

# 《定本糖尿病家庭自疗康复百科》

## 图书基本信息

书名：《定本糖尿病家庭自疗康复百科》

13位ISBN编号：9787501973453

10位ISBN编号：7501973458

出版时间：2010-1

出版社：中国轻工业出版社

作者：龚仆

页数：255

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《定本糖尿病家庭自疗康复百科》

## 内容概要

《定本糖尿病家庭自疗康复百科(精装版)》由国内著名医学保健专家精诚打造，是最实用的家庭保健百科全书：一看就懂，一懂就用，一用就灵，一生受益。细说糖尿病：糖尿病——血糖值居高不下的疾病胰岛素的作用原理与血糖的生成及利用引发糖尿病的危险因素糖尿病的分型。糖尿病的饮食疗法：糖尿病饮食疗法的基础糖尿病患者的饮食原则，不可不学的糖尿病饮食科学计算法一学就会的食品交换份用餐法。糖尿病的药物疗法：糖尿病的药物常识，口服降糖药治疗，胰岛素治疗。

# 《定本糖尿病家庭自疗康复百科》

## 作者简介

龚仆，北京大医康民中医药研究院院长、教授，中华中医药学会会员，中国营养学会会员。

# 《定本糖尿病家庭自疗康复百科》

## 书籍目录

特别推荐 关注糖尿病触目惊心的数据 糖尿病——无法根治的沉默“杀手” 每个人都有可能患糖尿病 糖尿病“时钟” 糖尿病会引发哪些并发症 糖尿病带来的经济负担 你具有成为“死亡四重奏”团员的资格吗 测一测你患糖尿病的可能性有多大 血糖、血压、血脂、体重控制自测表 糖尿病合并抑郁症自我测试 糖尿病患者勃起功能障碍测试

第一章 细说糖尿病 糖尿病——血糖值居高不下的疾病 什么是糖尿病 糖尿病与血糖值的关系 胰岛素的作用原理与血糖的生成及利用 胰岛素的作用原理 血糖的生成及利用 引发糖尿病的危险因素 肥胖 妊娠 病毒感染 遗传 运动量不足 精神、神经因素 饮食结构 化学物质、药物 体质与生活环境之间的差异 糖尿病的分型 1型糖尿病 2型糖尿病 妊娠糖尿病 糖尿病的诊断 糖尿病的诊断标准 糖尿病诊断时必需检查的项目 警惕糖尿病的6种自觉症状

第二章 糖尿病的饮食疗法 糖尿病饮食疗法的基础 不偏食、不挑食 营养的均衡性 糖尿病患者的饮食原则 细嚼慢咽 尽量食用温热食物 饮食应清淡 食谱多样化 控制总热量是根本 远离酒精 餐次、饮食分配要科学 盐的日摄入量不超过3克 少吃易造成肥胖的食物 不可不学的糖尿病饮食科学计算法 粗算法 细算法 ……

第三章 糖尿病的药物治疗 第四章 糖尿病汉方疗法 第五章 糖尿病运动调养法 第六章 糖尿病并发症的防治 第七章 糖尿病患者的生活保健与护理 第八章 糖尿病患者的心理调适 第九章 糖尿病患者的日常监护与急救

