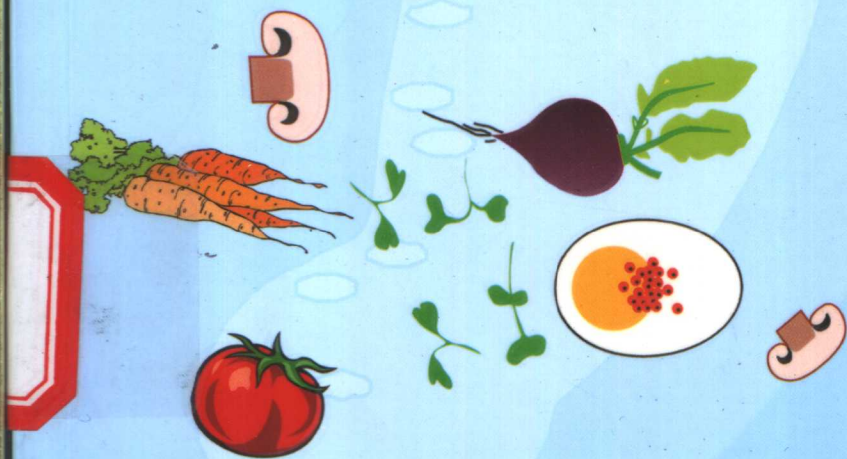


第2版

糖尿病并发症 饮食疗法

主 编 / 马汴梁



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

糖尿病并发症 饮食疗法

TANGNIAOBING BINGFAZHENG
YINSHI LIAOFA

(第2版)

主 编 马汴梁

副主编 刘心想 袁培敏

编 委 (以姓氏笔画为序)

马宏伟 马汴梁 王 丹

许桂梅 刘 欣 刘心想

远秀枝 宋 都 袁培敏



人 民 军 医 出 版 社

People's Military Medical Press

图书在版编目(CIP)数据

糖尿病并发症饮食疗法/马汴梁主编. —2版. —北
京:人民军医出版社,2004.6

ISBN 7-80194-224-8

I. 糖… II. 马… III. 糖尿病-并发症-食物疗
法 IV. R247.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 005930 号

策划编辑:杨磊石 加工编辑:余满松 责任审读:李 展

版式设计:赫英华 封面设计:龙岩 责任监印:陈琪福

出 版 人:齐学进

出版发行:人民军医出版社 经销:新华书店

通信地址:北京市复兴路 22 号甲 3 号 邮编:100842

电话:(010)66882586(发行部)、51927290(总编室)

传真:(010)68222916(发行部)、66882583(办公室)

网址:www. pmmp. com. cn

印刷:潮河印业有限公司 装订:京兰装订有限公司

开本:787mm×1092mm 1/32

印张:10.625 字数:226 千字

版次:2004 年 6 月第 2 版 印次:2004 年 6 月第 1 次印刷

印数:14001~19000

定价:20.00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

电话:(010)66882585、51927252

内 容 提 要

本书由医学专家撰写,在第1版的基础上修订而成,以问答形式阐述了糖尿病饮食治疗基础知识,糖尿病并发脑血管病、高血压、心脏病、肾病、消化道疾病、神经病变、眼病、骨病、足病、皮肤病等的原因、特征和治疗原则;重点介绍了各种并发症的饮食治疗,包括各种饮食治疗处方的选料、制作、用法与功效。全书内容丰富,通俗易懂,科学性、实用性强。适于糖尿病患者及其家属阅读,亦可供基层医务人员参考。

责任编辑 杨磊石 余满松

再 版 前 言

《糖尿病并发症饮食疗法》自 2000 年 10 月出版以来,承蒙广大读者、患者的喜爱,已多次重印,发行 14 000 册,同时也有读者来电或信函咨询相关问题,并对本书的修订再版提出了宝贵意见和建议。为适应医学科技发展的新形势,满足广大读者的需求,我们在人民军医出版社的大力支持下,对本书原版进行了修订。本次修订,在保持原版特色的基础上,根据近年来治疗糖尿病并发症方面的新进展,分别在每种并发症治疗中融入了西医治疗原则、方法及中医治疗的精华,特别是在中医治疗处方的选择上,增补了名家、大家验方,使读者查之可信,用之有效,取之方便,利于患者家庭综合选用。

