

<<糖尿病患者一本全>>

图书基本信息

书名：<<糖尿病患者一本全>>

13位ISBN编号：9787537741033

10位ISBN编号：7537741034

出版时间：2012-5

出版时间：山西科学技术出版社

作者：邢林山

页数：431

字数：656000

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>

## <<糖尿病患者一本全>>

### 内容概要

《糖尿病患者一本全》就是为了帮助广大糖尿病患者及临床一线医生而编写的一本就诊断，用药、教育自我保健、饮食调养以及各种注意事项的书，并在书中以列表的形式归纳出了一些常用的知识，较全面地解决了糖尿病患者及临床一线医生急需解决和想要了解的基本问题，是一本有关糖尿病方面的较全面的通读本。

<<糖尿病患者一本全>>

作者简介

邢林山，原解放军三二二、二六四医院内科、内分泌科主任、主任医师。  
先后毕业于大同医专（大同大学前身）、河北医大（河北医科大学前身）、解放军军医学院；并先后在多家大、中医院学习进修，多年来从事心血管、内分泌专业、中西医结合及科普教育。  
专攻糖尿病并高血压对心、脑血管疾病的影响，以及糖耐量异常和胰岛素抵抗、甲亢、甲减、痛风等的诊疗。  
撰写中、英文章及翻译、综述、审校各类文章P90余篇，发表在30多种各类杂志中。  
独立编著《糖尿病自己看》和《医学人生感悟口诀》。  
并同他人合著多本。  
能熟练阅读英文医学专著。  
熟练操作眼底镜：原任山西省内分泌学会委员、糖尿病分会委员、北京军区内分泌学术组委员、北京军区重点学科评审委员会委员、北京军区北戴河疗养院专家组成员。  
现为山西省医疗鉴定专家。

## <<糖尿病患者一本全>>

### 书籍目录

#### 一、糖尿病一般常识

- 01.什么是血糖？
- 02.血糖是怎样调节的？
- 03.肾、肝如何调节血糖？
- 04.神经系统在血糖调解中的作用如何？
- 05.人体升高与降糖激素包括哪些？
- 06.一天中的血糖是如何变化的？
- 07.怎样发现糖尿病？
- 08.什么人容易患糖尿病？
- 09.什么是糖尿病的“高危人群”？
- 10.糖尿病的发展有几个阶段？
- 11.糖尿病会遗传吗？
- 12.血糖高了是怎么回事？
- 13.何为糖尿病？
- 14.肾性糖尿病是怎么回事？
- 15.什么是摄糖指数和血糖负荷？
- 16.糖尿病能预防吗？
- 17.常人如何预防糖尿病？
- 18.糖尿病的一级预防指的是什么？
- 19.糖尿病的二级预防指的是什么？
- 20.糖尿病的三级预防指的是什么？
- 21.多吃糖就会得糖尿病吗？
- 22.患糖尿病与职业有关系吗？

<<糖尿病患者一本全>>

- 23.糖尿病与气候变化有关系吗？
- 24.为什么肥胖人易患糖尿病？
- 25.新细胞因子与肥胖和糖尿病有何关系？
- 26.为什么经常腹泻的人需要警惕患上了糖尿病？
- 27.什么是尿糖？
- 28.什么是肾糖阈？
- 29.什么是酮体？
- 30.什么是苏木杰反应？  
如何避免？
- 31.什么是糖尿病黎明现象？  
如何避免？
- 32.糖尿病能除根吗？
- 33.什么是“联合国糖尿病日”？
- 34.糖尿病的并发症能预防吗？
- 35.糖尿病治疗目标是什么？
- 36.糖尿病患者能长寿吗？
- 37.1型糖尿病与2型糖尿病能不能互相转换？
- 38.好好的正常人怎么就患上了糖尿病？
- 39.血糖高就是糖尿病吗？
- 40.血糖与尿糖有何关系？
- 41.以尿糖能诊断糖尿病吗？
- 42.糖尿病爱找哪些人？
- 43.高血压患者为何易患糖尿病？
- 44.高血脂患者为何易患糖尿病？
- 45.肿瘤患者易得糖尿病吗？

<<糖尿病患者一本全>>

- 46.糖尿病患者为何易患癌症？
- 47.糖尿病发病与年龄有关吗？
- 48.糖尿病患者能结婚求爱吗？
- 49.糖尿病患者应如何选择配偶？
- 50.糖尿病患者结婚前应如何准备？
- 51.糖尿病患者能过正常的性生活吗？
- 52.患糖尿病的妇女能怀孕吗？
- 53.妊娠后体内内分泌代谢有哪些改变？
- 54.患了糖尿病对寿命有影响吗？
- 55.何为“代谢记忆效应”？
- 56.胰岛素缺乏或消失常见于哪些原因？
- 57.肥胖的原因及种类有哪些？
- 58.肥胖对身体有哪些危害？
- 59.胖了如何办？
- 60.生个胖小子是好事还是坏事？
- 61.你身边有多少糖尿病？

^

- 二、糖尿病常见症状及体征
- 三、糖尿病诊断与监测
- 四、糖尿病相关疾病与干预
- 五、糖尿病的教育与心理治疗
- 六、糖尿病患者的管理及遵告
- 七、糖尿病患者的饮食调养
- 八、糖尿病患者的运动治疗
- 九、糖尿病患者的口服药物治疗
- 十、糖尿病患者的中医中药治疗
- 十一、糖尿病患者的胰岛素疗法
- 十二、不同糖尿病患者的不同疗法
- 十三、糖尿病患者的特殊疗法及展望
- 十四、糖尿病患者相关用药

