

中国家庭自诊自疗自养

糖尿病防治法 315



中国 80 余位医学专家全力撰写 · 全国 260 余家甲等医院联合推荐 · 面对医疗改革政策百姓急需

内蒙古科学技术出版社

中国家庭自诊自疗自养

糖尿病防治法 315

蒋惠淑 申艳君
编 著

内蒙古科学技术出版社

《中国家庭自诊自疗自养》编委会

主 任:邱迎春 李繁春 李治罡

编 委:蒋惠淑 申艳君

中国家庭自诊自疗自养

糖尿病防治法 315

编 著 蒋惠淑 申艳君

出版发行/内蒙古科学技术出版社

地 址/赤峰市红山区哈达街南一段4号

电 话/(0476)8224848 8231924

邮 编/024000

责任编辑/巴图

封面设计/刘宇

印 刷/喀左县印刷厂

开 本/850×1168 1/32

印 张/8.875

字 数/214千

印 数/1—5000册

版 次/1999年1月第1版

印 次/1999年1月第1版

ISBN 7-5380-0655-9/R·126 定价:12.80元

前 言

糖尿病是一种常见的慢性疾病，其病程和合并症可使患者致残甚至危及生命，危害程度仅次于心血管疾病和肿瘤而成为人类三大疾病之一。在我国，糖尿病的发病率呈上升趋势，罹患人数逐年增加，积极防治糖尿病是一项非常重要的任务。

鉴于此，编者将有关糖尿病的知识编辑成问答式的小册，以供读者掌握糖尿病的发病机理、临床表现、诊断、治疗、预防等方面的知识。如本书能在帮助患者更加积极地配合医生治疗，控制病程，防治并发症，尽快恢复正常生活工作能力，提高生命质量方面起到一定作用，我们将感到非常欣慰。

编者

一九九九年二月

目 录

糖尿病基本常识

1. 什么叫做糖尿病? (3)
2. 糖(碳水化合物)在人体内的生理功能是什么? (5)
3. 胰岛素在糖尿病发病中扮演什么角色? (6)
4. 什么是碳水化合物? 患糖尿病时对糖代谢有何影响? (7)
5. 脂肪是什么? 患糖尿病时对脂肪代谢有何影响? (8)
6. 蛋白质是什么? 患糖尿病时对蛋白质代谢有何影响? (8)
7. 什么叫血糖? 血糖是怎样生成的? 它的浓度是怎样维持的? 糖尿病病人为何空腹血糖仍高? (9)
8. 为什么糖尿病病人摄入脂肪多会出现酮尿? (10)
9. 某些糖尿病人血液中为何存在抗体? (10)
10. 什么叫肝糖原? 肝糖原是怎样形成的? (11)
11. 什么叫糖原异生作用? 异生作用受那些激素影响? (11)
12. 正常人为何能保持血糖相对恒定? (12)
13. 胰岛素有什么作用? (12)
14. 什么是胰岛素受体? (13)
15. 体内哪些激素是对抗胰岛素的? 它们对糖代谢有什么影响? (14)
16. 胰岛 B 细胞是如何分泌胰岛素的? (15)
17. 影响胰岛素分泌的因素有哪些? (16)
18. 为什么说向糖尿病人宣讲糖尿病知识极为重要? (17)

19. 为什么糖尿病人应该学会测尿糖或使用快速血糖仪?	(17)
20. 为什么糖尿病人必须了解低血糖知识?	(18)
21. 糖尿病能遗传给后代吗?	(19)
22. 糖尿病人怎样才能做到生活规律?	(20)
23. 糖尿病人早晨进食最少、服降血糖药最多的原因是什么?	(21)
24. 糖尿病患者宜吃什么? 不宜吃什么?	(21)
25. 糖尿病患者可以吃水果吗?	(22)
26. 糖尿病患者可以饮茶吗?	(23)
27. 患了糖尿病后寿命会缩短吗?	(23)
28. 糖尿病患者为何要特别注意个人卫生?	(24)
29. 糖尿病患者为何应戒烟?	(24)
30. 糖尿病患者为何不宜饮酒?	(25)
31. 气候变化对糖尿病有什么影响?	(26)
32. 药物使用不当对糖尿病有什么影响?	(26)
33. 青少年患了糖尿病, 是否影响学习和工作?	(27)
34. 糖尿病病人是否可以结婚、生育?	(27)
35. 糖尿病人的家属要注意些什么?	(28)
36. 糖尿病人外出必须注意什么?	(29)
37. 糖尿病人的必备物品是什么?	(29)
38. 糖尿病的主要死亡原因是什么?	(30)
39. 糖尿病能根治吗?	(31)
40. 糖尿病妇女妊娠后需注意些什么?	(31)
41. 妊娠对糖尿病有什么影响?	(32)
42. 糖尿病对妊娠有什么影响?	(33)
糖尿病病因、临床表现及诊断	
43. 引起糖尿病的主要原因有哪些?	(37)