在第 2 版即将付梓之际,我们热切希望本书能够更加贴近读者,更加方便患者,同时提醒患者在选择食疗及治疗验方时,最好征询医师的意见,尽量避免因体质差异、病证不符而致的个别不良反应,以达到最好的治疗养生效果。书中不当之处,恳请广大读者指正。

编 者

2004 年 5 月

目 录

第一章 糖尿病的一般知识	(1)
糖尿病是一种什么样的疾病?	(1)
什么是血糖? 正常值是多少?	(1)
血糖的来源有哪些?	(1)
正常人的血糖有哪些去路?	(2)
血液中的葡萄糖有什么用途?	(2)
升高和降低血糖的因素有哪些?	(2)
胰岛素的分泌与糖尿病的发生有什么关系?	(2)
胰岛素在体内起什么作用?	(3)
糖尿病有几种类型?	(3)
什么叫原发性糖尿病?	(3)
什么叫继发性糖尿病?	(4)
1型糖尿病的特点是什么?	(4)
2型糖尿病的特点是什么?	(4)
糖尿病发病原因有哪些?	(5)
糖尿病的诱发因素有哪些?	(5)
怎样早期诊断糖尿病?	(6)
为什么有的糖尿病患者没有自觉症状?	(6)
糖尿病的主要症状有哪些?	(7)
第二章 糖尿病饮食治疗基础	(8)
糖尿病患者控制饮食有何意义?	(8)
控制饮食的重要性是什么?	(8)
饮食治疗的目的是什么?	(8)

糖尿病并发症饮食疗法

控制饮食是否让患者吃得越少越好?	(9)
糖尿病患者的饮食原则是什么?	(9)
中医防治糖尿病的饮食原则是什么?	(10)
不同类型的糖尿病饮食治疗有无不同的重点要求?	(10)
指导饮食的基本方针是什么?	(11)
糖尿病患者的饮食与一般人有何不同?	(12)
控制饮食感到饥饿怎么办?	(12)
第三章 各类食物营养素与糖尿病	(14)
糖尿病患者为什么需要吃蛋白质食物?	(14)
蛋白质对糖尿病患者有何影响?	(14)
糖尿病患者如何选择脂肪食物?	(15)
糖尿病患者需要多少脂肪? 植物油是否可以随便吃?	(16)
糖尿病患者每日需要多少糖类?	(16)
糖类的摄入量是否越少越好?	(17)
水果适宜糖尿病患者吃吗?	(17)
糖尿病患者为什么要增加食物纤维?	(18)
食物纤维降血糖、降血脂的作用机制有哪些?	(18)
长期嗜酒对糖尿病有哪些影响?	(19)
糖尿病患者维生素不足可并发哪些病症?	(20)
微量元素锌对糖尿病有何影响?	(20)
麦麸怎样改善锌的平衡?	(21)
第四章 糖尿病发并症概述	(22)
糖尿病并发症分几类?	(22)
糖尿病慢性并发症病理改变是如何发生的?	(22)
糖尿病患者为什么容易并发其他疾病?	(24)
糖尿病慢性并发症的预防理论是什么?	(24)
为什么糖尿病易并发感染?	(25)

