

<<糖尿病怎么调养速查手册>>

图书基本信息

书名：<<糖尿病怎么调养速查手册>>

13位ISBN编号：9787543951204

10位ISBN编号：7543951207

出版时间：2012-1

出版时间：上海科技文献

作者：田建华//林敬

页数：306

字数：250000

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>

## <<糖尿病怎么调养速查手册>>

### 内容概要

《糖尿病怎么调养速查手册》立足患者，以日常调养治疗中最关心的问题为核心，帮助你认识血糖为什么会升高，如何才能科学地平稳控制血糖，如何保健与调养才能达到最好的效果，以及糖尿病人合理用药与配餐等，内容可谓科学实用、通俗易懂，是糖尿病患者必备的保健书。

# <<糖尿病怎么调养速查手册>>

## 书籍目录

### 第一章 全面了解，揭开糖尿病的神秘面纱

糖尿病，威胁健康的第三大杀手

初识糖尿病，降糖需要因型而异

追根溯源，寻找导致糖尿病的元凶

自诊须知，糖尿病的“三多一少”

拉响警报，糖尿病来袭细节需注意

特别提醒，糖尿病高危人群大筛查

防治要点，驾好“五架马车”是根本

血糖，健康养生高不成低不就”

血糖来自何方又去向何方

正常人进餐前后血糖变化情况

正确认识高血糖和低血糖

血糖自我监测的时间选择

血糖监测的3种常用方法

选购血糖仪别忘了“五看”

进行血糖监测的注意事项

别误入血糖监测的“雷区”

胰岛素，最值得患者关心的10大问题

胰岛素是糖尿病患者的“保护神”

建议使用胰岛素治疗的4种情况

常见胰岛素制剂的特点与用法

使用胰岛素治疗应遵循两个原则

2型糖尿病患者的3个阶段性方案

胰岛素注射部位及其治疗特点

胰岛素治疗的两种基本模式

在家注射胰岛素的6个关键细节

建议患者使用一次性胰岛素针头

患者注射胰岛素不会“成瘾”

### 第二章 怎么吃，饮食调治糖尿病

原则，糖尿病患者要知道的饮食要点

饮食有节不升糖，就让“四字诀”来帮

制定食谱讲究多，“黄金法则”解你忧

升糖指数早知道，自由饮食不再难

适当进食水果好，科学降糖离不了

走出饮食四误区，步入柳暗花明又一村

糖尿病并发高血压如何饮食

苦瓜——减轻人体胰岛的负担

黑木耳——滋肾养胃的降压好手

白萝卜——有效降糖止渴、稳定血压

糖尿病并发血脂异常如何饮食

木瓜——软化血管，降低血脂

### 第三章 怎么动，运动调治糖尿病

### 第四章 怎么调，养之有道为身体保驾护航

### 第五章 怎么防，不给妊娠糖尿病留可乘之机

### 第六章 怎么治，中医特色治疗法各显神通

<<糖尿病怎么调养速查手册>>

第七章 怎么帮，如何帮患者控制血糖

<<糖尿病怎么调养速查手册>>

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>