-
44. 糖尿病的主要病理生理是什么? (38)
45. 糖尿病是怎样发生的? (39)
46. I 型糖尿病发病的环境因素是什么? (41)
47. II 型糖尿病的环境因素是什么? (42)
48. 糖尿病的诱发因素有哪些? (43)
49. 为什么在应激状态下血糖会升高? (44)
50. 胰岛素依赖型糖尿病发病机理如何? (44)
51. 非胰岛素依赖型糖尿病发病机理如何? (45)
52. 糖尿病有哪些临床症状? (45)
53. 糖尿病不典型症状和可疑信号有哪些? (46)
54. 糖尿病人还有其他方面的症状吗? (46)
55. 为什么有的糖尿病患者没有自觉症状? (47)
56. 低血糖有哪些症状? (47)
57. 糖尿病人为什么有低血糖反应? (48)
58. 为什么糖尿病人早期可以有低血糖症状? (49)
59. 什么是苏木杰反应与黎明现象? (49)
60. 哪些药物可以引起血糖升高? 这种血糖升高能叫做糖尿病吗? (51)
61. 什么叫应激性糖尿? 是糖尿病吗? (51)
62. 世界卫生组织对糖尿病如何分类? (51)
63. 什么叫 I 型 (胰岛素依赖型) 糖尿病? (53)
64. 什么叫 II 型 (非胰岛素依赖型) 糖尿病? (54)
65. 什么叫营养不良相关糖尿病? (54)
66. 什么叫做 M 型糖尿病? (55)
67. 其他内分泌病能引起糖尿病吗? (55)
68. 什么叫妊娠糖尿病? (57)
69. 各型糖尿病之间如何转变? (57)
70. 如何判断糖尿病病情轻重? (58)

71. 儿童糖尿病的诊断标准是什么? (59)
72. 儿童糖尿病有哪些特点? (60)
73. 诊断原发性糖尿病应除外哪些内分泌病? (60)
74. 怎样诊断老年糖尿病? (61)
75. 糖尿病如何鉴别诊断? (62)
76. 世界卫生组织诊断糖尿病的标准是什么? (63)
77. 1996 年 WHO 糖尿病及其并发症诊断标准及分型咨询委员会的建议中, 在诊断标准方面与以往有何异同? (65)
78. 诊断糖尿病应包括哪些内容? (66)
79. 什么情况可以排除糖尿病? (66)
80. 什么叫做显性糖尿病? 什么叫隐性糖尿病? ... (66)
81. 如何早期发现糖尿病酮症? (67)
82. 如何诊断妊娠期糖尿病? (67)
83. 糖耐量低减 (IGT) 的诊断标准是什么, 有何临床意义? (68)

糖尿病临床检验

84. 如何检测血糖? 血糖多高可以诊断为糖尿病? (73)
85. 什么叫糖耐量试验? (73)
86. 什么叫糖耐量异常? 糖耐量异常就是糖尿病吗? ... (74)
87. 什么情况下使用糖耐量试验来诊断糖尿病? ... (76)
88. 怎样才能早期发现糖尿病? (76)
89. 如何用微量血测定血糖? (76)
90. 如何化验尿糖? (77)
91. 24 小时尿糖定量怎样留尿? (78)
92. 怎样留取四次尿糖和四段尿糖? (79)

