

<<糖尿病食谱药膳与用药>>

图书基本信息

书名：<<糖尿病食谱药膳与用药>>

13位ISBN编号：9787509136553

10位ISBN编号：7509136555

出版时间：2010-4

出版时间：戴德银 人民军医出版社 (2010-04出版)

作者：戴德银 编

页数：211

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>

<<糖尿病食谱药膳与用药>>

前言

11月14日是世界糖尿病日，以发明了胰岛素的加拿大医生班廷生日为世界糖尿病日的2009年的主题是：“糖尿病的教育与预防”。

提倡早检查、早发现、早预防、早治疗的“四早”原则。

对于还没有诊断为糖尿病的人群，最经济、最有效的干预方法就是改变现有不健康的生活方式，即低脂、少盐、戒烟酒的饮食控制加运动（每周运动5天，每天至少运动半小时），多摄入富含膳食纤维和一定量蛋白质的食物，体重要达标（男性腰围小于85厘米，女性腰围小于80厘米），合理应用降血糖药物及并发症用药。

国内外的研究资料表明，生活方式干预能减少58%的人患糖尿病。

生活方式干预、合理用药治疗，配合适宜有效的运动，会使治疗成功率更高，明显提高生存生活质量。

《糖尿病食谱药膳与用药》是在《糖尿病食谱与药膳》已重印4次的基础上增补修订而成。

在保持原版特色的基础上，根据最新资料和读者建议，新增了糖尿病伴高血压、心脏病、眼病、肾病、皮肤瘙痒及糖尿病足等六类并发症的食谱药膳91方，增补了部分糖尿病治疗药物（包括近年临床安全有效的新药）及糖尿病用药总提示等。

内容更新率近40%，同时修正了原版中的错漏，在编排方面亦做了改进。

修订后，内容更为丰富、实用。

书中如有不当之处，欢迎读者批评指正。

<<糖尿病食谱药膳与用药>>

内容概要

《糖尿病食谱药膳与用药(第2版)》是指导糖尿病患者配制治疗食谱、药膳和合理用药的科普著作，在第1版的基础上增补修订而成。

全书共13章，包括糖尿病饮食疗法的概论、禁用及限用食品和等值食品交换，初发型、普通型和肥胖型糖尿病患者的理想食谱与药膳疗法，糖尿病并发高血压、心脏病、肾病、眼病、皮肤瘙痒、糖尿病足的食谱药膳和用药知识。

详列170余种食谱药膳的原料、烹饪、热量、功效、营养成分和适用人群，附录280余种食品、20余种糖尿病治疗药物。

全书新增和更新内容近40%，科学实用，通俗易懂，操作简便，适于糖尿病患者及其亲属和基层医务人员阅读参考。

<<糖尿病食谱药膳与用药>>

书籍目录

第1章 尿病饮食疗法概论一、概述二、饮食疗法的指导原则三、饮食治疗的基本方法(一)饮食计划(二)饮食热量分配(三)营养素与均衡营养(四)饮食疗法用餐原则第2章 尿病禁用与限用食品一、禁用食品二、限用食品三、配餐食物相互作用与不良反应(一)蔬菜类(二)禽兽肉类(三)果品类(四)水产类(五)蛋奶类(六)谷物类(七)其他第3章 尿病患者饮食原则与等值食品交换一、糖尿病饮食原则二、糖尿病等值食品交换(一)等值谷类(二)等值蔬菜类(三)等值水果类(四)等值瘦肉类(五)等值豆乳类(六)等值油脂类(七)糖尿病患者不同热能食品分配第4章 发糖尿病患者的饮食类型一、糖尿病饮食1号二、糖尿病饮食2号三、糖尿病饮食3号四、糖尿病饮食4号五、糖尿病饮食5号六、糖尿病饮食6号第5章 发、肥胖型糖尿病患者菜谱酸菜鲫鱼汤熏鸡(或八宝鸡)拌芹菜田螺烧香菇清蒸鲫鱼猪瘦肉烩白菜鸡片烩菜花花椒鸡猪肚拌白菜丝馄饨担担面猪肉白菜包子羊肉韭菜饺子虾米冬菇白菜鸡蛋羹蛋菇汤老鸭炖白菜香豆腐干炒青菜沙锅豆腐西红柿炒茄子海味什锦第6章 通糖尿病患者菜谱干煸苦瓜青椒苦瓜丁鸡蛋苦瓜香豆腐干苦瓜拌腐竹苦瓜拌乌鸡苦瓜炒仔鸭苦瓜猪瘦肉片苦瓜鳝鱼片嫩南瓜肉丝南瓜绿豆汤嫩玉米芯肉片仔鸭烧魔芋薤菜拌五香豆腐干三鲜玉兰片嫩毛竹笋兔丁(玉笋兔丁)香菇烧排骨金针菇炒肉丝鲜菇酸菜鲫鱼芹菜拌毛肚番茄鸭血汤青椒炒牛蛙鸡丝豆腐汤第7章 膳疗法一、药膳概论二、糖尿病药膳山药炖鸽由炸淮药兔虫草炖老鸭芹菜鸡肝虫草鹌鹑芪参鲤鱼六味肘子米须炖蚌肉玉米须炖乌龟土茯苓炖乌龟枸杞核桃仁鸡丁枸麦蒸蛋天麻杜仲炖猪脑麻苧苧鲤鱼玄参猪肝五味花生米玉竹猪心首乌猪肝菊花肉片四味煨仔公鸡山楂肉干杞杜腰花砂仁鲫鱼汤砂仁猪肚条覆盆子煨牛肉肉苁蓉炖羊肉六味龟羊汤八珍全鸡何五鸡蛋白果子鸡海带煨黄豆阳春仔鸭玉沙心肺虫草炖鳖参芪鱼头汤四珍蹄筋汤鸡参汤烧平菇鱼黄芪汤地黄肉片第8章 尿病伴高血压患者食谱药膳与用药一、食谱药膳方山楂海芽骨头汤木耳炒芹菜黑木耳拌荠菜番茄黑木耳芹菜核桃肉芹菜汤葶苈川芎烧茄子玉腐荠菜石斛荠菜烧豆腐山楂番茄肉片海麦荠菜鸡荠菜枸杞拌苦桑芹煲排骨鲜荷叶薏米粥杜仲大枣芹菜粥杜仲韭菜炒虾仁葛粉拌芹菜笋菇炒荠菜螺芹赤豆汤魔鸭芹菜魔鸭荠菜二、糖尿病伴高血压患者用药简介第9章 尿病伴心脏病患者食谱药膳与用药一、食谱药膳方山楂木耳骨头汤灵芝三七山楂饮三七猪心玉竹蒸猪胰.....第10章 糖尿病肾病患者食谱药膳与用药第11章 糖尿病性眼患者食谱药膳与用药第12章 糖尿病性皮肤病患者食谱药膳与用药第13章 糖尿病足患者食谱药膳与用药附录A 281种常见食物营养成分表附录B 常用降血糖药附录C 糖尿病用药总提示

