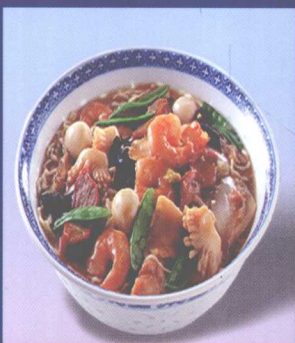
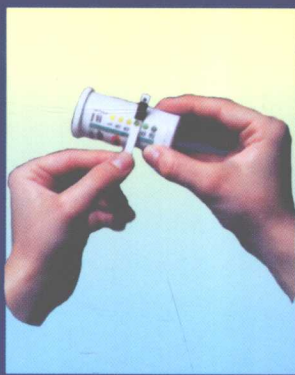


XINBIAN
TANGNIAOBING
FANGZHIZHINAN

新编 糖尿病防治指南

陈 艳 主编



金盾出版社

新编糖尿病防治指南

主 编

陈 艳

编著者

陈 艳 王国忠 杨英武 钟 民

孙红颖 牛跃华 黄艳民 张建华 杨葆华

金 盾 出 版 社

内 容 提 要

本书由中国中医研究院西苑医院糖尿病专家陈艳主任医师主编。全书以问答形式阐述了糖尿病的病因、临床表现、诊断、实验室检查、自我检测等内容,重点介绍了糖尿病的饮食疗法、口服降糖药和胰岛素治疗、运动疗法、中医治疗、常见并发症防治及糖尿病教育与护理等知识。本书内容丰富,深入浅出,语言通俗,实用性强,适合糖尿病患者及基层医务人员阅读。

图书在版编目(CIP)数据

新编糖尿病防治指南/陈艳主编. —北京:金盾出版社,2003.1
ISBN 7-5082-2262-8

I. 新… II. 陈… III. 糖尿病-防治 IV. R587.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 080099 号

金盾出版社出版、总发行

北京太平路 5 号(地铁万寿路站往南)

邮政编码:100036 电话:68214039 68218137

传真:68276683 电挂:0234

封面印刷:北京百花彩印有限公司

正文印刷:北京瑞兴印刷有限公司

各地新华书店经销

开本:850×1168 1/32 印张:10.5 字数:271 千字

2003 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

印数:1—15000 册 定价:15.00 元

(凡购买金盾出版社的图书,如有缺页、
倒页、脱页者,本社发行部负责调换)