93. 什么是四段尿糖? (80)
94. 什么是四次尿糖? 什么叫四段尿次? (80)
95. 尿糖阳性就一定是糖尿病吗? 糖尿病人排尿量与病情有何关系? (80)
96. 病人自己怎样化验尿糖? (81)
97. 为什么有的糖尿病病人血糖增高而尿糖为阴性? ...
..... (82)
98. 怎样写好每天观察记录表? (83)
99. 胰岛素测定的临床意义有哪些, 什么叫做胰岛素释放实验? (83)
100. 测定果糖胺有什么意义? (84)
101. 糖尿病人为什么要定期检查尿常规、血尿素氮及血肌酐? (84)
10. 怎样使用尿糖试纸? (85)
103. 怎样检查尿酮体? (85)
104. 怎样使用酮体试纸? (85)
105. 糖尿病人为什么要查血脂? (86)
106. 糖尿病人为什么要测血清钾、钠、氯? (88)
107. 什么叫做血液流变学? (88)
108. 血液流变学能测糖尿病的血液高凝状态吗?
..... (89)
109. 什么是肾性糖尿? (90)
110. 为什么要做口服葡萄糖耐量试验? (90)
111. 影响口服葡萄糖耐量试验的因素有哪些? (91)
112. 什么是假性糖尿? (91)
113. 什么叫肾糖阈? (92)
114. 哪些药物可影响葡萄糖耐量? (92)
115. 胰岛素释放试验有何临床意义? (93)

116. C 肽测定有何临床意义? (93)
117. 什么是糖基化血红蛋白, 测定的方法有哪些?
..... (94)
118. 测定糖基化红蛋白的临床意义是什么? (94)
119. 糖尿病酮症酸中毒化验指标有哪些异常? (95)
120. 糖尿病人与肾小管酸中毒有关系吗? (95)
121. 糖尿病昏迷时主要应做哪些检查? (96)
122. 诊断糖尿病高渗性昏迷的主要化验指标是什么? ...
..... (97)

糖尿病防治

(一) 糖尿病防治常识

123. 何谓糖尿病的四级预防? (101)
124. 糖尿病有哪些治疗措施? (101)
125. 糖尿病治疗的目的是什么? (102)
126. 医护人员应对糖尿病人做哪些工作? (103)
127. 为什么在糖尿病治疗中必须重视心理调整?
..... (104)
128. 加强糖尿病教育的必要性是什么? (106)
129. 糖尿病的教育方法是什么? (106)

(二) 糖尿病药物治疗

130. 目前国内常用的口服降血糖药物有哪几种?
..... (107)
131. 磺脲类降血糖药的作用机理是什么? (108)
132. 磺脲类口服降糖药的适应症及禁忌症有哪些?
..... (109)
133. 磺脲类药物的毒副作用有哪些? (110)
134. 各种磺脲类药物的特点是什么? (111)
135. 第二代与第一代磺脲类降糖药有何不同? ... (112)

136. 磺脲类降血糖药物失效有哪两种? (113)
137. 有哪些药物影响磺脲类药的降血糖作用? ... (113)
138. 应用磺脲类降糖药物出现低血糖时怎么办?
..... (114)
139. 双胍类降血糖药物的特点是什么? 降血糖机理是什么? (115)
140. 哪些糖尿病患者适合用双胍类降糖药? 降血糖机理是什么? (115)
141. α - 葡萄糖苷酶抑制剂降低血糖的机理是什么?
..... (117)
142. 哪些患者适用 α - 葡萄糖苷糖抑制剂? (117)
143. α - 葡萄糖苷酶抑制剂的副作用有哪些? (118)
144. 如何合理使用口服降血糖药物? (118)
145. 老年糖尿病及糖尿病肾病患者如何选择降糖药? ...
..... (121)
146. 胰岛素治疗的适应症有哪些? (122)
147. 胰岛素的种类有哪些? (123)
148. 使用胰岛素时须注意哪些事项? (124)
149. 胰岛素治疗的目的是什么? (125)
150. 胰岛素制剂的选择及使用原则是什么? (126)
151. 使用胰岛素时开始的剂量应如何确定? (127)
152. 在注射胰岛素时为何早餐前用量最大, 午餐前用量最小? (128)
153. 怎样根据血、尿糖变化调整胰岛素剂量? ... (129)
154. 怎样按病情轻重调整胰岛素及饮食? (129)
155. 如何把原来的普通胰岛素改为混合胰岛素?
..... (131)
156. 注射胰岛素的病人为何要查四次四段尿? ... (131)

