

刘芳 姚庆姑 主编

专家解答 糖尿病

姓名

性别

年龄

科别

日期

处方:

姓名

性别

门诊号

住院号

收费处

盖章处

临床诊断

标本种类

送检医师

送检日期

采样日期

药价

挂号费丛书

代

329

329

329

32

32

31

3

3

请在需检项目编号上加○

劳 公 自 其

ZHUANJIA JIEDA TANGNIAOBING

专家解答 糖尿病

挂
号
费
丛
书

刘芳 姚庆姑 主编

上海科学技术文献出版社

图书在版编目(CIP)数据

专家解答糖尿病 / 刘芳, 姚庆姑主编. — 上海: 上海科学技术文献出版社, 2004.7

(挂号费丛书)

ISBN 7 - 5439 - 2320 - 3

I. 专… II. ①刘… ②姚… III. 糖尿病 - 防治
IV. R587.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第031938号

责任编辑: 何 蓉

封面设计: 逸飞视觉设计

专家解答糖尿病

刘 芳 姚庆姑 主编

*

上海科学技术文献出版社出版发行

(上海市武康路2号 邮政编码 200031)

全国新华书店经销

上海教育学院印刷厂印刷

*

开本 850 × 1168 1/32 印张 5.5 字数 137 000

2004年7月第1版 2004年7月第1次印刷

印数: 1 - 5 100

ISBN 7 - 5439 - 2320 - 3 / R · 628

定价: 12.50 元

专家

解答

糖尿病

内容提要

本书以通俗的语言、问答的形式,比较全面地解答了糖尿病病人十分关心的糖尿病基本概念、诊断、饮食控制、运动疗法和药物治疗以及各种常见并发症的防治等问题,并对糖尿病与高血压、高血脂、肥胖、妊娠、泌尿系统疾病、手术等相关知识以及对糖尿病病人的心理关怀、预防和保健的方法,结合最新医学进展作了介绍。

挂号
费
丛
书

性

号

费

丛

书

总

序

随着人们物质文化生活水平的提高,一旦生病,就不再满足于“看病拿药”了。人们希望了解自己的病是怎么得的?怎么诊断?怎么治疗?怎么预防?当然这也和疾病谱的变化有关。过去,患了大叶性肺炎,打几针青霉素,病就好了。患了夜盲症,吃些鱼肝油丸,也就没事了。至于怎么诊断、治疗,怎么预防,人们并不十分关心。因为病好了,没事了,事过境迁,还管它干嘛呢?可是现代的病不同了,许多的病需要长期治疗,有的甚至需要终生治疗。许多病不只需要打针服药,还需饮食治疗、心理调适。这样,人们自然就需要了解这些疾病的相关知识了。

到哪里去了解?当然应该问医生。可是医生太忙,有时一个上午要看四五十位病人,每看一位病人也就那么五六分钟,哪有时间去和病人充分交谈。病人的困惑不解,自然对医疗服务不满意,甚至对医嘱的顺从性就差,事实上便影响了疗效。

病人及其家属有了解疾病如何防治的需求,而门诊的医生爱莫能助。这个矛盾如何解决?于是提倡普及医学科学知识,报刊、杂志、广播、电视都常有些介绍,这些对一般群众增加些防病、治病知识,当然甚好,但对于患了某病的病人或病人的家属而言,就显得不够了,因为他们有很多很多的问题要问。把与某一疾病相关的知识汇集成册,是

挂

号

费

丛

书

总
序

一个好主意,病人或家属一册在手,犹如请来了一位家庭医生,随时可以请教。

上海科学技术文献出版社有鉴于此,新出一套“挂号费丛书”。每册之售价恰为市级医院普通门诊之挂号费,故以名之。“挂号费丛书”尽选常见病、多发病,聘请相关专家编写该病的来龙去脉、诊断、治疗、护理、预防……,凡病人或家属可能之疑问,悉数详尽解述。每册十余万字,包括数百条目,或以问答方式,一问一答,十分明确;或分章节段落,一事一叙一目了然。而且作者皆是各科专家,病人或家属所需了解之事他们自然十分清楚,所以选题撰稿,必定切合需要。而出版社方面则亦在字体、版式上努力,使之更能适应各阶层、各年龄之读者需要。

所谓珠联璧合,从内容到形式,“挂号费丛书”确有独到之处。我相信病人或家属读了必能释疑解惑,健康的人读了亦必有助于防病强身。故在丛书即将出版之时,缀数语于卷首,或谓之序,其实即是叙述我对此丛书之认识,供读者参考而已。不过相信诸位读后,必谓我之所言不谬。

