

<<糖尿病饮食调养>>

图书基本信息

书名：<<糖尿病饮食调养>>

13位ISBN编号：9787508211466

10位ISBN编号：7508211464

出版时间：2002-01

出版时间：金盾出版社

作者：王国忠

页数：316

字数：232000

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>

<<糖尿病饮食调养>>

前言

糖尿病是一种常见的慢性内分泌代谢性疾病，其基本病理生理为胰岛素绝对或相对的分泌不足，从而引起糖类、脂肪和蛋白质的代谢紊乱。

因此，饮食控制和调养是所有糖尿病患者的基础治疗。

糖尿病饮食调养对非胰岛素依赖型的成年肥胖并无症状的患者，往往可获得良好效果，无需借助药物治疗。

至于重症或胰岛素依赖型患者，必须在饮食控制的基础上，再采用胰岛素或口服降糖药物，方可取得疗效。

如果每一个糖尿病患者及其亲属都了解饮食控制和调养的重要意义，不断提高自我调节的能力并掌握其方法，则不仅可保证疗效，而且还可进行食疗等值交换，扩大饮食范围，如选择个人爱好的食物，制定自己的一日食谱，自己灵活掌握烹调方法。

这样既不超出医生规定的热能标准，又可做到膳食内容多样化。

随着对糖尿病基础和临床研究的深入，糖尿病的饮食疗法引起了营养学家、医学家的高度关注，并对糖尿病的膳食要求提出了某些新的认识。

如有的专家认为糖尿病饮食以低糖、低脂肪、高蛋白质为佳；也有的专家提出以高糖类、高纤维素饮食结构为宜。

多数专家认为，在考虑糖尿病患者最佳饮食配方时，应充分注意患者的整体营养状况和糖尿病的发展阶段，尽管给所有糖尿病患者制订相同的饮食配方很方便，但只一种饮食配方并不适合所有的糖尿病患者。