插入试纸



开 机



滴 血



阅读结果

● 血糖检测系统

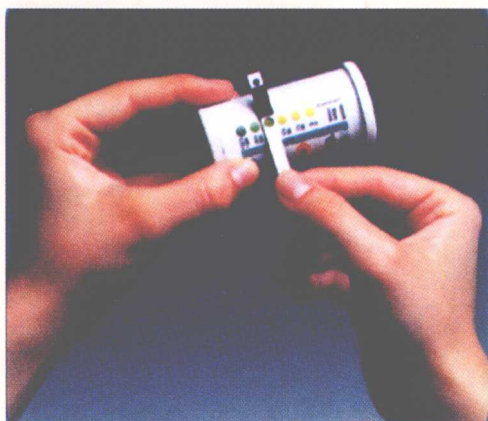


● 血糖试纸

10 秒显示结果

仅需 2 微升血

测试范围 0.6 ~ 33.3 毫摩 / 升



● 无痛采血笔

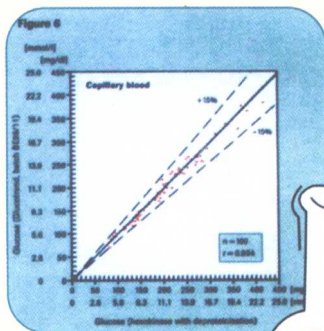
艺术性的针尖工艺

11 种可调节深度

让出血量恰到好处

● 实验室化验的精确度

血糖仪结果与大生化己糖
激酶法对照



前 言

糖尿病是仅次于心血管疾病和癌症之后的世界第三大疾病。据世界卫生组织(WHO)1997年报道,全球有1.25亿糖尿病患者,估计2025年将增加到3亿。中国是拥有世界第二大糖尿病患者人群的国家,1994年糖尿病患者就达2千万,到2002年全国糖尿病患者已达到4千万。目前我国糖尿病的患病率高达3.21%,并呈递增趋势。仅大城市的患病率就达5%~6%,其中一半被医师确诊患有糖尿病,而一半糖尿病患者未到医院接受检查,进行糖尿病的诊断。糖尿病容易发生各种并发症,常可导致心、脑、肾、神经及眼等多脏器损害,严重威胁人们的健康。基于上述情况,我们编写了《新编糖尿病防治指南》一书。

全书共分14个部分。第一部分概述了糖尿病的基础知识及其研究新进展。第二至第四部分介绍了糖尿病的病因、临床表现、实验室检查、自我检测及糖尿病诊断,并强调如何自我监测,以便早期发现糖尿病迹象,避免误诊、漏诊。第五至第十部分系统阐述了糖尿病饮食疗法、口服降糖药及胰岛素治疗、人工胰岛和胰岛移植、运动疗法、中医治疗等内容,重点介绍了近年新出现的口服降糖药的治疗特点;还强调了胰岛素治疗的必要性,充分展现了糖尿病治疗新进展。第十一至第十四部分重点介绍了糖尿病并发症的防治,主要对人们关心的实用性内容进行了解答。

本书内容丰富,深入浅出,语言通俗,实用性强,适合糖尿病患者与基层医务人员阅读。

由于我们的水平有限,书中不妥之处在所难免,恳请广大读者批评指正。

陈 艳

2002.6.26 于北京

目 录

一、基础知识

1. 胰岛激素从哪里来? 有何生理功能? (1)
2. 什么是糖尿病? (2)
3. 什么是1型糖尿病? (2)
4. 什么是2型糖尿病? (3)
5. 什么是LaDa糖尿病? (3)
6. 什么是线粒体基因突变糖尿病? 临床有何特点? (3)
7. 糖尿病如何分型? 1型、2型糖尿病各有何特点? (4)
8. 什么叫蜜月期? 为什么在蜜月期胰岛素需求量减少? (7)
9. 青春期对1型糖尿病有何影响? (7)
10. 1型糖尿病患者能突然停用胰岛素吗? (8)
11. 为什么城市居民糖尿病的发病率比农村高? (8)
12. 糖尿病会遗传吗? (9)
13. 什么叫血糖? 血糖浓度是如何维持的? (10)
14. 什么叫肝糖原? 肝糖原从哪里来? 什么叫糖异生作用? 有何意义? (10)
15. 如何理解“初相胰岛素分泌”? 其临床意义是什么? (11)
16. 糖尿病患者三天不吃饭空腹血糖会降低吗? 不规律饮食危害性有哪些? (12)
17. 引起糖尿病患者血糖升高的原因有哪些? 高血糖有何危害性? (12)
18. 积极控制餐时高血糖有何重要意义? (14)

19. 如何理解糖耐量增龄变化? (14)
20. 为什么糖耐量减低者易患心血管疾病? (14)
21. 什么是正常糖耐量? 什么是糖耐量减低? (15)
22. 糖耐量减低是糖尿病吗? (16)
23. 何谓肥胖症? 与糖尿病有何关系? (16)
24. 何谓胰岛素抵抗? 肥胖型糖尿病患者易产生胰岛
素抵抗吗? (18)
25. 什么是胰岛素抵抗综合征? (19)
26. 吸烟对胰岛素敏感性有影响吗? (19)
27. 何谓苏木杰反应? 何谓黎明现象? 苏木杰反应和
黎明现象有何不同? (20)
28. 糖尿病有哪些危害? (21)
29. 糖尿病的发病形式有几种? (21)
30. 气候变化能引起糖尿病病情反复吗? (22)
31. 糖尿病患者的主要死因是什么? (22)
32. 糖尿病患者是否可以结婚? 婚后能否怀孕? (23)
33. 糖尿病能根治吗? (24)