感染对糖尿病有何影响?	(26)
糖尿病发生急性感染的原因有哪些?	(26)
糖尿病通常易并发哪些感染性疾病?	(27)
如何早期有效地控制糖尿病并发感染?	(28)
怎样防止糖尿病并发急性感染?	(28)
为什么并发感染时糖尿病患者胰岛素用量比平时多?	(28)
糖尿病血管病变主要指的是什么?	(29)
什么是大血管病变?	(29)
什么是小(微)血管病变?	(29)
糖尿病性微血管病变的特点是什么?	(29)
糖尿病性微血管病变有哪些危害?	(30)
第五章 糖尿病性脑血管病	(31)
糖尿病性脑血管病有何特点?	(31)
糖尿病性脑血管病是怎么发生的?	(31)
糖尿病性脑血管病的危险因素是什么?	(32)
糖尿病性脑血管病的诱发因素是什么?	(33)
糖尿病性脑血管病的特点是什么?	(34)
为什么糖尿病性脑血管病很少发生脑出血?	(34)
糖尿病与脑部病变为何关系密切?	(35)
为什么糖尿病性脑血管病发生后高血糖不易被控制?	(35)
糖尿病并发脑血管病时有哪些先兆迹象?	(35)
何谓糖尿病性脑血管病的“三偏”症状?	(36)
怎样判断糖尿病性脑血管病患者的意识状态?	(36)
糖尿病性出血性脑血管病的临床表现有何特点?	(37)
糖尿病性缺血性脑血管病的临床表现有何特点?	(38)
糖尿病性脑血管病急性期易引起哪些并发症?	(39)
糖尿病性脑血管病恢复期应注意什么?	(40)

糖尿病并发症饮食疗法

怎样预防糖尿病性脑血管病的发生？	(40)
糖尿病性脑血管病的预后如何？	(41)
西医如何治疗糖尿病性缺血性脑血管病？	(42)
西医如何治疗糖尿病性出血性脑血管病？	(43)
糖尿病性脑血管病如何进行中药治疗？	(43)
糖尿病性脑血管病饮食治疗原则有哪些？	(46)
糖尿病性脑血管病有哪些汤食可供选用？	(47)
糖尿病性脑血管病有哪些粥食可供选用？	(50)
第六章 糖尿病性高血压	(54)
目前糖尿病性高血压的发病情况怎样？	(54)
糖尿病性高血压分几类？	(54)
糖尿病性高血压的临床特点是什么？	(55)
为什么糖尿病性高血压患者应限制食盐摄入？	(55)
糖尿病性高血压有什么危害性？	(55)
有糖尿病性肾病时高血压是怎么发生的？	(56)
如何预防糖尿病性高血压？	(56)
西医如何治疗糖尿病性高血压？	(57)
常用的治疗糖尿病性高血压的中药验方有哪些？	(57)
糖尿病并发高血压饮食治疗原则有哪些？	(61)
糖尿病性高血压有哪些茶疗方？	(61)
糖尿病性高血压有哪些汤食可供选用？	(62)
糖尿病性高血压有哪些粥食可供选用？	(64)
第七章 糖尿病性高脂血症	(68)
何谓糖尿病性高脂血症？	(68)
糖尿病性高脂血症易造成哪些危害？	(68)
糖尿病性高脂血症的主要原因是什么？	(69)
糖尿病血脂代谢紊乱的发病情况怎样？	(69)

糖尿病性高脂血症与胰岛素的多少有关系吗?	(69)
糖尿病性高脂血症的诊断要点有哪些?	(70)
高脂血症的诊断标准是什么?	(70)
西医如何治疗糖尿病性高脂血症?	(71)
中医如何治疗糖尿病性高脂血症?	(72)
糖尿病性高脂血症的饮食治疗原则有哪些?	(73)
糖尿病性动脉硬化是如何发生的?	(73)
糖尿病性高脂血症的饮食应注意什么?	(74)
糖尿病性高脂血症有哪些汤食可供选用?	(75)
糖尿病性高脂血症有哪些粥食可供选用?	(78)
第八章 糖尿病性心脏病	(81)
何谓糖尿病性心脏病?	(81)
糖尿病性心脏病的临床特点有哪些?	(81)
糖尿病与冠心病有什么关系?	(82)
糖尿病患者冠心病发生率高与哪些因素有关?	(82)
糖尿病性冠心病是怎样发生的?	(82)
糖尿病性冠心病有哪些发病因素?	(83)
糖尿病性冠心病的临床特点有哪些?	(83)
糖尿病性冠心病与非糖尿病性冠心病有何不同?	(85)
糖尿病并发心肌梗死的临床特征是什么?	(85)
怎样预防糖尿病并发心肌梗死?	(86)
影响糖尿病性心肌梗死预后的因素是什么?	(86)
西医如何治疗糖尿病性冠心病?	(86)
中医如何治疗糖尿病性冠心病?	(87)
何谓糖尿病性心肌病?	(90)
糖尿病性心肌病是怎么发生的?	(90)
糖尿病性心肌病的临床特点是什么?	(90)