<<糖尿病饮食调养>>

内容概要

本书集中介绍了糖尿病患者的饮食调养知识，包括糖尿病患者食疗的基础知识、日常生活食谱、中医食疗等。

本书在原版基础上进行了较大修改，增加了近年来临床研究的最新进展。

内容全面，科学实用，通俗易懂，可供基层医护人员与患者阅读参考。

<<糖尿病饮食调养>>

书籍目录

上篇 糖尿病食疗的基础知识及日常食谱第一章 食疗的一般知识 第一节 食疗的意义及主要原则 一、食疗的意义 二、食疗的主要原则 第二节 饮食须知及良好饮食习惯的养成 一、饮食须知 二、良好饮食习惯的养成 第三节 饮食卫生及灵活加餐 一、饮食卫生 二、灵活加餐 第四节 充饥食物、水果及五谷杂粮的选用 一、充饥食物的选用 二、水果的选用 三、五谷杂粮的选用 第五节 饮食辅助剂和甜味剂的应用 一、饮食辅助剂的应用 二、味剂的应用 第六节 限盐和限制饮酒 一、限制高盐饮食 二、限制饮酒第二章 各种营养素对糖尿病的影响 第一节 碳水化合物、蛋白质及脂肪对糖尿病的影响 一、碳水化合物对糖尿病的影响 二、蛋白质对糖尿病的影响 三、脂肪对糖尿病的影响 第二节 维生素对糖尿病的影响 一、维生素对人体的作用 二、各种维生素的需要量及来源 三、常见食物中维生素B1的含量 第三节 膳食纤维对糖尿病的影响 一、膳食纤维的概念及分类 二、膳食纤维对糖代谢的影响 三、膳食纤维降血糖、降血脂的作用机理 四、常见食物中粗纤维素的含量 第四节 矿物质对糖尿病的影响 一、矿物质的需要量及来源 二、铬元素对糖尿病的影响 三、钙元素对糖尿病的影响 四、磷元素对糖尿病的影响 五、钾元素对糖尿病的影响 六、镁元素对糖尿病的影响 七、锌元素对糖尿病的影响第三章 糖尿病患者食谱 第一节 糖尿病食谱的计算方法 一、细算法 二、粗算法 三、主食固定法 四、统一菜肴法 五、食物交换法 第二节 糖尿病食谱的辨证施食 一、不同食物的性味分类 二、食物的选择 三、食物的禁忌 第三节 在家调养的糖尿病患者食谱 一、肥胖型糖尿病患者食谱 二、糖尿病性高血压患者食谱 三、糖尿病性冠心病患者食谱 四、糖尿病性高脂血症患者食谱 五、糖尿病性脑血管病患者食谱 六、糖尿病性肾病患者食谱 七、糖尿病性脂肪肝患者食谱 八、糖尿病性肝硬变患者食谱 九、糖尿病并发胆囊炎、胆石症患者食谱 十、糖尿病并发尿路感染患者食谱 十一、糖尿病并发便秘患者食谱 十二、糖尿病伴发气管炎患者食谱 十三、糖尿病并发肺结核患者食谱 十四、糖尿病并发骨质疏松症患者食谱 十五、一般糖尿病患者在家调养的1周食谱安排 第四节 住院治疗的糖尿病患者食谱 一、糖尿病1号食谱 二、糖尿病2号食谱 三、糖尿病3号食谱 四、糖尿病4号食谱 五、糖尿病5号食谱 六、糖尿病6号食谱 第五节 重症糖尿病及糖尿病酮症酸中毒患者的食谱 一、重症糖尿病患者食谱的制订原则 二、糖尿病酮症酸中毒患者食谱的制订原则下篇 糖尿病的中医食疗第四章 降血糖和防肥胖的中医食疗 第一节 糖尿病降血糖的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方 第二节 肥胖型糖尿病的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方第五章 糖尿病并发呼吸系统疾病的中医食疗 第一节 糖尿病并发感冒的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方 第二节 糖尿病并发气管炎的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方 第三节 糖尿病并发肺炎的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方 第四节 糖尿病并发肺结核的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方第六章 糖尿病并发心脑血管病及高脂血症的中医食疗 第一节 糖尿病性高血压的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方 第二节 糖尿病性冠心病的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方 第三节 糖尿病性脑血管病的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方 第四节 糖尿病性高脂血症的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方第七章 糖尿病并发消化系统疾病的中医食疗 第一节 糖尿病性腹泻的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方 第二节 糖尿病性便秘的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方 第三节 糖尿病性脂肪肝的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方 第四节 糖尿病性肝硬变的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方第八章 糖尿病并发泌尿生殖系统疾病的中医食疗 第一节 糖尿病性肾病的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方 第二节 糖尿病并发尿路感染的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方 第三节 糖尿病并发外阴炎的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方 第四节 糖尿病并发前列腺炎的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方 第五节 糖尿病性阳痿的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方 第六节 糖尿病并发性冷淡的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方第九章 糖尿病并发五官疾病的中医食疗 第一节 糖尿病并发咽炎的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方 第二节 糖尿病并发扁桃体炎的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方 第三节 糖尿病并发口腔疾病的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方 第四节 糖尿病并发眼病的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方第十章 糖尿病并发其它疾病的中医食疗 第一节 糖尿病并发皮肤瘙痒症的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方 第二节 糖尿病并发骨质疏松症的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方 第三节 糖尿病并发失眠症的中医食疗 一、饮食原则 二、食疗方附录 附录一 糖尿病高碳水化合物、高纤维素食谱方案的研究探讨 附录二 有利于

<<糖尿病饮食调养>>

降血糖的食物 附录三 常用降血糖的中草药

<<糖尿病饮食调养>>

章节摘录

插图：(3) 氨基酸衍生物甜味剂蛋白糖是无热能的甜味剂，亦是非糖甜味剂的一个新领域。蛋白糖是由天门冬氨酸及草丙氨酸合成的，甜度比蔗糖高150倍以上，与食盐共用时，甜度还能成倍增加。

其热能与蔗糖相同。

从理论上来说，蛋白糖是有营养价值的，或者说是一种热能糖。

但是，它太甜了，所以正常使用量实际上是无热能性。

专家们曾对蛋白糖的使用安全性提出了许多问题，目前已经证明，蛋白糖对普通人群和糖尿病患者均是安全的。

此点已由美国有关部门再次予以肯定。

(4) 非糖天然甜味剂有甘草甙、甜叶菊甙。

甘草甙：甜度为蔗糖的250倍，并具有增香的效能。

它与少许蔗糖、柠檬酸钠配合，不仅可以减少蔗糖的用量，还可以获得甜美的感觉。

甘草甙还有一定的解毒保肝作用。

甜叶菊甙：甜度为蔗糖的300倍，有叶菊的味道，是近年来才崭露头角的一种新的非糖天然甜味剂。由于它是从植物中提取的天然成分，比较安全，所以已引起许多国家的关注，日本已有30%的饮料糖被甜叶菊甙代替。

甜叶菊甙不仅甜度高，热能低，而且还具有降低血压、促进代谢等作用，是目前认为颇有发展希望的一种非糖天然甜味剂。

综上所述，目前可以利用的甜味替代物是多种多样的。

它们总的可分为有营养性和非营养性两类。

有营养价值的甜味剂如果糖，在限热值摄人时是不能用的，但在防止血糖分泌时从理论上讲是可用的。

有些甜味剂如山梨醇，从理论上讲它具有营养价值，但因为它被吸收的量很少，所以并无营养功能。其它甜味剂如糖精、蛋白糖所含热值很少，故认为是无营养价值的，为控制血糖变化和限制热能都可以利用。

<<糖尿病饮食调养>>

编辑推荐

《糖尿病饮食调养(修订版)》是由金盾出版社出版的。

<<糖尿病饮食调养>>

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>