复旦大学附属中山医院内科学教授
上海市科普作家协会理事长

杨秉辉

2004年7月

专家解答糖尿病

序言

本书作者副主任医师刘芳博士从事临床工作多年,尤在糖尿病防治方面积累了丰富的经验。她和同事们在繁忙的工作之余编写此书,很是难得,深表庆贺。

此书比较全面地阐明了糖尿病的近代新概念及各种防治措施,对临床医师具有参考价值,尤其对广大糖尿病病人及其亲属会有很大的帮助。

随着人们寿命的延长、饮食结构的改变和体力活动的减少,糖尿病在世界范围内广泛流行,我国糖尿病的发病率也正在快速上升,全国约有 2 000 万患者,故而糖尿病已成为严重威胁人类健康的一大疾病,其慢性并发症是病人致死、致残的主要原因,不仅使糖尿病病人的生活质量下降,而且明显加重了社会医疗负担。因此,糖尿病防治和教育工作早已成为医学界的重要课题。此书将有助于糖尿病防治宣教工作。我衷心希望本书能在糖尿病防治和普及糖尿病知识等方面起到积极的推动作用。

复旦大学附属华山医院
内分泌科教授、博士生导师
俞茂华

挂号费丛书

随着国民经济的飞速发展和人们生活方式、饮食结构的改变,我国糖尿病的发病率越来越高,在上海市,约每 10 人中就有 1 人罹患糖尿病。由于糖尿病这种疾病的特殊性,很好地控制病情和有效预防并发症并非单靠医生开点药就能轻而易举达到目的,而需要医护人员、病人自己和家属的共同努力,采取饮食、运动、药物、监测和教育五方面的综合疗法,才能使病情长期趋于稳定,减少或延缓并发症的发生,延长病人的生命旅程。但广大糖尿病病人对糖尿病的知识往往是一窍不通或一知半解,甚至存在许多认识上的“误区”,以致不能遵循医嘱,积极配合治疗而直接影响治疗效果。世界卫生组织已经把糖尿病宣传教育置于非常重要的位置,将每年的 11 月 14 日定为“世界糖尿病日”,2003 年“世界糖尿病日”的主题是“糖尿病会损害你的肾脏”。其实,糖尿病控制不良时损害的何止是你的肾脏!世界卫生组织曾把“无知的代价”作为主题,来反映、提醒糖尿病病人由于对该病知识的缺乏而导致大量眼病、肾病、神经病变和心脑血管病变等严重并发症的出现。因此,糖尿病病人的教育刻不容缓、势在必行。本书就是基于目前广大糖尿病病人必须掌握的一些基本概念和知识而编写的,力求做到简单实用、通俗易懂,以达到普及糖尿病知识、完善糖尿病教

■
专
家
解
答
糖
尿
病
■

前
言

育、帮助病人树立正确观念、提高广大糖尿病病人生存质量的目的。由于编者能力有限,难免有疏漏不当之处,敬请各位读者批评指正。

本书的顺利完成得益于为本书出版提供指导帮助和在多次审校中做了大量工作的上海市第五人民医院泌尿外科何家扬主任,在此致以深深的谢意!感谢各位编者在繁忙的工作中抽出时间、不计报酬地辛苦写作,感谢他们为广大病人作出的努力。