二、糖尿病的病因、病理及临床表现

34. 西医如何认识糖尿病的病因? (25)
35. 中医如何认识糖尿病的病因? (25)
36. 糖尿病的诱发因素是什么? (27)
37. 1 型、2 型糖尿病的发病原理是什么? (28)
38. 糖尿病的主要症状是什么? (29)
39. 糖尿病有哪些早期信号? (30)
40. 糖尿病患者都有自觉症状吗? (31)
41. 为什么有的糖尿病患者出现消瘦? 有的出现肥胖?
有的呈高胰岛素血症? (31)

三、糖尿病的实验检查与自我检测

42. 血糖的测定方法有哪些? 为什么血糖值有差别? (33)
43. 空腹、餐后全血血糖与血浆血糖正常值各多少? (34)
44. 什么叫糖尿? 何谓肾糖阈? 肾性糖尿是怎么回事? (34)
45. 怎样使用尿糖试纸? (35)
46. 测 24 小时尿糖定量怎样留尿标本? (36)
47. 什么是四段尿? (36)
48. 什么是四次尿糖? (37)
49. 尿量与尿糖有什么关系? (37)
50. 尿量和尿次的变化与胰岛素治疗有何关系? (38)
51. 什么是糖化血红蛋白? 其临床意义是什么? (39)
52. 胰岛素强化治疗对控制糖尿病并发症有何意义? 糖
化血红蛋白与平均血糖水平的关系怎样? (40)
53. 什么是胰岛素释放试验? 有何临床意义? (41)
54. 什么是 C 肽? C 肽测定有何临床价值? (42)
55. 怎样留取 C 肽测定标本? 注意事项是什么? (42)
56. 哪些患者适合做静脉葡萄糖耐量试验? (43)
57. 影响口服葡萄糖耐量试验的因素有哪些? (43)
58. 口服葡萄糖耐量-胰岛素释放试验如何测定? (44)
59. 血液流变学检查包括哪些内容? 有何临床意义? (44)
60. 什么是酮体? 如何自查尿酮体? (45)
61. 酮尿症与酮血症的关系如何? (46)
62. 糖尿病酮症酸中毒时的检验指标有何异常? (47)
63. 糖尿病患者在哪些情况下要注意检查尿酮体? (47)

64. 为什么糖尿病患者要查血脂? (48)
65. 尿蛋白定量的临床意义是什么? (48)
66. 为什么糖尿病患者要定期检查肝、肾功能? (49)
67. 为什么肝功能不全时胰岛素用量随之波动? 肾功能不全时胰岛素用量减少? (50)
68. 在什么情况下容易出现尿糖阳性而血糖正常? (50)
69. 为什么有的糖尿病患者血糖增高而尿糖为阴性? (51)
70. 自我监测血糖和尿糖有哪些好处? (51)
71. 糖尿病患者怎样自我监测血糖? 监测血糖有什么重要性? (51)
72. 糖尿病患者怎样自我监测尿糖? 尿糖测定时应该注意什么? (52)
73. 糖尿病控制的化验标准是什么? (53)

四、糖尿病的诊断

74. 糖尿病的诊断包括哪些内容? (55)
75. 世界卫生组织诊断糖尿病的标准是什么? 糖耐量异常标准是什么? (55)
76. 美国糖尿病学会诊断糖尿病的标准是什么? 与世界卫生组织的诊断标准有何区别? (56)
77. 美国卫生实验院的糖尿病诊断标准与世界卫生组织的有什么不同? (58)
78. 我国诊断糖尿病的标准是什么? (58)
79. 兰州会议制定的糖耐量诊断标准与修订后标准有何不同? (59)
80. 如何诊断老年性糖尿病? (60)
81. 诊断老年性糖尿病时应注意什么? (61)
82. 儿童糖尿病与成人糖尿病有何不同? 儿童糖尿病的诊断标准是什么? (61)

