用药配餐指南>>

章节摘录

血糖的代谢过程是怎样的血糖的代谢过程，与神经系统功能、激素水平及各个脏器的调节作用都有极为重要的关系。

因而在机体各项功能运转良好的状态下，即便是偶尔的大量进食，血糖的波动也能够维持在正常范围之内，而不会出现持续升高的情况。

血糖在被利用和转化之前有多个来源途径。

其中，最主要的来源是人们通过食物所摄取的糖类、蛋白质和脂肪。

而糖类又是血糖的最主要来源，它们在经过消化作用后会转化为葡萄糖，并由肠道吸收后进入血液，从而成为血糖。

同时，蛋白质、脂肪经过消化、分解后所形成的甘油、乳酸、氨基酸等，也会通过糖原异化作用而转化为血糖。

此外，储存在肝脏和肌肉中的肝糖元和肌糖元，在某些情况下会解为葡萄糖进入血液，并用于人体在特殊时候对葡萄糖的需要。

血糖形成后，它的代谢过程和作用有如下几点：1.转化为热量血液中的大部分葡萄糖在进行有氧氧化后，会分解为二氧化碳和水，并释放出大量的热量，以提供人体所需。

2.提供人体急需人体在剧烈运动或患有某些疾病的情况下，身体会出现缺氧状态而急需大量的能量，此时葡萄糖会被无氧酵解而产生出乳酸和能量，作为人体应急之用。

3.多余的储备起来对于暂时不需要的葡萄糖，人体会自动将其合成为肝糖原和肌糖原并储备起来，在人体急需的时候，这些糖原会再分解为葡萄糖用于人体所需。

4.转化为其他物质在经过了上述转化途径后，人体剩余的葡萄糖会转化为脂肪、氨基酸等非糖类物质，且特别容易转化为甘油酯。

摄取的糖分越多，转化的甘油三酯就越多，因而许多糖尿病患者极易并发高甘油三酯血症。

还有哪些激素对血糖造成影响在影响血糖水平的激素中，除了胰岛素外，还有胰高血糖素、糖皮质激素、肾上腺素、生长激素、儿茶酚胺、促胰液素、促胃液素、胆囊收缩素、抑胃肽激素等激素，都会对血糖水平造成正面或负面的影响。

因此，人体的血糖水平直接受到激素的影响，而激素对血糖水平的作用则完全取决于人体本身。

当人体遭受精神紧张、情绪骤然变化、高烧、剧烈疼痛、饥饿、休克等应激状况时，体内的胰高血糖素、糖皮质激素、肾上腺素、生长激素、儿茶酚胺等应激性激素的分泌量会大大增加，这些应激性激素会对胰岛素的分泌起到抵抗作用，从而造成血糖水平迅速升高。

但随着应激性状况的解除，应激性激素分泌的量会迅速减少，同时胰岛素分泌量会随之增加，人体的血糖水平便会逐渐恢复正常。

由此可见，人体内激素或者能够升高血糖，或者可以降低血糖。

正常情况下，它们对血糖水平的作用能够相互制约、相互协调，而使血糖水平达到动态平衡。

体内激素水平的变化，除了受应激状况的作用外，还与它们周期性分泌量的改变有很大关系。

例如，对血糖水平有升高作用的糖皮质激素的分泌就是呈昼夜周期性的改变，一般在夜间的分泌水平最低，在凌晨4点左右分泌量开始逐渐增加，至上午8点时其分泌量会达到高峰水平，此后又会呈现缓慢下降的趋势，因而人体的血糖水平亦会随糖皮质激素的昼夜周期性变化而变化。

正因为体内具有抵抗胰岛素分泌的激素是在凌晨开始增加分泌的，所以许多糖尿病患者在清晨没有进食的情况下，血糖水平也会升高。

也就是说，体内胰岛素分泌量越少，就越不足以抵抗清晨时具有升血糖作用的激素，从而便会出现清晨空腹时的高血糖现象。

另外，体内激素的分泌水平还与自主神经系统有一定关系。

自主神经系统包括交感神经和副交感神经。

如果交感神经处于兴奋状态，那么肾上腺素的分泌量就会增多，并起到抑制胰岛素分泌的作用，从而会造成高血糖。

如果人体的副交感神经兴奋，则能够刺激胰岛素的分泌，进而可起到降低血糖水平的作用。

<<糖尿病用药配餐指南>>

编辑推荐

《糖尿病用药配餐指南》：科学的用药与合理的配餐，是治疗疾病的关键。
一汤一药，一餐一饭，掀起疾病治疗的新革命。
了解糖尿病，关注健康科学用药，保障健康药膳食疗，吃出健康

<<糖尿病用药配餐指南>>

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>