157. 原来用胰岛素治疗的Ⅱ型糖尿病病人, 怎样改服口服降糖药? (133)
158. 糖尿病肾病或伴有严重的肝病时胰岛素的用量有何变化? (133)
159. 需用胰岛素治疗的孕妇应如何掌握胰岛素用量? ...
..... (133)
160. 糖尿病患者手术中怎样应用胰岛素? (134)
161. 影响胰岛素作用的药物和激素有哪些? (134)
162. 注射胰岛素的病人如何灵活就餐? (136)
163. 胰岛素治疗时易出现哪些并发症? 胰岛素治疗时出现哪些副作用? (136)
164. 胰岛素治疗中出现低血糖反应、过敏反应怎么办?
..... (137)
165. 胰岛素治疗中出现浮肿、屈光失常、皮下脂肪萎缩怎么办? (138)
166. 引起血糖尿糖增多的因素有哪些? (138)
167. 如何抽取胰岛素? (139)
168. 如何选择胰岛素的注射部位? (140)
169. 怎样贮存胰岛素? (141)
170. 怎样消毒注射器? (141)
171. 胰岛素的提纯与合成方法有哪些进步? (142)
172. 什么叫胰岛素泵? (143)
173. 胰腺和胰岛移植临床效果怎样? (143)
174. 糖尿病人在治疗中为什么容易发生低血糖反应? 原因有哪些? (144)
175. 胰岛素和磺脲类降糖药引起的低血糖反应有哪些特点? (144)

(三) 糖尿病饮食疗法

-
176. 糖尿病患者控制饮食的目的是什么? 饮食疗法的原则是什么? (145)
177. 糖尿病病人为何要控制饮食? 糖尿病病人控制饮食会影响健康吗? (14)
178. 怎样安排糖尿病病人的食谱? (146)
179. 饮食控制是否只控制主食, 而副食不加控制? (148)
180. 糖尿病患者为什么宜食用高纤维素饮食? ... (148)
181. 糖尿病患者为何宜食用植物油而应少食用动物脂肪? (150)
182. 糖尿病患者为何不宜使用富含胆固醇的食物? (150)
183. 糖尿病患者常用的食品包括哪几类? (151)
184. 糖尿病患者常用食品所含营养成分各是多少? (152)
185. 糖尿病患者全天的主食量如何分配? (154)
186. 糖尿病患者每天应进多少碳水化合物合适, 是否越少越好? (155)
187. 糖尿病患者每天应进多少蛋白质合适? (156)
188. 糖尿病患者如何食用营养丰富的豆类食品? (156)
189. 糖尿病患者饮食控制感到饥饿怎么办? (157)
190. 木糖醇能治糖尿病吗? (157)
191. 药食两用的家庭常用菜有哪些? (158)
192. 每日饮食中三大营养物质应各占多少比例? 各提供多少热量? (159)
193. 糖尿病病人吃植物油是否可以不加限制? ... (160)
194. 儿童糖尿病的饮食怎样调节? (161)

195. 胆固醇对人体有何影响? 哪些食物含胆固醇? (161)
196. 消瘦病人如何控制饮食? (162)
197. 怎样调整老年糖尿病病人的饮食? (162)
198. 用胰岛素治疗糖尿病是否可以不控制饮食? (162)
199. 肥胖糖尿病病人为什么需要减肥, 如何减肥? (163)
200. 饮食治疗对 I 型和 II 型糖尿病有何不同要求? (164)
201. 供糖尿病病人食用的甜味代用品都有哪些? 为何糖尿病病人不能多吃糖? (164)
202. 饮食疗法失败的主要原因是什么? (165)
203. 怎样对糖尿病患者进行饮食指导? (166)
- (四) . 糖尿病运动疗法**
204. 运动疗法的意义是什么? (166)
205. 如何确保运动的安全? (167)
206. 糖尿病人应如何运动? (168)
207. 怎样预防运动中的低血糖? (169)
208. 糖尿病病人怎样选择适合自己的运动? 应用运动疗法应注意哪些事项? (170)
209. 糖尿病病人在什么情况下不宜进行体育锻炼? (171)
210. 糖尿病并发血管病变的患者活动时需注意什么? ... (172)
211. 气功锻炼对糖尿病有何作用? (172)
- 糖尿病的并发症及其防治**
212. 何谓糖尿病并发症? (177)