83. 妊娠糖尿病的诊断标准是什么?	(63)
84. 如何诊断妊娠糖尿病?	(63)
85. 诊断妊娠糖尿病时应注意什么?	(64)
86. 糖尿病为什么容易漏诊?	(65)
87. 出现多饮、多尿能诊断为糖尿病吗?	(66)
88. 糖尿病应与哪些疾病鉴别?	(66)

五、糖尿病的饮食疗法

89. 防治糖尿病的目的是什么? 防治措施有哪些?	(69)
90. 糖尿病的治疗原则是什么?	(70)
91. 糖尿病的饮食疗法有什么意义?	(70)
92. 糖尿病饮食疗法的主要原则是什么?	(71)
93. 维生素不足对糖尿病有何影响?	(72)
94. 膳食纤维能改善糖代谢吗?	(73)
95. 铬元素对糖尿病有何影响?	(73)
96. 镁元素对糖尿病有何影响?	(74)
97. 锌元素对糖尿病有何影响?	(75)
98. 钾元素对糖尿病有何影响?	(75)
99. 钙元素对糖尿病有何影响?	(76)
100. 成年糖尿病患者所需热能与体重关系如何?	(76)
101. 糖尿病患者的总热能如何计算?	(77)
102. 糖尿病患者全天主食需要量怎样分配?	(78)
103. 怎样计算糖尿病患者每日的热能?	(78)
104. 糖尿病患者不吃主食行吗?	(79)
105. 限制主食, 不限制副食有利于糖尿病的控制吗?	(80)
106. 糖尿病患者为什么进膳食纤维饮食好?	(80)
107. 嗜酒对糖尿病患者有何影响?	(82)
108. 欲饮酒的糖尿病患者应注意哪些问题?	(83)

109. 糖尿病患者应限制高盐饮食吗? (84)
110. 糖尿病患者怎样选用水果? (85)
111. 糖尿病患者怎样选用充饥食物? (86)
112. 糖尿病患者怎样灵活加餐? (87)
113. 饮食量和胰岛素用量有何关系? (88)
114. 为什么糖尿病患者宜食用荞麦、麸皮? (88)
115. 糖尿病患者能用甜味剂吗? (89)
116. 木糖醇能治疗糖尿病吗? (90)
117. 糖尿病患者饮食的计算有哪些方法? 如何进行
(05) 食物等值交换? (91)
118. 糖尿病患者宜常吃什么食物? 应禁忌哪些食物
(11) 和药物? (94)
119. 肥胖型糖尿病患者如何控制饮食以减轻体重?
(85) (96)
120. 对糖尿病性肾病患者的饮食有何要求? (97)
121. 糖尿病性肾病患者如何掌握水的摄入量? (98)
122. 糖尿病性肾病患者如何掌握食盐的摄入量? (99)
123. 糖尿病性肾病患者如何掌握蛋白质的摄入量?
(85) (100)
124. 糖尿病孕妇如何通过饮食控制保持最佳体重?
(85) (101)
125. 儿童糖尿病患者的饮食应如何安排? (102)
126. 老年糖尿病患者的饮食应注意哪些问题? (102)
127. 重症糖尿病患者食谱的制订原则是什么? (103)
128. 糖尿病酮症酸中毒患者食谱的制订原则是什么?
(08) (104)
129. 如何看待保健食品和保健品在糖尿病治疗中的
(58) 作用? (105)
130. 节假日或外出时的饮食该怎么办? (106)

