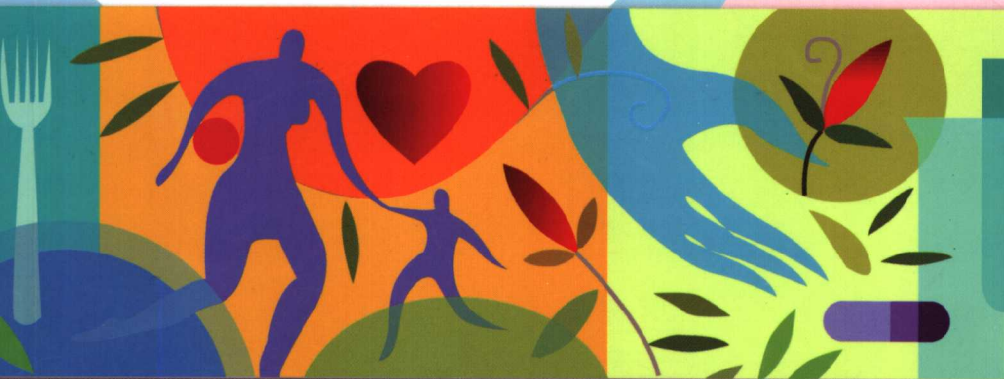


刘彦君 编著

女性与 糖尿病



人民卫生出版社

女性与糖尿病

刘彦君 编著

李振武 插图

人民卫生出版社

图书在版编目(CIP)数据

女性与糖尿病/刘彦君编著. —北京:

人民卫生出版社, 2004

ISBN 7-117-05857-9

I. 女… II. 刘… III. 女性-糖尿病-基本知识

IV. R587.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 118247 号

女性与糖尿病

编 著: 刘彦君

插 图: 李振武

出版发行: 人民卫生出版社(中继线 67616688)

地 址: (100078)北京市丰台区方庄芳群园 3 区 3 号楼

网 址: <http://www.pmph.com>

E - mail: pmph@pmph.com

印 刷: 北京市安泰印刷厂

经 销: 新华书店

开 本: 850×1168 1/32 印张: 6.375

字 数: 124 千字

版 次: 2004 年 1 月第 1 版 2004 年 5 月第 1 版第 2 次印刷

标准书号: ISBN 7-117-05857-9/R·5858

定 价: 11.00 元

著作权所有, 请勿擅自用本书制作各类出版物, 违者必究

(凡属质量问题请与本社发行部联系退换)



目 录

第一章 女性与男性的不同 (1)

1. 女性生理特点 (1)

2. 女性心理特点 (3)

3. 心理健康标志 (4)

4. 女性心理健康特征 (4)

5. 精神状态与糖尿病 (4)

6. 女性经济特点 (5)

7. 有多少女性患糖尿病 (5)

8. 女性糖尿病的特殊环节 (6)

第二章 女性与糖尿病的遗传 (7)

1. 糖尿病是遗传性疾病吗 (7)

2. 女性遗传 1 型糖尿病吗 (7)

3. 母亲对子女 1 型糖尿病的发病有哪些影响

..... (8)

4. 怀孕期间感染病毒为什么会导致孩子得 1 型

糖尿病 (9)

5. 1 型糖尿病的预测 (9)

6. 2 型糖尿病是怎样遗传的 (10)

7. 女性在 2 型糖尿病遗传中的作用 (11)

8. 低体重儿与 2 型糖尿病 (11)

9. 巨大儿与 2 型糖尿病 (12)



2	10. 肥胖小儿与 2 型糖尿病	(13)
	11. 女性与线粒体基因突变糖尿病	(13)
	12. 线粒体基因突变糖尿病的治疗	(14)

