第一图书网, tushu007.com

<<糖尿病>>

图书基本信息

书名：<<糖尿病>>

13位ISBN编号：9787542850928

10位ISBN编号：754285092X

出版时间：2010-10

出版时间：上海科技教育出版社

作者：杨秀英

页数：114

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

前言

21世纪我国将全面进入小康社会，在创造、享受富裕生活的同时。
健康必将成为人们最为关心的热点之一。
人食五谷，有七情六欲，难免会患有这样或那样的疾病。
一辈子从来没有生过病的人是不存在的，关键是要少生病，生了病后能够尽快康复。
这就提出两个重要问题，“少生病”要求加强疾病的预防：而“尽快康复”则是临床治疗和康复医学的任务。
上海科技教育出版社出版的“常见病家庭防治与康复丛书”就是围绕这两个中心展开的。
其重点是家庭康复。
俗话说得好，是病三分治七分养，这里说的“养”在意义上等同于“家庭康复”。
一般而言，在疾病的急性发作期，主要是以治疗为主，患者的治疗乃至饮食、作息，都必须在医生指导下进行。
而家庭康复则不然，此阶段病情已经稳定，各项指标都已正常或接近正常。
为恢复健康，此阶段除了配合医生的治疗外，尚须合理地进行膳食、心理、运动等方面的调养和护理。
患者和患者家属须树立起家庭康复的新概念，应把家庭康复作为疾病防治的必要阶段，重视家庭康复对疾病恢复的作用。
其中，饮食不但是维持生命的物质基础，而且合理的饮食对身体的康复也有着至关重要的作用：调整好心理，有利于改善人体的免疫机制，也有利于建立起对疾病的必胜信念；而运动不啻是一种积极的康复手段，适度的运动除了能使生病的机体尽快恢复，还能使你拥有一个强健的体魄。
至于音乐疗法、有规律的作息等，既必要又简单可行。
“常见病家庭防治与康复丛书”邀请了临床第一线的医学专家担任各分册编写工作，以通俗的文字，深入浅出地把每种常见病的病因、相关知识、预防和治疗，特别是家庭康复的各种手段，如心理调整、运动康复、音乐疗法、家庭用药须知等，一一作了介绍，适合患者和患者家属阅读。
丛书图文并茂，版式新颖，相信这套丛书的出版会为广大读者保持健康带来帮助！

第一图书网, tushu007.com

内容概要

“ 常见病家庭防治与康复丛书 ”邀请了临床第一线的医学专家担任各分册编写工作，以通俗的文字，深入浅出地把每种常见病的病因、相关知识、预防和治疗，特别是家庭康复的各种手段，如心理调整、运动康复、音乐疗法、家庭用药须知等，一一作了介绍，适合患者和患者家属阅读。
本书是其中分册《糖尿病》，系统介绍了便于糖尿病病人实施的现代综合治疗、药物治疗、家庭保健的自我防治等知识。

<<糖尿病>>

书籍目录

疾病认知 血糖从何而来 血糖有什么用处 血糖体内的平衡 尿糖从何而来 尿糖阳性是不是糖尿病疾病诊断 糖尿病的“四步曲” 糖尿病的典型表现 糖尿病的可疑征象 糖尿病的诊断标准疾病分型 2型糖尿病 1型糖尿病 糖耐量减退 年轻成年发病型糖尿病 继发性糖尿病 妊娠糖尿病疾病病因 胰岛素能否正常分泌和发挥作用 自身免疫因素 遗传因素 外在条件急性并发症 糖尿病酮症酸中毒 高渗性非酮症高血糖症 低血糖症慢性并发症 糖尿病大血管病变 糖尿病微血管并发症 糖尿病性神经病变 糖尿病足部病变 糖尿病与感染相关病症 肥胖症 原发性高血压病 高脂血症医嘱治疗 第一类口服降糖药——促胰岛素释放药物 第二类口服降糖药——胰岛素增敏剂类药物 第三类口服降糖药——α-糖苷酶抑制剂 胰岛素的治疗 糖尿病药物治疗的选择 中医中药治疗 糖尿病伴发症的有关治疗家庭调养菜单 吃的误区 每日所需热量 营养的搭配 糖尿病患者可以吃什么 糖尿病患者要不要戒烟 糖尿病患者吃盐应当有所限制 糖尿病患者可否服用人参类补品 糖尿病患者与甜食 运动的好处 运动中的注意事项 糖尿病患者应随身携带姓名卡 心要稳及常就诊 糖尿病患者的求学就业 糖尿病患者与驾驶机动车 糖尿病患者的社交活动 糖尿病患者婚姻、生育问题 糖尿病患者同患多种疾病的用药问题 糖尿病患者的禁食问题 糖尿病患者乘飞机外出时的注意事项 提醒老年糖尿病患者几点注意事项 糖尿病患者遇要手术时注意事项相关小知识 1.血糖在化验时的分类 2.学会自行监测血糖 3.尿糖测定 4.口服糖耐量(OGTr)检查时注意事项 5.糖尿病的相关检查 6.不同地区糖尿病的伴发症 7.标准体重的计算方法 8.识别胰岛素的不同剂型方法 9.胰岛素制剂的保存 10.有关口服胰岛素制剂 11.糖尿病控制标准 12.血糖毫摩/升(mmol/L)与毫克/分升(mg/dl)如何换算 13.热量单位也有两种换算方法 14.何时为世界糖尿病日 15.家务劳动不能代替体育锻炼 16.主食以干稀搭配为宜 17.餐后血糖的随访检查更重要 18.胰岛细胞移植是根治糖尿病的希望 19.胰岛素泵 20.快速血糖检测仪 21.食品间的替换