六、糖尿病口服降糖药的治疗

131. 糖尿病口服降糖药分为几类? (108)
132. 目前常用的口服降糖药物每日剂量多少? 各有何特点? (110)
133. 影响磺脲类降糖药物效应的有关药品有哪些? (114)
134. 磺脲类降血糖药物有哪两种失效? (115)
135. 磺脲类口服降糖药引起的低血糖反应有哪些特点? (116)
136. 磺脲类口服降糖药产生继发性失效时,为什么要用胰岛素治疗? (116)
137. 磺脲类口服降糖药有哪些副作用? (117)
138. 优降糖治疗糖尿病有何特点? 如何服用? (117)
139. 优降糖引起的低血糖反应有何特点? (118)
140. 2型糖尿病应用优降糖失效时如何联合胰岛素治疗? (118)
141. 美吡达治疗糖尿病有何特点? 如何服用? (119)
142. 格列吡嗪控释片有何特点? 如何服用? (119)
143. 糖适平、克糖利治疗糖尿病有何特点? 如何服用? (120)
144. 格列齐特片Ⅱ(达美康)降血糖的机制是什么? (120)
145. 格列齐特片Ⅱ与格列齐特Ⅰ有哪些不同之处? (121)
146. 达美康治疗糖尿病有何特点? 如何服用? (121)
147. 达美康缓释片有何特点? 如何服用? (122)
148. 格列美脲(亚莫利、迪北、万苏平、圣平)降血糖的作用机制是什么? (123)

149. 格列美脲有何特点? 如何服用? (123)
150. 为什么格列美脲能降低体重、降低总胆固醇和低
密度脂蛋白? (124)
151. 双胍类降糖药的作用机制是什么? 其适应证有
哪些? (124)
152. 哪些糖尿病患者不宜服用双胍类降糖药? (125)
153. 肥胖型糖尿病患者为何不宜用优降糖而首选降
糖灵? 如何服用降糖灵? 应注意什么? (125)
154. 1 型糖尿病为什么不能单独应用降糖灵而必须与
胰岛素联合治疗? (126)
155. 为什么糖尿病并发肾病, 合并肺气肿、心肌梗死、
心力衰竭时不宜服用或禁用降糖灵? (126)
156. 降糖片、美迪康、迪化糖锭治疗糖尿病有何特点?
如何服用? (127)
157. 哪些疾病容易发生胰岛素抵抗? 二甲双胍能增
强胰岛素敏感性吗? (128)
158. 拜糖平治疗糖尿病有何特点? 如何服用? (129)
159. 罗格列酮(文迪雅)有何作用特点? 如何服用?
..... (129)
160. 哪些糖尿病患者适用于文迪雅治疗? 使用注意
事项有哪些? (130)
161. 曲格列酮能改善胰岛素抵抗吗? 如何使用? 应
注意什么? (130)
162. 诺和龙(瑞格列奈)降血糖的作用机制是什么?
..... (131)
163. 诺和龙有何作用特点? 如何服用? (132)
164. 那格列奈(糖力)能解决餐时高血糖吗? 如何服
用? (132)
165. 胰岛素和口服降糖药联合治疗糖尿病的优点是

- 什么? (133)
166. 口服降糖药继发性失效后,如何联合胰岛素治疗? (133)
167. 胰岛素和磺脲类药物联合应用具有胰岛素节约效应吗? 使用中应注意什么? (133)
168. 胰岛素和二甲双胍联合应用具有减弱胰岛素抵抗作用吗? 其优点是什么? (134)
169. 哪些患者适用胰岛素和二甲双胍联合方案? (135)
170. 胰岛素和拜糖平药物联合应用具有减轻体重效应吗? 使用中应该注意什么? (135)
171. 胰岛素和曲格列酮药物联合应用具有胰岛素节约效应吗? 使用中应该注意什么? (135)

