

<<糖尿病饮食疗法>>

图书基本信息

书名：<<糖尿病饮食疗法>>

13位ISBN编号：9787533536602

10位ISBN编号：7533536606

出版时间：2010-7

出版时间：福建科技出版社

作者：陈鸣钦，王清珍 编著

页数：139

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>

## <<糖尿病饮食疗法>>

### 前言

糖尿病是一种常见病，多发病。

随着经济的发展，人们生活水平的不断提高，饮食结构的改变，劳动强度的改善和应激情况的增多，糖尿病的发病率也随之迅速上升。

目前，全世界约有2.85亿糖尿病患者，我国已高达9240万糖尿病患者。

糖尿病已成为危害公众健康的主要非感染性疾病之一。

饮食治疗，又叫饮食调养，是目前被公认的治疗糖尿病的一项基础治疗，无论糖尿病属于何种类型，病情轻重缓急如何，有无并发症，是否用胰岛素或口服降糖药物治疗，都必须严格执行和长期坚持饮食治疗。

轻型病人，单纯饮食治疗，病情即可缓解；重型病人采用药物治疗的同时，还必须严格配合饮食治疗，才能达到理想疗效。

因此，饮食治疗至关重要，是目前治疗糖尿病的基本方法，也是预防和控制并发症的重要措施。

然而，要做好饮食治疗并非易事。

由于医护人员、营养师、病人对饮食治疗知识掌握的水平不同，认识也不同，施行起来也就千差万别，治疗效果也不一样。

有的病人得了糖尿病，一开始这也不敢吃，那也不敢吃；有的病人则破罐破摔，想吃什么就吃什么，毫无节制。

## <<糖尿病饮食疗法>>

### 内容概要

合理饮食，不但能防病，也能治病强身。

本书将告诉您饮食治疗的方法，提供合理的饮食方案，给予切实可行的饮食指导，让您在品尝美食的同时，轻松地防病治病。

## <<糖尿病饮食疗法>>

### 作者简介

陈鸣钦，福建省立医院内分泌科主任医师、教授，福建省科普作家协会会员，长期从事内分泌专业临床、教学、科研工作。

## &lt;&lt;糖尿病饮食疗法&gt;&gt;

## 书籍目录

一、糖尿病的基本常识 什么是糖尿病 糖尿病的分型 1.原发性糖尿病 2.继发性糖尿病 3.其他类型糖尿病 4.妊娠糖尿病 糖尿病的典型症状和可疑信号 1.糖尿病的典型症状 2.糖尿病的可疑信号 糖尿病的并发症 1.糖尿病的急性并发症 2.糖尿病的慢性并发症 糖尿病的实验室检查 1.尿糖检查 2.血糖检查 3.葡萄糖耐量试验 4.糖基化血红蛋白检测 糖尿病的诊断标准 糖尿病的治疗 1.2型糖尿病的治疗 2.1型糖尿病的治疗 糖尿病的自我监测 1.自测尿糖 2.自测血糖 糖尿病的控制目标二、糖尿病饮食治疗原则 人体的能量代谢与合理营养 1.人体的能量代谢 2.人体的合理营养 各种营养素对糖尿病的影响 1.碳水化合物对糖尿病的影响 2.蛋白质对糖尿病的影响 3.脂肪对糖尿病的影响 4.维生素对糖尿病的影响 5.矿物质对糖尿病的影响 6.食物纤维对糖尿病的影响 糖尿病饮食治疗的原则与方法 1.糖尿病饮食治疗的重要性 2.糖尿病饮食治疗的目的 3.糖尿病饮食治疗的基本要求 糖尿病病人食谱含量算法 1.标准体重的计算 2.糖尿病病人每日总热能的计算 3.糖尿病病人每日碳水化合物总量的计算 4.糖尿病病人每日蛋白质总量的计算 5.糖尿病病人每日脂肪总量的计算 6.三大营养素每日供应量的计算 7.糖尿病病人每日进食量的分配 8.糖尿病食谱粗算法 9.糖尿病食谱主食固定法 糖尿病饮食的合理模式 1.生糖指数与糖尿病 2.影响食物生糖指数的因素 3.各类食品的生糖指数表 4.怎样利用生糖指数指导糖尿病病人膳食三、糖尿病最佳饮食治疗方法——食品交换份法 食品交换份法的基本常识 1.