章节摘录

血糖从何而来　　如果问起什么是糖尿病的话，可能会得到这样的回答：“小便里有糖，就是糖尿病。
”这话不完全对。
要说小便里有糖的问题，就得先说说血糖的事。
水有源，先要找出尿糖的源头在何处。
先说血糖是从哪里来的。
我们每天吃五谷杂粮、鸡鸭鱼肉及各样蔬菜瓜果等。
这些食物经过牙齿咀嚼后，到达胃部几经“研磨”，在口腔唾液、胃内消化液的作用下，变成食糜再到小肠，小肠将其中包括蛋白质、脂肪、糖类等营养物质吸收，再通过全身密如蛛网的运输系统——血液循环系统，将这些营养物质输送到全身各个组织器官，以供应人体生长、发育、新陈代谢及日常生活的需要。
营养物质中的葡萄糖在血管里随血液循环而流动，血中的葡萄糖就简称为血糖。
血糖有什么用处　　俗话说“火车跑得快，全靠车头带”。
火车能满载货物奔驰，是因为不断有规律地给它添加燃料。
同样，人体进行日常活动，哪怕是睡着，也需要有“燃料”。
少年儿童生长发育，老年人颐养天年，运动员拼搏在竞技场上，科学家进行科学研究，这些生理、社会活动都离不开能量的供应。
血糖就是提供这些能量的主要“燃料”。
可以说人生分分秒秒都不能没有血糖。
血糖体内的平衡　　既然血糖如此重要，那么是不是血糖越高就越好？
是不是血糖越高人体热量就越多，人就越有力量？
回答是：非也！
凡事都得有个“度”。
任何东西过多或不及，均不利于机体正常生理功能的进行。
如果热量过多，超过了机体活动的需求，就会转化为脂肪堆积在人体的皮下、内脏周围，使人体活动负担加重，心、肺等脏器功能活动受限，各组织器官的生理功能不能正常发挥作用。
热量过少，则不能满足人体生理活动的需要，人们就会感到饥饿、无力，思维也变得迟钝。
人体内的血糖既不可多也不可少，那么是如何维持平衡呢？
人体血糖能够维持在一个相对平衡的水平，有内部和外在的两个因素。
内部因素　　人体内有一脏器——胰腺，它含有的β细胞能产生、分泌胰岛素；还含有仅细胞和δ细胞，可以产生、分泌胰升糖素和生长抑素等激素。
胰岛素的主要功能有：　　使血糖到达人体的组织器官和细胞内，如心肌细胞、四肢骨骼肌细胞。
促进到达细胞内的葡萄糖进行氧化以产生能量。
供机体使用。
促进葡萄糖转变为糖原贮存在肝脏内，以备不时之需。
抑制肝脏内的糖原分解成葡萄糖。
抑制其他物质如蛋白质、脂肪等转化为葡萄糖。
以上这些作用使葡萄糖的利用和贮存增加，也就不会因进食等原因使血糖过度升高。
有阴就有阳。
胰腺的α细胞所产生分泌的胰升糖素，与胰岛素的作用恰恰相反。
它的作用是使血糖升高，尤其是当人体处于低血糖时，胰升糖素的效应就发挥得更为明显。
能使血糖升高的激素还有肾上腺皮质细胞分泌的糖皮质激素类，肾上腺髓质细胞分泌的儿茶酚胺类激素及垂体分泌的生长激素等。
胰岛素与这些激素之间，在数量上、功能发挥方面的平衡，是血糖维持在正常水平的内部因素。
外在因素　　人体所处的环境千变万化，外界环境的改变，也会影响到人体“内平衡”。

可使血糖发生变化的外在因素有：首先是进食，进食数量多少及食物种类的不同，都会使血糖数值发生改变。
其次是运动，运动使人体能量需求增加，血糖利用随之增加，尤其是心肌、骨骼肌活动量的增加，使葡萄糖的利用率提高更为明显。
再次，当情绪变化时，如情绪激动或在精神紧张时，机体处于应激状态，大脑皮质及皮质下的神经中枢兴奋，功能发生改变，导致升高血糖的激素如儿茶酚胺类、糖皮质激素类等的分泌，比在情绪稳定、安静情况下增多数倍，血糖因而升高。
最后，在人体患有各种严重感染、灼伤、比较大的手术以及急性心肌梗死等状况时，血糖也会因机体处于“ 应激 ”状态而升高。
　　尿糖从何而来　　已知血糖的稳定受许多外界环境和内部因素的影响，当内部因素或外在因素发生改变时，或内部因素与外界环境两者之间的平衡失调时，血糖都会升高，超过机体正常处理血糖的能力，而高出正常标准的血糖，随血液循环到达肾脏，超过了肾脏正常处理血糖的限值，葡萄糖就会随尿液排出体外，这时尿中就会检测出尿糖阳性。
而肾脏能够处理葡萄糖的这一数值，医学上称为肾脏血糖阈值。
正常的肾脏血糖阈值为8.9-10毫摩/升(mmol/L)。
　　……

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