213. 糖尿病急性合并症有哪些? (177)
214. 糖尿病慢性合并症是如何分类的? (177)
215. 什么叫做糖尿病酮症酸中毒? (179)
216. 糖尿病酮症酸中毒常见的诱因有哪些? (181)
217. 糖尿病酮症酸中毒如何使用胰岛素治疗? ... (182)
218. 糖尿病酮症酸中毒如何补液? (183)
219. 糖尿病酮症酸中毒如何补钾、纠正酸中毒?
..... (183)
220. 怎样预防糖尿病性酮症酸中毒? (184)
221. 糖尿病性酮症酸中毒的预后怎样? 主要治疗措施有哪些? (185)
222. 什么叫做高渗性非酮症性糖尿病昏迷, 为什么老年人容易患此症? (186)
223. 糖尿病高渗性昏迷应怎样补液? (188)
224. 糖尿病性高渗性昏迷治疗要点是什么? (188)
225. 糖尿病高渗性昏迷预后怎样? 如何预防? ... (189)
226. 糖尿病什么情况下容易得乳酸性酸中毒? ... (190)
227. 什么是乳酸性酸中毒, 发病的原因是什么, 怎样预防? (192)
228. 引起糖尿病昏迷的常见病症有哪些, 如何鉴别? ...
..... (193)
229. 糖尿病微血管病变是怎么引起的? (194)
230. 糖尿病性心脏病有何特点? (196)
231. 为什么糖尿病主要死于心血管病? (197)
232. 为什么糖尿病人容易患冠心病、心肌梗死?
..... (197)
233. 什么叫糖尿病性心肌病? (199)
234. 为什么糖尿病人可能会猝死? (200)

-
235. 怎样防治糖尿病性心血管疾病? (201)
236. 为什么糖尿病人容易患高血压? (202)
237. 糖尿病有高血压时治疗措施有哪些? 为何不宜使用心得安? (203)
238. 糖尿病人为什么容易发生动脉粥样硬化? ... (206)
239. 为什么糖尿病人血液是高凝状态? (208)
240. 糖尿病患者为什么要服用阿司匹林? (209)
241. 为什么糖尿病人容易患脑血管病? (210)
242. 怎样预防糖尿病性脑血管病变? (210)
243. 糖尿病性脑血管病变的治疗应注意什么? ... (211)
244. 什么叫糖尿病肾病? (211)
245. 糖尿病肾病有哪些临床表现? (213)
246. 糖尿病肾病的自然发展过程是怎样的? (214)
247. 糖尿病肾病与冠心病有何联系? (214)
248. 糖尿病肾病如何控制血糖? (214)
249. 为什么糖尿病肾病是糖尿病人主要死因之一?
..... (215)
250. 如何早期发现糖尿病肾病? (216)
251. 糖尿病性肾病如何防治? (217)
252. 糖尿病性肾病的饮食治疗有什么特点? (218)
253. 发现糖尿病性肾病后怎样保护肾功能? (218)
254. 造影剂对糖尿病性肾病有危害吗? 如何合理使用利尿剂? (219)
255. 糖尿病眼科合并症有哪些? (219)
256. 造成糖尿病人视力减退有哪些原因? (219)
257. 糖尿病人视网膜病变是失明的主要原因吗? 还能复明吗? (221)
258. 糖尿病视网膜病变眼底有哪些改变? (221)

259. 糖尿病性白内障有何特点, 其发病机理怎样? (223)
260. 怎样防治糖尿病性视网膜病变? (223)
261. 糖尿病神经病变如何分类? (224)
262. 为什么糖尿病患者容易得末梢神经病变? (224)
263. 糖尿病周围神经病变有哪些临床表现? (225)
264. 糖尿病植物神经病变在心血管系有何表现? (226)
265. 心血管系植物神经功能检查常用的方法有哪些? (226)
266. 糖尿病植物神经病变在泌尿生殖系有哪些表现? (227)
267. 植物神经病变在胃肠系有什么表现? (228)
268. 植物神经病变的其他临床表现有哪些? (229)
269. 糖尿病常见的颅神经病变有哪些? (229)
270. 糖尿病神经病变如何治疗? (229)
271. 什么是糖尿病性闭塞性动脉硬化症, 发生在四肢时有什么临床表现? (230)
272. 糖尿病性闭塞性动脉硬化症多发生在哪些部位, 与血栓闭塞性脉管炎有何不同? (231)
273. 糖尿病并发闭塞性动脉硬化症如何防治? (231)
274. 糖尿病肢端坏疽的临床特点及类型有哪些? (232)
275. 糖尿病肢端坏疽的治疗原则有哪些? (233)
276. 山莨菪碱为何能治糖尿病肢端坏疽? (233)
277. 为什么糖尿病患者下肢容易感染? 什么叫糖尿病足? (234)
278. 如何从根本上预防糖尿病足的发生? 如何治疗糖尿