食品交换表与食品交换单位 2.食品交换份法 食品交换表的使用 1.食品交换表 2.食品交换表二 3.食品交换表三 4.食品交换表四 5.食品交换表五 6.食品交换表六 7.调味品、饮料及其他食品交换表 糖尿病饮食方案 1.糖尿病基础饮食1200千卡(15单位) 2.糖尿病1440千卡(18单位)的饮食方案 3.糖尿病1600千卡(20单位)的饮食方案 4.糖尿病1840千卡(23单位)的饮食方案 5.不同类型食谱交换表单位分配标准 6.食品交换份法应用实例四、糖尿病并发症及其特殊情况的饮食疗法 糖尿病性肾病的饮食疗法 1.糖尿病性肾病的饮食治疗原则 2.糖尿病性肾病饮食疗法的基本要求 3.糖尿病性肾病的饮食结构 糖尿病合并高血压的饮食疗法 1.糖尿病合并高血压饮食疗法的基本要求 2.糖尿病合并高血压的饮食方案制订方法 糖尿病合并肝脏疾病的饮食疗法 1.糖尿病合并肝脏疾病饮食疗法的基本要求 2.糖尿病合并肝脏疾病高蛋白饮食方案制订的要点 3.糖尿病合并肝脏疾病的饮食结构 糖尿病孕妇的饮食疗法 1.糖尿病孕妇的管理目标 2.糖尿病孕妇饮食疗法的基本要求 3.糖尿病孕妇饮食疗法的实例 小儿糖尿病的饮食疗法 1.小儿糖尿病的治疗原则 2.小儿糖尿病饮食疗法的基本要求 3.小儿糖尿病补充食品的要点 4.小儿糖尿病饮食疗法的实例 肥胖型糖尿病的饮食疗法 糖尿病性冠心病的饮食疗法 糖尿病性高脂血症的饮食疗法 糖尿病酮症酸中毒的饮食疗法五、糖尿病饮食疗法的相关问题 糖尿病患者如何灵活加餐 糖尿病患者饮食控制后如何克服饥饿感 糖尿病患者可以喝酸奶吗 糖尿病患者可加食零食和“补品”吗 糖尿病患者可以吃代糖的甜味剂吗 糖尿病患者可以饮酒吗 少吃或不吃主食能控制糖尿病吗 糖尿病患者能喝茶吗 南瓜能治疗糖尿病吗 西瓜能治疗糖尿病吗 消瘦的糖尿病患者也要控制饮食吗 用胰岛素治疗的糖尿病患者也要控制饮食吗 糖尿病患儿的饮食如何控制 老年糖尿病患者的饮食要注意什么 糖尿病合并高尿酸血症患者的饮食要注意什么 糖尿病性肾病患者应如何掌握蛋白质的摄入量 糖尿病孕妇饮食如何控制

## &lt;&lt;糖尿病饮食疗法&gt;&gt;

## 章节摘录

插图：糖尿病酮症酸中毒是糖尿病的一种严重急性并发症。

此并发症多因重症糖尿病患者未能很好地控制饮食，或因感染、外伤、手术和胰岛素减量、停用等诱发。

当发生酮症酸中毒时，要积极控制糖尿病，降低血糖，治疗并发症，消除酮体，促进酮体的排泄。

本病的膳食方案应遵循以下原则：（1）科学安排食谱：过多进食含糖和脂肪的食物、纵酒，或过度限制碳水化合物的摄入，如每日进食低于100克，均可引起酮症酸中毒。

因此，糖、蛋白质、脂肪三大营养素搭配要符合糖尿病食谱的生理基础。

（2）按病情供给碳水化合物：如果病人未出现昏迷，但酮症尚未消失，食欲不佳，应供给患者易于消化的单糖、双糖类食物，如果果汁、加糖果酱、蜂蜜水等流质食物。

每日所供应的碳水化合物总量应根据其使用胰岛素的数量及病人具体情况而定，一般不应少于200克。等病人病情稳定，逐渐好转后，可以加食粥、面包等含碳水化合物的丰食。

（3）限制脂肪和蛋白质的摄入：酮症酸中毒患者病情稳定后，为防止体内产生新的酮体，使病情反复，还要严格限制每日脂肪和蛋白质的摄入量。

经过药物治疗和饮食调节，尿酮、血酮完全消失后，方可逐渐增加脂肪和蛋白质的用量。

## <<糖尿病饮食疗法>>

### 编辑推荐

《糖尿病饮食疗法》是由福建科学技术出版社出版的。

<<糖尿病饮食疗法>>

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>