第三章 女性糖尿病的环境因素

	1. 什么是糖尿病的环境因素	(15)
	2. 牛乳喂养与 1 型糖尿病	(15)
	3. 长期饱食与女性糖尿病	(16)
	4. 烟酒嗜好与女性糖尿病	(17)
	5. 缺少运动与女性糖尿病	(19)
	6. 肥胖与女性糖尿病	(20)
3	7. 什么是标准体重	(24)
	8. 什么是体重指数	(25)
	9. 女性肥胖的标准	(25)
	10. 什么是中心性肥胖	(26)
	11. 怎样判断是否患有中心性肥胖	(26)
	12. 肥胖有哪些危害	(27)
	13. 年龄与女性糖尿病	(28)
	14. 妊娠与糖尿病	(28)
	15. 为什么妊娠时容易得糖尿病	(29)
	16. 哪些人妊娠时容易得糖尿病	(30)

第四章 性激素与女性糖尿病

4	1. 雄激素在糖尿病中的作用	(33)
	2. 雌激素与糖尿病的关系	(33)
	3. 女性糖尿病特有的征兆	(34)
	4. 女性 1 型糖尿病的特殊性	(36)



4	5. 女性 2 型糖尿病的特点	(36)
	6. 妊娠糖尿病	(37)
	7. 胰岛素与女性糖尿病	(37)
	8. 多囊卵巢综合征	(37)

第五章 糖尿病的急性并发症及女性发病

	特点	(39)
5	1. 女性糖尿病患者与酮症酸中毒	(39)
	2. 女性糖尿病患者与高渗性昏迷	(40)
	3. 一位女性糖尿病人乳酸酸中毒的经历	(41)
	4. 女性糖尿病患者与低血糖	(41)

第六章 糖尿病神经病变

	1. 什么是糖尿病神经病变	(43)
	2. 糖尿病周围神经病变	(44)
	3. 糖尿病周围神经病变的检查	(44)
6	4. 女性糖尿病人周围神经病变特点	(45)
	5. 糖尿病人自主神经病变	(45)
	6. 糖尿病人自主神经病变的检查	(45)
	7. 女性糖尿病人自主神经病变特点	(46)
	8. 怎样防治糖尿病神经病变	(46)

第七章 糖尿病患者心理障碍

	1. 什么是糖尿病病人心理障碍	(48)
	2. 否认	(49)
7	3. 抑郁	(50)
	4. 女性糖尿病人心理障碍特点	(50)
	5. 精神压力越大, 肚腩越大	(51)
	6. 怎样防治糖尿病人心理障碍	(51)

第八章 女性糖尿病患者常见的感染



1. 糖尿病与感染	(54)
2. 女性糖尿病与感染	(54)
3. 尿路感染	(54)
4. 真菌性阴道炎	(55)
5. 乳腺炎	(56)
6. 产后会阴伤口感染	(56)
第九章 女性糖尿病足	(57)
1. 什么是糖尿病足	(58)
2. 糖尿病足产生的原因	(58)
3. 高跟鞋与女性糖尿病足	(58)
4. 穿鞋要美观更要健康	(59)
5. 怎样保护脚	(61)
第十章 女性糖尿病眼病	(62)
1. 糖尿病眼病有哪些	(62)
2. 爱哭与糖尿病眼病有关吗	(64)
3. 女性糖尿病人怎样保护眼睛	(64)
第十一章 女性糖尿病的心脑血管病变	(65)
1. 为什么糖尿病患者容易得高血压	(65)
2. 糖尿病患者容易得冠心病吗	(66)
3. 为什么糖尿病患者容易得脑梗死	(66)
4. 女性糖尿病患者心脑血管病变的因素	(67)
5. 雌激素对心血管的保护作用	(67)
6. 绝经后的女性糖尿病患者应怎样预防 心脑血管病	(68)
7. 植物雌激素	(69)
第十二章 少女时期的糖尿病	(71)



- 12
1. 胰岛素治疗的目标 (71)
 2. 胰岛素治疗的注意事项 (72)
 3. 结交朋友,保持良好的心情 (73)
 4. 学会控制自己的血糖 (74)