西医如何治疗糖尿病性心脏病？	(91)
中医如何治疗糖尿病性心脏病？	(91)
糖尿病性心脏神经功能异常的诊断指标有哪些？	(91)
西医如何治疗糖尿病性心脏神经功能异常？	(92)
中医如何治疗糖尿病性心脏神经功能异常？	(92)
糖尿病有心血管神经病变时心率有哪些变化？	(93)
糖尿病并发心血管病变的护理要点有哪些？	(93)
糖尿病患者如何预防心血管病？	(94)
糖尿病性冠心病的饮食治疗原则有哪些？	(94)
糖尿病性心脏病有哪些汤食可供选用？	(95)
糖尿病性心脏病有哪些粥食可供选用？	(99)
第九章 糖尿病性神经病变	(104)
何谓糖尿病性神经病变？	(104)
糖尿病性神经病变如何分类？	(104)
糖尿病患者可发生哪些主要的神经病变？	(105)
糖尿病性神经病变常侵犯的部位有哪些？	(105)
糖尿病性神经病变的症状有哪些？	(105)
糖尿病性神经病变的临床特点是什么？	(106)
糖尿病性神经病变的诊断依据是什么？	(106)
糖尿病患者自主神经病变的临床表现有哪些？	(106)
糖尿病性中枢神经系统病变的临床表现有哪些？	(108)
糖尿病性周围神经病变的临床表现是什么？	(109)
糖尿病性神经病变引起的疼痛有何特点？	(109)
西医如何治疗糖尿病性神经病变？	(110)
中医如何治疗糖尿病性神经病变？	(110)
糖尿病性神经病变有哪些汤食可供选用？	(112)
糖尿病性神经病变有哪些粥食可供选用？	(114)

第十章 糖尿病性癫痫	(117)
糖尿病性癫痫有哪些临床特点?	(117)
糖尿病性癫痫怎样与脑血管病癫痫区别?	(117)
糖尿病性癫痫如何治疗?	(117)
糖尿病性癫痫有哪些饮食治疗原则?	(118)
糖尿病性癫痫有哪些汤食可供选用?	(118)
糖尿病性癫痫有哪些粥食可供选用?	(121)
第十一章 糖尿病与失眠症	(124)
糖尿病为何并发失眠症? 中医如何认识?	(124)
糖尿病并发失眠症如何治疗?	(124)
糖尿病并发失眠症饮食治疗原则有哪些?	(125)
糖尿病并发失眠症有哪些汤食可供选用?	(125)
糖尿病并发失眠症有哪些粥食可供选用?	(128)
第十二章 糖尿病性肾病	(131)
何谓糖尿病性肾病?	(131)
糖尿病性肾病是怎样发生的?	(131)
糖尿病性肾病的病程可分为几个阶段(期)?	(132)
糖尿病性肾病按尿蛋白定量可分为几期?	(132)
糖尿病微量清蛋白尿与哪些因素有关?	(132)
糖尿病性肾病有哪些临床表现?	(133)
早期糖尿病性肾病可以逆转吗?	(134)
早期糖尿病性肾病可以转为临床糖尿病性肾病吗?	(134)
糖尿病性肾病患者为什么会出现腰痛?	(134)
糖尿病性肾病皮肤瘙痒与哪些因素有关?	(135)
如何早期确诊糖尿病性肾病?	(135)
如何诊断糖尿病性肾病?	(135)
西医如何治疗糖尿病性肾病?	(136)