刘 芳
2004 年 7 月

挂
号
费
丛
书

糖尿病基本概念 1

什么是糖尿病 / 1

胰腺和胰岛是一回事吗 / 1

胰岛素怎样调节血糖水平？主要作用于哪些器官 / 2

可升高血糖的激素有哪些 / 3

人是怎么得糖尿病 / 3

1 型糖尿病是怎样发生的 / 3

2 型糖尿病是怎样发生的 / 4

我国 2 型糖尿病的流行现状如何 / 5

为什么现在患糖尿病的人越来越多 / 6

哪些感觉可提示怀疑早期糖尿病 / 7

糖尿病中期有什么表现 / 8

糖尿病晚期有什么表现 / 9

尿糖阳性就是糖尿病吗 / 10

目前糖尿病的诊断标准是什么 / 10

口服葡萄糖耐量试验怎么做才准确 / 11

糖尿病分哪几种类型 / 12

如何区分 1 型和 2 型糖尿病 / 12

胰岛素抵抗和 β 细胞功能减退在 2 型糖尿病发病中的作用如何 / 13

如何判断病人存在胰岛素抵抗 / 14

胰岛素抵抗综合征有哪些异常 / 15

糖尿病并发症的诊断

17

视物模糊就一定有糖尿病眼病吗 / 17

挂
号
费
丛
书

“手麻脚麻,像有虫子在爬”提示有哪种糖尿病并发症 / 17

糖尿病病人“腰酸脚肿,尿泡沫多”是怎么回事 / 18

尿微量蛋白检查对糖尿病肾病诊治有什么意义 / 19

为什么尿糖阳性要做 24 小时尿蛋白定量和内生肌酐清除率检查 / 19

糖尿病病人头晕提示什么 / 20

糖尿病病人“胸闷、心口难受”可能有什么并发症 / 20

糖尿病病人心血管病变的发生率高吗 / 21

糖尿病心血管病变通常有哪些临床表现 / 21

为什么糖尿病病人易出现“无痛性心肌梗死” / 22

如何早期诊治“无痛性心肌梗死” / 22

糖尿病病人会出现充血性心力衰竭吗 / 23

糖尿病病人会有哪些心室功能异常 / 23

糖尿病病人出现“老烂脚”提示发生什么并发症 / 24

“皮肤瘙痒或起泡,易抓破”是糖尿病皮肤病变吗 / 25

血管彩色超声多普勒检查对诊断糖尿病大血管病变有什么意义 / 25

为什么糖尿病病人经常有胃口不好、腹胀和便秘等症状 / 26

生活中易促发或加重糖尿病的危险因素有

哪些 / 26

为什么糖尿病病人抵抗力差,易发炎 / 27

为什么糖尿病病人肺结核的发生率高 / 27

糖尿病急性并发症的诊断 28

糖尿病急性酮症酸中毒是怎么回事 / 28

什么情况下会诱发糖尿病酮症或酮症酸中毒 / 28

糖尿病酮症时需要检查哪些指标 / 29

糖尿病非酮性高渗综合征是怎么回事 / 29

什么情况会诱发非酮性高渗综合征 / 29

糖尿病非酮性高渗综合征需要监测哪些体征和指标 / 30

糖尿病慢性并发症的治疗 31

糖尿病合并白内障怎么治疗 / 31

糖尿病眼底视网膜病变分几期 / 31

如何治疗糖尿病视网膜病变 / 32

糖尿病视网膜剥离的后果如何? 怎样治疗 / 32

什么药物可预防糖尿病肾病 / 33

怎样减少糖尿病肾病病人的尿蛋白漏出 / 33

糖尿病病人有早期肾病就不能用二甲双胍吗 / 34

糖尿病病人肾功能轻度受损时使用什么口

挂
号
费
丛
书

专家解答糖尿病

目 录

- 服降糖药 / 34
- 糖尿病病人若有尿素氮、肌酐升高怎么办 / 35
- 糖尿病终末期肾病(尿毒症)有什么治疗办法 / 35
- 高压氧对糖尿病病人有什么好处 / 36
- 什么样的糖尿病病人适合高压氧治疗 / 37
- 什么样的糖尿病病人不适合高压氧治疗 / 37
- 目前有哪些治疗糖尿病性周围神经病变的方法 / 37
- 糖尿病心血管病变有哪些危险因素? 怎样控制 / 39
- 在什么情况下糖尿病病人不能将血糖降得太低 / 40
- 可用哪些方法预防糖尿病心血管并发症 / 41
- 糖尿病合并“小中风”怎么办 / 41
- 糖尿病病人出现“老烂脚”就必须截肢吗 / 42
- 有哪些方法可促进烂脚愈合 / 42
- 怎样预防糖尿病足的出现 / 43
- 糖尿病合并大血管粥样硬化斑块形成, 如何治疗 / 44
- 糖尿病合并大血管血栓形成如何诊治 / 44
- 糖尿病的降糖治疗..... 46**
- 糖尿病的综合治疗包括哪些方面 / 46

