

<<糖尿病营养问答>>

图书基本信息

书名：<<糖尿病营养问答>>

13位ISBN编号：9787801948731

10位ISBN编号：7801948734

出版时间：2005-1

出版时间：人民军医出版社

作者：于康

页数：130

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>

<<糖尿病营养问答>>

内容概要

糖尿病目前呈现爆发性增长，饮食营养治疗显得尤为重要。本书以生动的语言回答了长期困扰患者的152个问题，以科学的眼光选择实用高效的营养搭配并辅以各方面的治疗。患者选用此书，有助于病情好转，早日康复；健康人阅读此书，也能走出生活中的各种误区，远离糖尿病。

<<糖尿病营养问答>>

书籍目录

1. 什么是糖尿病? 2. 为什么说糖尿病与人类的关系源远流长? 3. 胰岛素的发现有什么意义? 4. 如何战胜糖尿病? 5. 为什么糖尿病呈现爆发性增长? 6. 怎么会得糖尿病? 7. 什么是血糖, 血糖有什么重要意义? 8. 血糖的正常值是多少? 9. 血糖的单位是什么? 10. 什么是空腹血糖和餐后两小时血糖? 11. 血糖的来源有哪些途径? 12. 每天血糖如何变化? 13. 升高和降低血糖的因素有哪些? 14. 胰岛素有什么作用? 15. 胰岛素是哪里来的? 16. 如果胰岛或胰岛素出了问题会怎样? 17. 胰岛素越多越好吗? 18. 什么是三多一少? 19. 为什么有的糖尿病患者没有自觉症状? 20. 什么样的人易患糖尿病? 21. 女性特有的糖尿病信号有哪些? 22. 为什么诊断糖尿病要靠血糖? 23. 高血糖有哪些危害? 24. 糖尿病如何分型? 25. 什么叫葡萄糖耐量? 26. 为什么说糖耐量减低是糖尿病的后备军? 27. 1型糖尿病有什么特点? 28. 2型糖尿病有什么特点? 29. 什么叫胰岛素抵抗? 30. 什么是糖尿病防治的“四个点儿”? 31. 糖尿病治疗的目标有哪些? 32. 什么是糖尿病治疗的“五驾马车”? 33. 糖尿病综合治疗的基础是什么? 34. 药物治疗与病情监测应注意什么? 35. 糖尿病控制好坏有什么标准? 36. 糖尿病营养治疗的目标是什么? 37. 糖尿病饮食治疗有哪些历史经验和教训? 38. 糖尿病食品交换份的核心是什么? 39. 糖尿病患者不能吃也不能喝吗? 40. 什么是糖尿病营养治疗的黄金法则? 41. 如何控制体重? 42. 如何定义肥胖和消瘦? 43. 什么是体重指数? 44. 消瘦型糖尿病患者是否不用控制饮食? 45. 什么是决定热量的二要素? 46. 如何计算每日总热量? 47. 什么是平衡膳食? 48. 为什么食物选择要多样化? 49. 主食对糖尿病患者有什么好处? 50. 为什么要限制脂肪摄入量? 51. 如何选择优质蛋白质? 52. 为什么要减少单糖及双糖摄入? 53. 膳食纤维对糖尿病患者有什么益处? 54. 为什么生活越来越好, 膳食纤维越来越少? 55. 膳食纤维是否多多益善? 56. 过多吃盐有什么害处? 57. 少吃食盐, 多吃酱油, 行吗? 58. 为什么要坚持少量多餐? 59. 为什么要多饮水? 60. 酒有什么特点? 61. 糖尿病患者能饮酒吗? 62. 红葡萄酒能预防心血管疾病吗? 63. 糖尿病患者如何科学地饮酒? 64. 甜, 空腹饮酒有什么危害? 65. 什么是糖尿病食品交换份? 66. 食品交换份有什么优点? 67. 食品交换份如何分配饮食? 68. 如何确定主食量? 69. 如何确定副食量? 70. 如何进行生熟互换? 71. 如何进行食物互换? 72. 少吃主食多吃肉行吗? 73. 不同系列糖尿病食谱举例 74. 糖尿病患者菜肴制备 75. 糖尿病患者能吃水果吗? 76. 什么是食用水果四要素? 77. 如何克服饥饿感? 78. 外出旅游如何进餐? 79. 在饭店进餐应注意什么? 80. 节假日餐饮应注意什么? 81. 如何享受甜食? 82. 非糖甜味剂都有哪些? 83. 代糖食品有哪些? 84. 糖尿病素食患者应注意什么? 85. 糖尿病素食患者一日菜谱举例 86. 口服降糖药时, 饮食应注意什么? 87. 注射胰岛素时, 饮食应注意什么? 88. 吃得越少对病情控制越有利吗? 89. 成的食品不用控制吗? 90. 多吃了食物后只要加大口服降糖药就没事, 对吗? 91. 吃点零食无所谓吗? 92. 植物油不需要限制吗? 93. 多吃粗粮不影响血糖吗? 94. 少吃一顿饭就可以不吃药吗? 95. 注射胰岛素后就不需要再控制饮食吗? 96. 能用尿糖试纸变色评价食物是否含糖吗? 97. 吃馒头比吃米饭血糖升的更高吗? 98. 蜂蜜可以多吃吗? 99. 吃某种食物能降血糖吗? 100. 什么是低血糖症? 101. 引发低血糖反应的常见原因有哪些?.....

<<糖尿病营养问答>>

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>