<<糖尿病患者一本全>>

十五、常用参数表

十六、糖尿病诊疗过程中的误区

参考文献

## &lt;&lt;糖尿病患者一本全&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：13.何为糖尿病？

糖尿病是胰岛素分泌的缺陷或因胰岛素作用障碍或胰岛素抵抗，导致的一组以慢性高血糖为特征的代谢性疾病。

即只要排除继发因素，空腹血糖  $7.0\text{mmol/L}$ 、餐后  $11.1\text{mmol/L}$ 即可认为是糖尿病。

得了糖尿病，临床上以高血糖为主要标志，患者会出现多饮、多尿、多食、易饥饿及体重下降。

慢性高血糖可导致多组织器官的损伤，特别是神经、心脑血管、消化系统、眼睛、肾脏等的长期损伤，会引起功能缺陷和衰竭。

得了糖尿病，患者的生活质量将明显降低，病残率和病死率均增高。

糖尿病是影响人类健康和生命的常见病，和癌症、心脑血管疾病一起被称为人类的三大杀手。

14.肾性糖尿病是怎么回事？

正常情况下，血液中的葡萄糖在流经肾小管时全部被近曲小管重吸收，化验尿常规时，葡萄糖阴性，但近曲小管的这种重吸收能力是有限的。

当血糖浓度超过 $9.45\text{mmol/L}$ 以上时，肾小球滤过的葡萄糖不能完全被肾小管重吸收，就出现了尿糖，这一血糖浓度界线称之为肾糖阈。

如果血糖浓度在正常范围没有超过肾糖阈时，尿中出现了葡萄糖就称之为肾性糖尿，肾性糖尿病其原因可能为肾实质受到各种损害后导致近曲小管重吸收功能下降。

但也有部分患者可能为家族性遗传所致，也有人认为肾小管先天性功能缺陷。

肾小管组织内磷酸酶减少及某种抗促进葡萄糖再吸收作用或激素紊乱有一定关系。

这些患者测血糖可以是正常的，而尿糖的定性、定量都可以是增高的。

这部分患者被称作肾性糖尿病，而不能称为糖尿病。

15.什么是摄糖指数和血糖负荷？

食物血糖生成指数（GI）是人体食用一定量食物后会起多大的血糖反应。

它是衡量食物引起餐后血糖反应的一项有效指标，是指含 $50\text{g}$ 碳水化合物的食物与相当量的葡萄糖在一定时间内（一般为2小时）体内血糖反应水平的百分比值。

它反映了食物与葡萄糖相比升高血糖的速度和能力（通常把葡萄糖的血糖生成指数定为100）。

一般而言，大于70为高血糖生成指数食物，它们进入胃肠后消化快，吸收率高，血糖峰值高；小于55为低血糖生成指数食物，它们在胃肠中停留时间长，吸收率低，血糖峰值较低。

血糖生成指数高于95%的有糯米、粳米、高粱和面粉，在90%~95%之间的有籼米、小米和绿豆籼米混合物，在90%以下的有芸豆玉米混合物、燕麦片、荞麦，低于80%的有莜麦。

为什么食物血糖生成指数有差别？

食物中含有不同量和不同类型的糖，我们将这些糖统称为碳水化合物，其中有单糖、双糖、寡糖和多糖。

单糖包括葡萄糖、果糖、半乳糖、木糖醇等；蔗糖、麦芽糖和乳糖是两个分子的双糖；由3~10个单糖组成的是寡糖，如大豆低聚糖、棉子糖等；10个分子以上的多糖就是我们日常生活中常食用的淀粉和膳食纤维。

上述这些糖的利用和吸收是不一样的，不同糖会导致食物在肠道内消化吸收的速度有快有慢，因此，餐后血糖上升值也不相同。

同样是单糖，葡萄糖可直接吸收，而人体肠道不能直接吸收果糖，要把它转变成葡萄糖后才可吸收，所以，食入与葡萄糖同等量的果糖后，血糖上升较慢，即果糖的血糖生成指数低于葡萄糖。

麦芽糖在肠道内可很快分解成葡萄糖，它的血糖生成指数和葡萄糖差不多。

蔗糖只能分解成葡萄糖和果糖，它的血糖生成指数几乎是两者的平均值，比葡萄糖和麦芽糖低。

由于膳食纤维不在小肠内吸收，因此，血糖生成指数也低。

而血糖负荷（GL）=血糖指数（GI）×含糖量，血糖负荷比血糖指数更好地反映食物对血糖的影响，血糖负荷  $20$ 为高血糖负荷食物，对血糖影响大；血糖负荷在 $11\sim 19$ 为中血糖负荷食物；小于 $10$ 为低血糖负荷食物，对血糖影响小。





<<糖尿病患者一本全>>

编辑推荐

《糖尿病患者一本全》以自问自答的形式，尽量做到尽善尽美，大约提出663个问题，有些问题虽然在内容上有某些重叠，但是从不同角度提出问题，回答问题，更能说明问题，让读者有一种焕然一新的感觉，使您理解更深，学习更透，更能让您在闲暇、平静中学得了知识，增加了才智，得到了健康。

<<糖尿病患者一本全>>

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>