

# 《糖尿病四季调治》

## 图书基本信息

书名：《糖尿病四季调治》

13位ISBN编号：9787508277707

10位ISBN编号：7508277708

出版时间：2013-2

出版社：金盾出版社

页数：300

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)

# 《糖尿病四季调治》

## 内容概要

对于糖尿病患者来说，将血糖稳定在正常水平是十分重要的。《糖尿病四季调治》从稳定血糖入手，简要介绍糖尿病与四季变化的关系，详细介绍糖尿病患者如何利用中医辨证方法应对四季天气变化，并按春、夏、秋、冬各季节特点调治糖尿病，包括学习糖尿病知识、调节情志、药物治疗、饮食调治、运动调治、起居调理、并发症防治等稳定血糖七大法则。《糖尿病四季调治》内容翔实可靠，指导性、科学性强，适合广大糖尿病患者及其家人阅读。

# 《糖尿病四季调治》

## 作者简介

蔡志军，毕业于南昌大学医学部，执业中医师，江西省儿科学会常务委员。自幼随家父侍诊，融会中西医，勤于临床。发表学术论文20余篇，主编《临床实用儿科效验方》《农家药治疗乡村常见病》《专家为青春期女孩痛经支招》《鸡的药用400方》《儿科美味糜粥疗法》《小儿常见病四季疗法》，参编《中国实用药蛋疗法》《妇科病美味糜粥疗法》《乙肝四季疗法》等14部著作，获市科技进步二等奖。

# 《糖尿病四季调治》

## 书籍目录

第一章 概述 一、中医对糖尿病的认识 (一) 糖尿病病因病机 (二) 辨证分型的研究 (三) 糖尿病证候客观化的研究 (四) 糖尿病的中医药治疗现代研究 (五) 糖尿病临床表现 (六) 糖尿病的中医分型分期诊断 (七) 糖尿病预防与调摄 二、四季变化与糖尿病的关系 (一) 春天糖尿病患者易发的疾病 (二) 夏天糖尿病患者易发的疾病 (三) 秋天糖尿病患者易发的疾病 (四) 冬季糖尿病患者易发的疾病 三、糖尿病四季调治 (一) 春天糖尿病预防调理措施 (二) 夏天糖尿病预防调理措施 (三) 秋冬季糖尿病预防调理措施 第二章 糖尿病的调治 一、糖尿病调治的基本原则 (一) 健康教育 (二) 配合治疗 (三) 控制饮食 (四) 适量运动 (五) 自我监测 二、糖尿病的诊断 (一) 确诊为糖尿病 (二) 空腹血糖受损(糖尿病前期)的诊断 三、血糖的自我监测 (一) 家庭血糖自我监测 (二) 医院对糖尿病患者的血糖监测 (三) 自测血糖的优缺点及方法 (四) 妊娠期糖尿病监测 四、糖尿病并发症调治 (一) 急性并发症调治 (二) 慢性并发症调治 (三) 伴发病及感染调治 五、糖尿病中西药调治 (一) 辨证治疗糖尿病 (二) 专方调治糖尿病 (三) 单方验方调治糖尿病 (四) 西药调治糖尿病 六、糖尿病患者饮食调治 (一) 饮食定时定量 (二) 调整三大营养素的比例 (三) 能量计算及饮食计算 (四) 糖尿病患者吃水果的选择 (五) 糖尿病饮食治疗 七、糖尿病运动调治 (一) 运动前的准备工作 (二) 游泳调治 (三) 慢跑调治 (四) 步行调治 (五) 太极拳疗法 (六) 健身功疗法 (七) 门球疗法 (八) 跳舞疗法 (九) 摄影疗法 八、糖尿病起居调治 九、糖尿病自然疗法调治 (一) 按摩调治 (二) 药枕疗法 (三) 针刺调治 (四) 食醋调治 第三章 糖尿病春季调治 一、老年糖尿病患者春季养生 二、糖尿病患者防治春病 (一) 外感风寒 (二) 春瘟(包括流行病) (三) 漏肩风 (四) 糖尿病头痛 (五) 糖尿病皮肤过敏 三、糖尿病患者春季调治 (一) 糖尿病患者祛春困 (二) 糖尿病春季精神调治 (三) 糖尿病春季起居调治 (四) 糖尿病春季饮食调治 (五) 糖尿病春季运动调治 (六) 糖尿病春季其他调治法 第四章 糖尿病夏季调治 一、糖尿病夏季常见病调治 (一) 中暑 (二) 疔夏 (三) 糖尿病患者夏季“上火” (四) 肠道传染病 (五) 泌尿道感染 (六) 空调病起因与诊断 二、夏季糖尿病及并发症防治 (一) 糖尿病视物昏花 (二) 糖尿病性皮肤病 三、糖尿病夏季精神调治 四、糖尿病夏季起居调治 (一) 防蚊蝇 (二) 夏季睡眠 (三) 预防空调病 (四) 炎夏居室降温法 (五) 夏季沐浴 (六) 女性糖尿病患者炎夏起居 五、糖尿病夏季饮食调治 (一) 夏季最佳饮料——茶 (二) 夏季最佳蔬菜 (三) 糖尿病夏季食谱 (四) 糖尿病夏季粥谱 六、糖尿病夏季运动调治 (一) 夏季运动有“七忌” (二) 夏日健身“八项纪律” (三) 动手摇扇 (四) 夏季运动十四招 第五章 糖尿病秋季调治 一、秋季常见病调治 (一) 秋凉防冻 (二) 秋季防肥胖 (三) 秋季防感冒法 (四) 预防气管炎复发 (五) 预防胃病复发 (六) 防治关节炎 (七) 防秋雨病 (八) 防秋燥 (九) 秋季防呼吸道疾病 二、糖尿病肾病秋季调治 三、糖尿病秋季精神调治 四、糖尿病秋季起居调治 五、糖尿病秋季饮食调治 (一) 糖尿病秋季宜食的药膳 (二) 糖尿病秋季进补食物 六、糖尿病秋季运动调治 (一) 散步调治糖尿病 (二) 按摩调治糖尿病 第六章 糖尿病冬季调治 一、冬季常见病调治 (一) 冻伤 (二) 冬防流感 (三) 脑梗死 (四) 糖尿病足 二、糖尿病冬季精神调治 三、糖尿病冬季起居调治 四、糖尿病冬季饮食调治 五、糖尿病冬季运动调治

