

# 《糖尿病自我管理101》

## 图书基本信息

书名：《糖尿病自我管理101》

13位ISBN编号：9787810861007

10位ISBN编号：781086100X

出版时间：2004-6

出版社：第四军医大学出版社

作者：凯利 (KelleyDavidB.)

页数：110

译者：丁进

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)

## 前言

既然已经有了那么多关于养生的图书，还有必要出版一本专门针对老年糖尿病患者养生的书吗？答案是肯定的。无论你年龄多大，你依然会在新的一天体会全新的感受。难道你不想通过学习，以最好的方式度过每一天吗？从出生那天开始，我们就在变“老”，而“衰老”的过程也是我们不断学习的过程。糖尿病总会给人们的健康带来新的问题。虽然年老时患糖尿病通常与年轻时患病有所不同，但它带给我们的挑战是一样的。对于老年糖尿病患者而言，养生非常重要，因为糖尿病会对整个机体健康产生巨大影响，而健康状况反过来又会影响糖尿病进程。相信自己：你能战胜糖尿病，并让糖尿病对你的生活产生积极的影响。老，意味着你已经拥有了经验、权威、阅历、教养和智慧，这些都可以利用起来，使你从容体验糖尿病带来的不同感受。

# 《糖尿病自我管理101》

## 内容概要

糖尿病总会给人们的健康带来新的问题，虽然年老时患糖尿病与年轻时患病通常会有所不同，但它带给我们的挑战是一样的。对于老年糖尿病患者而言，养生非常重要，因为糖尿病会对整个机体的健康产生巨大影响，而健康状况反过来又会影响糖尿病进程。相信自己能够战胜糖尿病，并让糖尿病对你的生活产生积极的影响！

# 《糖尿病自我管理101》

## 作者简介

David B. Kelly, 医学博士, 图书编辑咨询委员会主编, 美国糖尿病协会前理事。曾任Thurston临终关怀医院医学研究中心和华盛顿Olympis (奥林匹亚) 糖尿病健康中心的疗主管。在其致力于美国糖尿病协会事业的35年生涯中, 他积极参与了全国性和地区性的志愿者活动。

## 书籍目录

- 第1章 全面了解糖尿病
- 第2章 糖尿病的药物治疗
- 第3章 合理饮食
- 第4章 体育锻炼很重要
- 第5章 糖尿病并发症
- 第6章 糖尿病自我检测
- 第7章 医患关系
- 第8章 心理健康
- 第9章 朋友与家??

## 章节摘录

什么是糖尿病？ 血糖水平过高会被诊断为糖尿病。糖尿病患者的代谢过程，也就是摄入的食物在其转化为能量的过程中出了问题。食物要分解为葡萄糖，然后葡萄糖才能进入血液供应所有的细胞。而胰岛素，也就是由胰腺产生的一种内分泌激素，则是葡萄糖进入细胞大门的关键。 当身体对自身胰岛素产生抵抗（2型）或者胰腺不能产生胰岛素（1型）时，细胞的葡萄糖供应发生故障。尽管你一直吃东西，但你还是觉得很饿（细胞很饥饿），因为葡萄糖只会在血液中持续累积，这样你的血糖水平就会一直很高——这也就是糖尿病。 妊娠期糖尿病仅发生于一些女性怀孕时。2型糖尿病患者可以通过减轻体重和体育锻炼使血糖水平恢复正常。他们看起来好像已经痊愈，但事实上，他们只是把糖尿病控制得非常好。控制好糖尿病能阻止或延缓糖尿病并发症的出现，并使你每天感觉良好。

1型糖尿病与2型糖尿病有什么区别？ 这两种类型的糖尿病有一个共同点——血糖水平高，并且治疗相似。1型糖尿病多发生于年轻人且发病较急，这是由于胰腺中分泌胰岛素的 细胞被免疫系统误损伤所致。1型糖尿病患者体内不能产生胰岛素，所以必须靠注射胰岛素来维持。 2型糖尿病是糖尿病中最常见的类型。当身体开始对自身胰岛素产生抵抗时，胰腺就必须分泌更多的胰岛素。久而久之，胰腺逐渐衰竭，这也就是2型糖尿病发现得比较晚的原因——因为它起病缓慢。2型糖尿病患者通常体重超重，减轻体重与体育锻炼能降低他们的血糖水平，许多人也同时服用降糖药进行治疗。随着时间推移，大约40%的2型糖尿病患者最终需要注射胰岛素来控制血糖，特别是当血糖水平长时间没有得到有效控制的时候。 .....

# 《糖尿病自我管理101》

## 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)