第十三章 糖尿病女孩的青春与恋爱 (76)

- 13
1. 青春期身体的变化与血糖 (76)
 2. 月经对血糖的影响 (76)
 3. 青春期心情变化与血糖 (79)
 4. 女性糖尿病患者的恋爱 (79)
 5. 恋爱时血糖是否不易控制 (80)

第十四章 糖尿病姐妹的结婚生育 (81)

- 14
1. 糖尿病妇女能结婚吗 (81)
 2. 1型糖尿病妇女能生育吗 (83)
 3. 2型糖尿病妇女能生育吗 (83)
 4. 糖尿病合并妊娠 (84)
 5. 女性糖尿病人什么情况下不宜生育 (85)
 6. 女性糖尿病人什么情况下可以怀孕 (85)
 7. 什么是计划妊娠 (86)
 8. 为什么要计划妊娠 (87)
 9. 怀孕前就要严格控制血糖 (87)
 10. 糖尿病人妊娠前应该做哪些检查 (87)
 11. 准备生育的糖尿病妇女妊娠前应做哪些准备 (88)
 12. 妊娠给糖尿病孕妇带来哪些影响 (89)

第十五章 妊娠与糖尿病 (90)

- (011)
1. 什么是妊娠糖尿病 (90)
 2. 糖尿病合并妊娠和妊娠期糖尿病各 (90)



指什么	(91)
3. 妊娠期糖尿病分成哪几级	(92)
4. 处理好妊娠与糖尿病的关系	(93)
5. 什么样的人容易得妊娠糖尿病	(94)
6. 怎样防止妊娠糖尿病的漏诊	(94)
7. 妊娠糖尿病有哪些症状	(95)
8. 妊娠糖尿病可以治好吗	(95)
9. 妊娠期糖耐量减低的注意事项	(96)
第十六章 高血糖对胎儿的影响	(98)
1. 糖尿病孕妇的孩子会出现哪些问题	(98)
2. 怀孕不同时期高血糖对胎儿的影响及预防	(100)
第十七章 高血糖对母亲的影响	(102)
1. 高血糖对妊娠的影响	(102)
2. 高血糖对怀孕本身的影响	(103)
3. 糖尿病孕妇的高血压	(104)
4. 糖尿病孕妇的高血脂	(104)
5. 糖尿病孕妇的妊娠中毒症	(105)
6. 糖尿病孕妇的感染	(105)
第十八章 妊娠对糖尿病的影响	(106)
1. 妊娠对糖尿病的影响	(106)
2. 妊娠过程中血糖的变化	(107)
3. 妊娠与糖尿病酮症酸中毒	(107)
4. 妊娠与糖尿病视网膜病变	(108)
5. 妊娠与糖尿病肾脏病变	(109)
6. 妊娠与糖尿病尿路感染	(109)
7. 低血糖反应	(110)



第十九章 糖尿病孕妇怀孕期间的检查 (111)

1. 糖尿病孕妇的门诊 (111)
2. 妊娠过程中尿糖的排泄 (111)
3. 糖尿病孕妇尿糖的排泄 (113)
4. 血糖监测的重要性 (113)
5. 妊娠过程中的检查 (113)
6. 胎儿超声检查 (114)
7. 哪些方面需要医生指导 (115)
8. 什么样的糖尿病孕妇需要住院 (115)

第二十章 妊娠期糖尿病的治疗 (118)

