第一图书网, tushu007.com

<<糖尿病健康食疗图典>>

图书基本信息

书名：<<糖尿病健康食疗图典>>

13位ISBN编号：9787510105913

10位ISBN编号：7510105919

出版时间：2011-1

出版时间：中国人口出版社

作者：马方

页数：239

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

内容概要

糖尿病其实就是一种生活方式病，饮食习惯的好坏起着至关重要的作用。
只有饮食控制得好，使用降糖药或胰岛素才能发挥好疗效。
如何在日常生活中安排好自己的饮食大有学问，本书将为你合理规划饮食，介绍正确的饮食原则和方法，使患有糖尿病的朋友也可以选择丰富、美味的食物，享受健康的生活。

<<糖尿病健康食疗图典>>

书籍目录

第一章　控制糖尿病，饮食先行　你有患糖尿病的可能吗?自测之后便知道　糖尿病的诊断标准　糖尿病症状知多少　了解糖尿病并发症　防治糖尿病的饮食策略　饮食改善糖尿病不可不知的烹调方法　聚焦糖尿病：口服降糖药必知的常识　聚焦糖尿病：糖尿病患者外食需掌握的原则第二章　掌握食品交换份法，科学进食　了解食品交换份法　同类食物之间的等值交换表　自我计算日需总热量　自我计算日需食品交换份　利用食品交换份设计食谱　糖尿病患者勿入13大误区第三章　热量不同的食品组合与美味降糖食谱　基础饮食　1200～1300千卡热量的食品组成与食谱　1400～1500千卡热量的食品组成与食谱　1600～1700千卡热量的食品组成与食谱　1800～1900千卡热量的食品组成与食谱第四章　推蒋给耪屎病患者的高效降糖食物　蔬菜降血糖不可不知　苦瓜　洋葱　冬瓜　菜花　芹菜　大白菜　萝卜　山药　魔芋　芦笋　胡萝卜　银耳　丝瓜　黄瓜　菠菜　南瓜　大蒜　水果也能降血糖　猕猴桃　山楂　樱桃　柚子　苹果　草莓　聚焦糖尿病：糖尿病患者一定要拒糖于千里之外吗　常吃谷豆平稳血糖　糙米　玉米　荞麦　小米　燕麦　大豆　赤小豆　白扁豆　黑芝麻　聚焦糖尿病：注射胰岛素的注意事项　科学食用水产，安全控制血糖　海带　黄鳝　牡蛎　海参第五章　糖尿病患者家中需备的天然降糖本草第六章　糖尿病患者的四季保健及食疗食养法第七章　不同类型糖尿病及其并发症的食疗、保健方案第八章　糖尿病患者居家食疗调养方附录1：血糖、血压、血脂、体重控制自测表附录2：糖尿病患者低血糖时求助卡

<<糖尿病健康食疗图典>>

章节摘录

版权页：插图：糖尿病患者在感染、过度刺激、手术、外伤或饮食控制不良的情况下，可出现病情急剧加重，如严重脱水、恶心呕吐、神志障碍或昏迷，此时应考虑出现了急性并发症。
糖尿病急性并发症来势凶猛，发展迅速，轻则可危害患者多个系统、多个器官，重则有生命危险，因此应尽快到医院诊治。
糖尿病并发低血糖及昏迷低血糖是糖尿病患者在治疗过程中经常会出现的一种并发症，是指由于胰岛素或口服降糖药过量、食物摄取不足或推迟进食、运动量过大以及酗酒等各种原因导致血糖浓度低于2.5毫摩尔／升，临床产生此相应症状者即为低血糖症。

编辑推荐

《糖尿病健康食疗图典》：糖尿病患者必备的健康饮食宝典

第一图书网, tushu007.com

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