挂
号
费
丛
书

专家解答糖尿病尿病

目录

- 糖尿病病人不吃饭就好吗 / 47
- 糖尿病病人最好忌吃哪些食品 / 48
- 糖尿病可多吃食物有哪些 / 48
- 为什么“总量控制、花样翻新”是糖尿病饮食治疗的总原则 / 49
- 食品有几大类 / 50
- 糖尿病饮食种类应怎么分配 / 51
- 何谓糖尿病饮食治疗的食物交换法 / 52
- 如何大致估计糖尿病病人每天所需热量，三餐热量怎么分配 / 55
- 糖尿病肾病病人饮食总原则是什么 / 57
- 早期肾病病人饮食应注意什么 / 57
- 第三期肾病病人饮食应注意什么 / 57
- 第四期肾病病人饮食应注意什么 / 57
- 第五期(氮质血症期)肾病病人饮食应注意什么 / 58
- 糖尿病合并尿毒症病人血透期间饮食应注意什么 / 59
- 糖尿病病人什么时候可以吃水果？如何吃 / 59
- 糖尿病病人运动有哪些好处 / 60
- 糖尿病病人选择哪些运动方式好 / 61
- 糖尿病病人运动前应作什么准备 / 62
- 糖尿病病人运动量多少最为合适 / 62
- 哪些糖尿病病人适合运动 / 63
- 哪些糖尿病病人不适合运动 / 63
- 什么样的病人饮食控制结合运动就可有效控制血糖 / 64

挂号费丛书

- 肥胖的糖尿病病人首选什么降糖药物 / 64
- 体型瘦的病人首选什么降糖药物 / 64
- 目前市售的磺脲类药物有哪些? 有什么特点 / 65
- 磺脲类药物降糖的作用原理是什么? 适用于哪些病人? 禁用于哪些病人 / 66
- 磺脲类药物有什么不良反应? 何时服药最好 / 66
- 磺脲类药物失效如何处理 / 67
- 双胍类药物有何优点? 适用于哪些病人 / 68
- 市售的双胍类药物有哪些 / 68
- 双胍类药物有什么不良反应? 哪些病人不应该服用双胍类药物 / 69
- 阿卡波糖(拜糖平)属于哪一类药物? 它有什么作用 / 69
- 阿卡波糖(拜糖平)有不良反应吗? 是否所有病人都可以用该药 / 70
- 目前已上市的列奈类药物有哪些? 它有什么优点 / 70
- 可改善胰岛素抵抗的药物有哪些 / 71
- 现已上市的列酮类药物有哪些? 适用于哪种糖尿病病人 / 71
- 列酮类降糖药有什么不良反应? 不适用于哪些病人 / 72
- 现在开发研究的新型降糖药物有哪些 / 72
- 2 型糖尿病不必使用胰岛素吗 / 73
- 哪些糖尿病病人必须用胰岛素 / 74

胰岛素有何优点？有什么不良反应 / 74

2 型糖尿病病人注射胰岛素就不必吃药了吗？与哪些降糖药合用为好 / 75

胰岛素有哪些种类和剂型？怎样应用 / 76

如何确定注射胰岛素的初始剂量？初始剂量如何分配 / 77

短效和中效胰岛素方案怎样改为预混胰岛素 / 79

胰岛素可取哪些部位进行注射？有哪些注射方式可供选择 / 79

用注射器注射胰岛素时，胰岛素单位怎么换算成毫升 / 79

现在有没有市售口服胰岛素 / 80

何时可将胰岛素改为口服药物治疗 / 80

糖尿病酮症酸中毒的治疗原则是什么 / 80

糖尿病酮症酸中毒应注意复查哪些指标？何时可停止补液 / 81

糖尿病非酮症性高渗性昏迷的治疗原则是什么 / 82

糖尿病自我监测 83

为什么糖尿病病人要做自我检测 / 83

糖尿病病人要监测哪些内容 / 83

糖尿病病人如何自我检查尿糖？其准确性如何 / 84

糖尿病病人怎样使用快速血糖仪检测自己的血糖 / 85

专

家

解

答

糖

尿

病

目
录

- 自我检测血糖适合于哪些人群 / 86
- 多长时间测一次手指血血糖为宜 / 86
- 血糖仪测定的手指血血糖准确吗? 检测结果与静脉血糖检测结果有什么不同 / 87
- 糖尿病病人一定会发生尿毒症、失明或截肢吗 / 87
- 糖尿病会影响病人的寿命吗 / 88
- 糖尿病病人的血糖控制到什么水平属最佳控制 / 88

糖尿病与血脂异常..... 90

- 糖尿病病人血脂异常危害有多大 / 90
- 糖尿病病人血脂异常分哪几种类型 / 90
- 糖尿病病人血脂异常可用什么药物治疗 / 91
- 糖尿病病人血脂应控制在什么水平以下 / 92

糖尿病与高血压 93

- 高血压对糖尿病病人有什么危害 / 93
- 糖尿病病人的高血压用什么药物治疗最佳 / 94
- 糖尿病病人的高血压治疗目标与一般高血压病人一样吗 / 95
- 为什么对糖尿病病人血压控制更应严格 / 96

挂
号
费
丛
书