糖尿病并发症饮食疗法

中医如何治疗糖尿病性肾病？	(136)
如何掌握糖尿病性肾病患者蛋白质代谢的平衡？	(138)
糖尿病性肾病患者如何掌握食盐的摄入量？	(139)
糖尿病性肾病患者蛋白质应如何摄入？	(139)
糖尿病性肾病患者的饮食原则有哪些？	(140)
糖尿病性肾病有哪些汤食可供选用？	(141)
糖尿病性肾病有哪些粥食可供选用？	(143)
第十三章 糖尿病与泌尿系感染	(148)
糖尿病并发泌尿系感染的病因及发病机制有哪些？	(148)
糖尿病并发泌尿系感染的途径有几种？	(148)
糖尿病患者容易发生泌尿系感染的原因有哪些？	(149)
糖尿病并发急性肾盂肾炎有哪些表现？	(149)
西医如何治疗糖尿病并发泌尿系感染？	(150)
中医如何治疗糖尿病并发泌尿系感染？	(150)
糖尿病并发泌尿系感染饮食治疗原则有哪些？	(151)
糖尿病并发前列腺炎对机体有什么影响？	(151)
西医如何治疗糖尿病并发前列腺炎？	(152)
中医如何治疗糖尿病并发前列腺炎？	(153)
糖尿病并发泌尿系感染有哪些汤食可供选用？	(153)
糖尿病并发泌尿系感染有哪些粥食可供选用？	(157)
第十四章 糖尿病与外阴炎	(161)
糖尿病为何易并发外阴炎？	(161)
糖尿病并发外阴炎的临床表现有哪些？	(161)
西医如何治疗糖尿病并发外阴炎？	(162)
中医如何治疗糖尿病并发外阴炎？	(162)
糖尿病并发外阴炎饮食治疗原则有哪些？	(163)
糖尿病并发外阴炎有哪些汤食可供选用？	(163)

糖尿病并发外阴炎有哪些粥食可供选用？	(167)
第十五章 糖尿病性阳痿	(170)
糖尿病性阳痿是如何形成的？	(170)
糖尿病对性功能有何影响？	(170)
糖尿病患者为什么会出现阳痿？	(171)
西医如何治疗糖尿病性阳痿？	(171)
中医如何治疗糖尿病性阳痿？	(172)
糖尿病性阳痿饮食治疗原则有哪些？	(173)
糖尿病性阳痿有哪些汤食可供选用？	(173)
糖尿病性阳痿有哪些粥食可供选用？	(176)
第十六章 糖尿病与性冷淡	(179)
女性糖尿病患者并发性冷淡的原因是什么？	(179)
糖尿病并发性冷淡有何表现？中医如何认识？	(179)
如何治疗糖尿病并发性冷淡？	(180)
糖尿病并发性冷淡饮食治疗原则有哪些？	(180)
糖尿病并发性冷淡有哪些汤食可供选用？	(180)
糖尿病并发性冷淡有哪些粥食可供选用？	(183)
第十七章 糖尿病与胃病	(186)
糖尿病胃部并发症是什么原因引起的？如何防治？	(186)
什么叫糖尿病胃麻痹？	(186)
西医如何治疗糖尿病胃麻痹？	(187)
中医如何治疗糖尿病胃麻痹？	(187)
糖尿病合并消化性溃疡的原因是什么？	(189)
糖尿病胃部主要并发症有哪些？如何治疗？	(189)
糖尿病并发胃病有哪些汤食可供选用？	(190)
糖尿病并发胃病有哪些粥食可供选用？	(193)
第十八章 糖尿病性肠病	(197)

糖尿病并发症饮食疗法

何谓糖尿病性肠病？	(197)
糖尿病便秘是怎样发生的？如何处理？	(197)
糖尿病腹泻的原因有哪些？如何治疗？	(197)
糖尿病腹泻有何临床特点？	(198)
西医如何治疗糖尿病性肠病？	(198)
中医如何治疗糖尿病性肠病？	(198)
糖尿病便秘的饮食治疗原则有哪些？	(201)
糖尿病腹泻的饮食治疗原则有哪些？	(201)
糖尿病腹泻有哪些汤食可供选用？	(202)
糖尿病腹泻有哪些粥食可供选用？	(204)
糖尿病便秘有哪些汤食可供选用？	(206)
糖尿病便秘有哪些粥食可供选用？	(207)
第十九章 糖尿病与肝病	(211)
糖尿病患者肝胆疾病的发生情况怎样？	(211)
糖尿病与肝病之间有何关系？	(211)
糖尿病并发脂肪肝是怎样发生的？	(212)
西医如何治疗糖尿病并发脂肪肝？	(212)
中医如何治疗糖尿病并发脂肪肝？	(213)
糖尿病并发脂肪肝饮食治疗原则是什么？	(213)
糖尿病是如何并发肝硬化的？	(214)
西医如何治疗糖尿病并发肝硬化？	(214)
中医如何治疗糖尿病并发肝硬化？	(214)
糖尿病并发肝硬化饮食治疗原则有哪些？	(215)
为什么糖尿病并发胆囊炎比较多见？	(216)
糖尿病患者为什么并发胆结石的多？	(216)
糖尿病并发胆囊炎胆石症如何治疗？	(216)
糖尿病并发肝胆病有哪些汤食可供选用？	(217)