1. 早孕反应 (118)
2. 妊娠中血糖控制标准 (118)
3. 得了妊娠糖尿病应该怎么办 (119)
4. 糖尿病孕妇的运动 (119)
5. 什么样的孕妇不宜运动 (120)
6. 体育锻炼与妊娠 (120)
7. 为什么糖尿病孕妇应适度运动 (121)
8. 适合糖尿病孕妇的运动方式 (122)
9. 糖尿病孕妇运动注意事项 (122)
10. 哪些糖尿病孕妇不宜运动 (123)
11. 妊娠糖尿病饮食治疗的目的 (123)
12. 妊娠时饮食结构要改变 (124)
13. 糖尿病孕妇的饮食疗法 (125)
14. 糖尿病孕妇出现妊娠呕吐时应该怎么办 (126)
15. 糖尿病孕妇怀孕期间应怎样补钙 (126)
16. 妊娠时为什么需要胰岛素治疗 (127)



17. 胰岛素不会导致胎儿畸形	(127)
18. 妊娠过程中胰岛素用量是怎样决定的	(127)
19. 妊娠过程中胰岛素使用量	(127)
20. 胰岛素的选择方法	(128)
21. 胰岛素泵	(129)
22. 使用胰岛素时应注意的问题	(129)
23. 妊娠时血糖如何控制	(130)
24. 如何避免低血糖的发生	(130)
25. 低血糖对母亲和胎儿的影响	(131)
26. 妊娠时怎样保护眼睛	(131)
27. 怎样保护肾脏	(132)
28. 养成良好的卫生习惯	(132)
29. 怎样控制血压	(132)
30. 糖尿病孕妇什么情况下需要住院	(133)
第二十一章 糖尿病产妇的分娩	(134)
1. 提前住院	(134)
2. 分娩时需要注意的问题	(135)
3. 选择分娩方式	(135)
4. 分娩前后胰岛素用量的变化	(136)
第二十二章 糖尿病产妇的产后护理	(137)
1. 产后会阴护理	(137)
2. 剖宫产后的护理	(137)
3. 糖尿病母亲可以给宝宝哺乳吗	(138)
4. 产后乳房的护理	(138)
5. 产后还需复查血糖	(139)
6. 糖尿病妇女产后何时开始锻炼为好	(139)
7. 哺乳期糖尿病妇女怎样预防低血糖	(140)



第二十三章 母亲高血糖对胎儿及新生儿的

影响 (141)

1. 糖尿病对胎儿的影响 (141)
2. 巨大儿 (142)
3. 低血糖反应 (142)
4. 先天畸形 (143)
5. 新生儿呼吸窘迫综合征 (143)
6. 高胆红素血症 (143)
7. 低钙血症 (144)
8. 智力障碍 (144)

第二十四章 怎样照料好糖尿病患者的

新生儿 (145)

1. 对新生儿的处理 (145)
2. 防止新生儿低血糖 (145)
3. 高胆红素血症的观察 (146)
4. 新生儿的喂养有什么特殊之处 (146)
5. 为什么糖尿病产妇应及早开奶 (146)

第二十五章 糖尿病患者如何照料子女, 预防

糖尿病 (148)

1. 糖尿病可以预防吗 (148)
2. 什么样的孩子容易患糖尿病 (149)
3. 养成良好的饮食习惯 (150)
4. 培养运动习性和爱好 (150)
5. 保持正常体重 (151)

第二十六章 中年妇女的糖尿病 (152)

1. 积极工作 (152)



2. 坚持治疗 (153)
3. 外阴瘙痒别大意 (153)
4. 糖尿病对女性性功能的影响有哪些 (154)
5. 糖尿病与女性性欲低下 (155)
6. 怎样测定基础体温 (155)
7. 怎样确定排卵期 (156)
8. 为什么糖尿病妇女不宜使用口服避孕药 (156)
9. 糖尿病妇女怎样避孕 (157)
10. 糖尿病妇女用避孕药需慎重 (158)
11. 什么是骨质疏松 (158)
12. 女性与男性骨质疏松的差异 (159)
13. 为什么妇女容易患骨质疏松 (160)
14. 骨质疏松症的表现 (160)
15. 什么是糖尿病性骨质疏松 (161)
16. 糖尿病骨质疏松的诊治 (162)
17. 怎样预防骨质疏松 (162)
18. 运动有助于防治骨质疏松 (163)
19. 预防骨质疏松的饮食注意事项 (163)
20. 女性更应补钙 (164)
- 第二十七章 老年妇女的糖尿病** (166)
1. 什么是女性更年期 (167)
2. 更年期有哪些症状 (167)
3. 怎样补充雌激素 (167)
4. 女性激素保护心脏 (169)
5. 女性定期锻炼可防糖尿病 (170)
6. 适当做家务劳动有益身心健康 (171)