## 章节摘录

插图：虽然原发性糖尿病的病因和发病机理至今尚未完全搞清楚，但经科学研究发现引起糖尿病的原因归纳起来有以下几个方面：肥胖，妊娠，病毒感染、遗传，运动量不足，精神、神经因素，饮食结构，化学物质、药物，体质、生活环境间的差异。肥胖是诱发糖尿病的重要原因，易引发2型糖尿病，特别是腹部肥胖者。其机理主要在于肥胖者本身存在着明显的高胰岛素血症，而高胰岛素血症可以使胰岛素与其受体的亲和力降低，导致胰岛素作用受阻，引发胰岛素抵抗。这就需要胰岛β细胞分泌和释放更多的胰岛素，从而又引发高胰岛素血症。如此呈糖代谢紊乱与β细胞功能不足的恶性循环，最终导致β细胞功能严重受损，引发2型糖尿病。腹部细胞对胰岛素敏感性原本就比其他部位低，而腹部肥胖者，主要是脂肪组织增多。这种增多，只是细胞体积增大，但脂肪细胞数目并未增多，导致细胞膜上受体数目相对减少而引起胰岛素抵抗，从而使葡萄糖清除率明显降低，导致高血糖，引起糖尿病。妊娠期，母体大量产生多种激素。这些激素对胎儿的健康成长非常重要，但是它们也可以阻断母体的胰岛素作用，引起胰岛素抵抗，最终引发糖尿病。病某些1型糖尿病患者，是在患感冒、腮腺炎等病毒感染性疾病后发病的。其机理在于病毒进入人体后，直接侵害胰岛β细胞，大量破坏β细胞，并且抑制β细胞的生长，从而导致胰岛素分泌缺乏，最终引发1型糖尿病。糖尿病具有家族遗传性，但这种遗传性也需外界因素的作用。这些外界因素主要包括肥胖、运动量减少、饮食结构不合理、病毒感染等。

# 《定本糖尿病家庭自疗康复百科》

## 编辑推荐

《定本糖尿病家庭自疗康复百科(精装版)》是资深专家率专业团队为您奉献的常见病家庭自疗康复图文读本，权威资讯，海量图片，高端品质，带病也能快乐健康活到天年。自疗康复经典读本，注重生活中的点点滴滴，养成良好的生活、饮食习惯把握用药分寸，别让药物成为你的负担；加强体育锻炼，将病情控制在理想范围内。健康就在自己手中——学做自己的康复理疗师。

## 精彩短评

- 1、是买书送的，因为家人有需要，看了下纸质很好，内容较好吧，
  - 2、内容应该还可以，彩页的！但是，怎么书会弄这么脏呢？卓越出厂前也应该检查下吧 应该不是送货的弄的 因为外面有塑料薄膜包着，并不是薄膜弄脏了 是书表面就很脏！总体还行咯 毕竟不是看外皮的！但请卓越也考虑下客户的心情。。。 服务要到位！
  - 3、这是买满99元送的，书质量不错，而且内容也比较丰富，全彩页，蛮划算的。
  - 4、还不错，印刷的很精致的一大本，打算给血糖偏高的舅舅做日常学习用
  - 5、姥爷有糖尿病，就送给姥爷了。书的质量很好，全是彩页
  - 6、这本书给老爸买的，当时看到是精装版的，价格也还高，以为内容应该还行，所以在满99元送赠书时，就选了这本书。不过回去后，老爸说这本书不怎么的，讲的很范，没什么实际的用。这是自己第一次买书给老爸，而且老爸有糖尿病，所以一直想买本家庭治疗和调养糖尿病的书给他，不过这本书让我失望了。
  - 7、帮别人买的，不太懂，反正我看着挺全面的，什么都有
  - 8、书不错,是彩色插图...希望老爸能看进去...
  - 9、满99元送的，没看过，但书的印刷质量不错！满99元送的，没看过，但书的印刷质量不错
  - 10、对于糖尿病人或者想要预防疾病的人都是很有用的一本书，放在家中时常翻阅一下会有所收获.
  - 11、比较适合一般人看，但可惜是本旧书！
  - 12、看了内容，彩页，图文并茂清晰，质量很好，内容全面，适合给糖尿病家属查阅，有菜谱又按摩手法等内容，免费送的书太值了。。。。偷着乐
  - 13、爸妈看了后比较满意 所以希望下次还可以在当当网买书 呵呵
  - 14、文字翔实，内容丰富，图片精美，质量和纸张上乘。  
比较实用。
- 这一类的书籍买了好多，大同小异。当作参考吧
- 15、图文并茂很好，简单易懂
  - 16、全是彩页的，讲的也不多。
  - 17、虽然觉得内容有点吓虎人，但还是蛮实用的，有教病的症状，怎么饮食，所以算是实用的书
  - 18、彩页比较多，赠送的书籍，挺好的~
  - 19、做得很精美 内容很一般

# 《定本糖尿病家庭自疗康复百科》

## 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:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)