糖尿病并发肝胆病有哪些粥食可供选用？	(218)
第二十章 糖尿病足	(221)
何谓糖尿病足？	(221)
糖尿病足的发生与什么有关系？	(221)
患糖尿病一定会发生糖尿病足吗？危险因素有哪些？	(222)
糖尿病足缺血性病变有何特点？	(222)
糖尿病足神经病变有何特点？	(222)
糖尿病足有哪些临床表现？	(223)
糖尿病足诊断要点有哪些？	(224)
糖尿病足的发病原因有哪些？	(225)
何谓糖尿病下肢血管病变？其病理基础是什么？	(225)
下肢缺血的主要体征有哪些？	(226)
糖尿病下肢动脉硬化的临床特点是什么？	(227)
糖尿病下肢坏疽的临床特点是什么？	(228)
怎样预防糖尿病下肢坏疽？	(228)
西医如何治疗糖尿病足？	(229)
中医如何治疗糖尿病足？	(230)
足部保护应该注意的事项有哪些？	(233)
糖尿病足有哪些汤食可供选用？	(234)
糖尿病足有哪些粥食可供选用？	(236)
第二十一章 糖尿病并发感冒	(238)
糖尿病并发感冒如何治疗？	(238)
糖尿病并发感冒的饮食治疗原则有哪些？	(238)
糖尿病并发感冒有哪些汤食可供选用？	(239)
糖尿病并发感冒有哪些粥食可供选用？	(241)
第二十二章 糖尿病并发气管炎	(243)
糖尿病并发气管炎如何治疗	(243)

糖尿病并发气管炎的饮食治疗原则有哪些？	(243)
糖尿病并发气管炎有哪些茶疗方可供选用？	(244)
糖尿病并发气管炎有哪些汤食可供选用？	(245)
糖尿病并发气管炎有哪些粥食可供选用？	(249)
第二十三章 糖尿病并发肺炎	(252)
糖尿病并发肺炎的种类有哪些？	(252)
糖尿病并发肺炎如何治疗？	(253)
糖尿病并发肺炎的饮食治疗原则有哪些？	(253)
糖尿病并发肺炎有哪些汤食可供选用？	(254)
糖尿病并发肺炎有哪些粥食可供选用？	(256)
第二十四章 糖尿病并发肺结核	(261)
糖尿病为何容易并发肺结核？二者有何关系？	(261)
西医如何治疗糖尿病并发肺结核？	(261)
中医如何治疗糖尿病并发肺结核？	(262)
糖尿病并发肺结核饮食治疗原则是什么？	(263)
糖尿病并发肺结核有哪些汤食可供选用？	(264)
糖尿病并发肺结核有哪些粥食可供选用？	(267)
第二十五章 糖尿病并发眼病	(269)
糖尿病眼部并发症有哪些？	(269)
糖尿病性视网膜病变分为哪几类？	(270)
糖尿病性视网膜病变与哪些因素有关？	(270)
糖尿病性视网膜疾患是如何发生的？	(271)
糖尿病性视网膜病变时眼底的特征是什么？	(272)
西医如何治疗糖尿病性视网膜病变？	(273)
中医如何治疗糖尿病性视网膜病变？	(273)
对糖尿病患者眼的保护有哪些具体方法？	(275)
如何保护糖尿病性视网膜病变患者的视力？	(276)