### 章节摘录

版权页：（按语）荔枝干止泄泻；益智仁补肾止遗、缩小便；山茱萸补肾缩小便；猪脬味甘性寒，主治梦中遗尿、疝气坠痛、消渴无度。适用于老年人五更泄泻、腹痛、夜尿多，以及小儿遗尿，糖尿病等。江珧柱又名干贝，鲜品叫带子，肉质细嫩肥白、味道鲜美，是一种高蛋白食品，每百克干贝中，含蛋白质62.9克，脂肪3克，糖类15克，矿物质5克。据《中国药典》载：“江珧柱味甘、性平。功能调中下气、止渴、利五脏、缩小便、去积滞；另有滋阴降火之功。”《随息居饮食谱》载，其能“补肾、滋肝阴”。珧柱淮芪生地煲猪胰（原料）江珧柱50克，淮山药30克，黄芪20克，生地黄30克，猪胰（横月利）1条。（制法）先将猪胰去脂肪衣膜、洗净；各物洗净与猪胰置锅内加适量水煲汤，汤成调味即成。（用法）饮汤吃肉佐膳。（功效）糖尿病及气虚乏力、血糖持续不降者。（按语）猪胰味甘性平，治脾胃虚损、消渴；淮山药健脾补肾，黄芪补中益气，生地黄生津养阴。虾皮炒小白菜（原料）虾皮5克，小白菜250克，植物油10克，食盐10克，味精2.5克。（制作）将虾皮用温水泡开，将小白菜择洗干净，切成3厘米长的段。锅内加入植物油烧热后加盐，随即倒入小白菜急炒几下，再放入虾皮，炒和煮开，加入味精即成。（用法）佐餐。（功效）补充维生素和钙。治疗糖尿病。（按语）虾皮与小白菜合用炒菜，含有全面的营养成分，如蛋白质、脂肪、维生素A、维生素B1、维生素B2、烟酸、维生素C、胡萝卜素、钙、磷、铁等，以维生素和钙含量最高。此菜适合孕妇、乳母、老年人及肾炎、高血压、冠心病、肥胖症、糖尿病患者食用，对脑血管病、软骨病也有辅助疗效。此菜原料便宜，制作简单，应经常食用。虾米油菜（原料）油菜200克，虾米50克，植物油150克，料酒5克，食盐3克，葱花2.5克，姜末2.5克，淀粉5克。（制作）先把虾米用酱油、淀粉裹好；把洗净的油菜切成3厘米长的段。锅上火加油，待油烧热后，把裹好的虾米放在锅内炸一下取出，再炒菜至菜熟时，把虾米倒入，加上料酒、食盐、葱、姜调料，用旺火炒一会儿，出锅即成。（用法）佐餐，每日吃1次，每次可吃此菜的1/2。（功效）清热解毒、散血清肿。（按语）油菜主要含有胡萝卜素，多种维生素、蛋白质、粗纤维和钙、磷、铁等，味辛苦、性凉，有清热解毒、散血清肿等功效；虾米含蛋白质、脂肪、糖类、钙、磷、维生素A、维生素B1、维生素B2、烟酸等成分，均适合糖尿病患者食用。

# 《糖尿病四季调治》

## 编辑推荐

糖尿病是一种常见的内分泌代谢性疾病，其基本生理病理的改变是由于胰岛素分泌绝对或相对不足，引起以糖代谢紊乱为主。《糖尿病四季调治》介绍了四季变化与糖尿病的关系，以大量的篇幅介绍了在春、夏、秋、冬各季节中，糖尿病患者易患的常见病、多发病及糖尿病并发症。并按发病季节进行编写，既提高了人们对季节性多发病的警惕，又方便了读者阅读应用，以提高《糖尿病四季调治》的实用性。

# 《糖尿病四季调治》

## 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)