七、糖尿病的胰岛素治疗

172. 胰岛素分为几类? 常用胰岛素的剂型及特点是什么? (137)
173. 什么是人胰岛素? 人胰岛素有哪些剂型? (139)
174. 什么是“超短效”人胰岛素? (139)
175. 什么是预混型胰岛素? (140)
176. 人胰岛素与动物胰岛素的区别是什么? (140)
177. 胰岛素在治疗糖尿病中有何重要地位? (141)
178. 胰岛素治疗的原则是什么? (141)
179. 哪些糖尿病患者需用胰岛素治疗? (143)
180. 哪些糖尿病患者更需要用人胰岛素治疗? (144)
181. 如何根据尿糖确定胰岛素初始剂量? (144)
182. 如何根据血糖确定胰岛素初始剂量? (145)
183. 如何根据生理需要量确定胰岛素初始剂量? 如何给予? (145)
184. 如何根据病情、体重估计胰岛素初始剂量? 如何

给予?	(145)
185. 如何根据尿糖调整胰岛素剂量?	(146)
186. 如何根据血糖调整胰岛素剂量?	(147)
187. 在胰岛素联合应用或补充治疗时, 如何调整胰岛素剂量?	(148)
188. 如何调整胰岛素维持量?	(148)
189. 怎样合理使用胰岛素?	(148)
190. 胰岛素补充治疗与替代治疗有何区别?	(149)
191. 为什么有的糖尿病患者使用胰岛素后尿量减少而尿糖却不减?	(150)
192. 影响胰岛素治疗作用的药物有哪些?	(151)
193. 胰岛素治疗有哪些不良反应?	(153)
194. 胰岛素引起的低血糖反应有哪些特点?	(153)
195. 为什么胰岛素治疗方案强调个体化?	(154)
196. 什么是胰岛素强化治疗? 强化治疗有哪些益处?	(154)
197. 常用胰岛素替代治疗的方案有哪些?	(155)
198. 开始小剂量胰岛素治疗的理论依据是什么?	(156)
199. 影响胰岛素治疗作用的因素有哪些?	(157)
200. 如何选择胰岛素注射部位? 胰岛素皮下注射应注意什么?	(158)
201. 腹部多点皮下注射胰岛素有哪些优点? 怎样减轻注射部位疼痛?	(159)
202. 抽取胰岛素应注意什么? 怎样准确抽取胰岛素?	(160)
203. 怎样保存各种胰岛素?	(161)
204. 使用胰岛素时应该注意什么?	(162)

八、人工胰岛和胰岛移植

205. 什么是人工胰岛? (164)
206. 胰岛素泵的特点是什么? (164)
207. 胰岛素泵和皮下注射有什么不同? (165)
208. 胰岛素泵的输注符合生理需求吗? 胰岛素血中
浓度稳定吗? (165)
209. 哪些患者适用于胰岛素泵治疗? (166)
210. 胰岛素泵治疗效果怎样? (167)
211. 使用胰岛素泵时能引起哪些并发症? 怎样防治? (167)
212. 糖尿病妊娠妇女选用胰岛素泵治疗的理由是什
么? 有何益处? (168)
213. 胰岛移植的现状如何? (169)
214. 胰岛移植对糖尿病患者有什么好处? (170)
215. 哪些 1 型糖尿病患者需胰岛移植? 胰岛移植存
在哪些问题? (170)

九、糖尿病的运动疗法

216. 运动疗法的临床意义是什么? (172)
217. 适合糖尿病患者的运动方式有哪些? 怎样估计
运动量? (172)
218. 糖尿病患者在哪些情况下不宜进行体育锻炼?
..... (173)
219. 糖尿病患者体育锻炼时应注意什么? (174)
220. 糖尿病并发微血管病变的患者, 活动时须注意什
么? (175)
221. 糖尿病性肾病患者可以参加运动吗? (176)
222. 根据运动量调整胰岛素用量的原则是什么? (176)
223. 家务劳动能代替运动疗法吗? (177)