7. 日常活动每分钟消耗的热量	(173)
8. 怎样计算运动消耗能量	(174)
9. 户外活动注意事项	(175)
10. 让家人了解自己的病情	(176)
11. 糖尿病导致老年女性认识能力下降	(176)
12. 破除迷信,相信科学	(177)
第二十八章 病友交流	(179)
1. 我的家很幸福(糖尿病友王笑蕾生育 前后)	(179)
2. 糖尿病预防的心得体会	(180)
3. 与病魔抗争 28 年从未离开自己的工作 岗位	(181)
4. 控制糖尿病的几点体会	(184)



女性与男性的不同

第一章

1

1. 女性生理特点

西方的传说中,上帝创造了女人—夏娃。科学告诉我们,是来自父母的性染色体决定了人的性别。女性和男性的生理差别是由于卵子和什么样的精子结合而决定的。如果和卵子结合的精子携带 X 染色体,那么这个受精卵就会在母亲体内发育成一个女孩子,如果和卵子结合的精子携带 Y 染色体,那么这个受精卵就会在母亲体内发育成一个男孩子。是 X 染色体决定了女性的特征。女人的一生中身体要发生很多变化,在人生的不同阶段,女人以不同的形象出现,比起男人来,女人的人生要丰富多彩。难怪有“女大十八变”的说法。女性的一生主要分为婴幼儿期、青春期、生育期、更年期和老年期。在婴幼儿时期,女孩子与男孩子除了进食量偏少以外,几乎没有大的差别。青少年时期身体的发育差异开始明显,女子体格矮小,体力较弱,声音尖细,青春期乳房发育,身材苗条;孕龄妇女



女性与男性的部分生理差异

	女性	男性
生命力 胎儿存活率	高	较低
平均寿命	长	
我国平均寿命	>70 岁	<70 岁
脂肪含量	22%	15%
耐受饥饿	5 天以上	很少超过 5 天
耐受失血	强	弱
意外伤害	少	多
心脑血管病	少	多
动脉硬化	1	3
肝癌	1	8
肺癌	1	5
骨癌	1	3
恶性淋巴瘤	1	3
白血病	1	2
溃疡病	1	3
支气管哮喘	1	2~3
肾小球肾炎	1	2
痛风	1	20
身高	矮	高
骨骼	细小	粗壮
肌肉	纤弱	发达
肺功能	弱小	强壮
佝偻病	多	少
缺铁性贫血	多	少



更加婀娜多姿、妩媚动人,怀孕、分娩、哺育子女,使女人尽显自我牺牲与慈爱、宽容,成为最神圣的生灵;中年之即,操持家务、参加社会劳动,女人承担着繁重的责任;更年期月经停止,更年期反应烦躁、睡眠差、多汗、焦虑等等,经过数年的更年期时间,女人进入安详的晚年。X染色体不仅使女性风采迷人,而且使女性生命力顽强,免疫力健全。下面是男女生理及疾病情况比较的一些数据,供大家参考。



2. 女性心理特点

女性的一生要经历多变的生理过程,月经周期、妊娠、生育、哺乳、更年期等等,这些改变受到大脑皮层和内分泌系统的调控,也受到心理活动的影响,这些生理变化又反过来影响到女性的情绪和心理变化。与男性相比,女性情绪波动大、感情脆弱、性格内向、羞涩、压