<<糖尿病食谱药膳与用药>>

章节摘录

插图：饮食习惯宜多食素、少食盐、食多样、宜适量、忌暴食、勿食烫。

食疗歌曰：“盐醋防毒消炎好，韭菜补肾暖膝腰。

萝卜化痰消胀气，芹菜能降血压高。

胡椒驱寒又除湿，葱辣姜汤治感冒。

大蒜抑制肠炎发，绿豆解暑最为妙。

香蕉通便解胃炎，健胃补脾食大枣。

番茄补血美容颜，禽蛋益智营养高。

花生能降胆固醇，瓜豆消肿又利尿。

鱼虾能把乳汁补，动物肝脏明目好。

生津养神属乌梅，润肺乌发食核桃。

蜂蜜润燥又益寿，葡萄悦色令年少。

”“民以食为天”，“药食同源”。

以食代药，不仅性平味美，易于人体消化吸收而满足机体需要，而且具有排内邪，发脏腑，悦情志，滋气血的功效，深受大众欢迎，在民间流传很广。

选择各种风味食品代替药物，以达到防病治病的目的，与服用苦口良药给人在精神上、心理上的感受是迥然不同的，因此，传统的饮食疗法，经历数千年而盛传不衰。

食物药用能充饥止渴，对症服食能防治疾病；若不对症，既对身体不会有损害，尚能保证机体正常代谢和营养的需要。

药膳所含的蛋白质、脂肪、糖类、维生素、矿物质（微量元素）等作为机体的能源和营养素，可满足身体生长发育和正常新陈代谢的需要，是一种安全、可靠、方便、有效的治疗方法。

无论从预防医学、社会医学，还是临床医学或康复医学角度看，饮食疗法确有独特之处，尤其对糖尿病及其并发症、肥胖症、高血压、高血脂等病程长、病因复杂的代谢紊乱性疾病，饮食疗法是行之有效的。

希望本书的出版发行，能为糖尿病患者、基层医务人员和医学院校师生提供参考。

<<糖尿病食谱药膳与用药>>

编辑推荐

《糖尿病食谱药膳与用药(第2版)》介绍糖尿病患者饮食疗法的食谱和药膳相关知识，包括糖尿病饮食疗法概论、指导思想与治疗原则，糖尿病禁用与限用食品，初发型糖尿病饮食类型，初发和肥胖型糖尿病菜谱，普通糖尿病菜谱，药膳疗法概论及药膳方。

每个菜谱和药膳方均介绍了原料、烹饪技术、热量、功效、营养成分和主治或适用人群。

书末附有“281种常用食品的营养成分表”，便于读者将等值食品交换和搭配，自行烹饪，可操作性强。

同时附有常用的糖尿病治疗药物，便于患者用药时查阅。

《糖尿病食谱药膳与用药(第2版)》不失为糖尿病朋友家中常备的参考书。

<<糖尿病食谱药膳与用药>>

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>