

糖尿病系列丛书



中国糖尿病

保健咨询

主编 高彦彬

黑龙江科学技术出版社

5
58 1
0

95
R587.1
20
2

X4947/06

中国糖尿病保健咨询

主编 高彦彬

黑龙江科学技术出版社



3 0108 0385 0

C

112563



(黑)新登字第2号

责任编辑:常虹
封面设计:刘连生
版式设计:王莉

糖尿病系列丛书
中国糖尿病保健咨询
主编 高彦彬

黑龙江科学技术出版社出版
(哈尔滨市南岗区建设街41号)
哈尔滨工业大学印刷厂印刷
黑龙江省新华书店发行

787×1092毫米 32开本 9.0625印张 1插页 180千字
1993年10月第1版 1993年10月第1次印刷
印数:1—10000册 定价:5.90元
ISBN 7-5388-2015-9/R·260

《糖尿病系列丛书》编委会

顾 问 董建华

主 审 吕仁和

主任委员 高彦彬 卢 芳

副主任委员 巩如伦 刘宇晖 赵慧玲

委 员 (按姓氏笔画排列)

于秀辰 王 越 王友智 王秀琴

尹颖辉 卢 芳 冯兴忠 巩如伦

任 可 刘宇晖 吴朝辉 谷 励

周 剑 虹 晔 赵慧玲 胡继玲

钱秋海 高彦彬 陶晓华 瞿 辛

中国糖尿病保健咨询

主 编 高彦彬

副主编 刘宇晖 赵慧玲

编 者 (按姓氏笔画排列)

王秀琴 刘宇晖 李宇丹

巩如伦 曲秀芬 赵慧玲

虹 晔 高彦彬

序

糖尿病是内分泌代谢疾病中的常见病及多发病，其发病率在世界范围内有逐年增高的趋势。据统计，目前全世界约有1.2亿糖尿病患者，我国糖尿病总人数约有2 000万。在发达国家中糖尿病已被列为继心血管病、肿瘤之后的第三大疾病。由于糖尿病的病因至今尚未完全阐明，故尚缺乏根治措施。胰岛素的应用虽使糖尿病酮症酸中毒死亡率明显下降，但在糖尿病动脉硬化及微血管病变基础上的多种慢性并发症的发病率及病死率相对升高。目前糖尿病尤其是并发症的致死致残率严重威胁着人类健康，且无有效的防治措施。

中华民族是世界最早认识糖尿病的国家之一，早在2 000多年前，中国传统医学就有关于糖尿病（消渴病）的记载。在长期的医疗实践中积累了极为丰富的防治糖尿病及慢性并发症的宝贵经验。但由于种种原因，这些珍贵资料未受到应有重视，未得到全面、系统的整理。为探索防治糖尿病尤其是慢性并发症的新途径、新方法、新药物，为弘扬中国传统医学，促进糖尿病研究的深入开展，我们组织编写了《糖尿病系列丛书》。

这套丛书共五个分册，即《中国糖尿病文献索引》、《中国糖尿病医案选》、《中国糖尿病医方选》、《中国糖尿病防治特色》、《中国糖尿病保健咨询》。不仅对中国传统医学中糖尿病文献进行了较为全面、系统的整理，而且对中国传统医学古今治疗糖尿病及并发症的经验进行了较为系统的总结，同时吸收近年国内外糖尿病研究的新进展及新

成果。

本书的作者，绝大部分为长期从事糖尿病医疗、教学、科研的人员及本专业的研究生，也有部分临床经验丰富的眼科、神经科、外科、妇科、皮肤科医生及从事中医文献整理研究的学者。为全面挖掘、搜集、整理中国医学防治糖尿病的宝贵经验，我们先后查阅古今医籍1 200余种，近代期刊5000余卷。虽不能全部搜集中国传统医学有关糖尿病的文獻，但也可略见一斑。在收集资料的过程中曾得到北京图书馆、中国医学科学院图书馆、中国中医研究院图书馆、北京中医学院图书馆、黑龙江省图书馆、黑龙江中医学院图书馆等有关同志的大力协助，在此表示衷心感谢。

中国中医药学会糖尿病专业委员会主任委员、北京中医学院吕仁和教授担任本丛书的主审，在百忙中审阅了全部书稿，并提出许多宝贵修改意见。全国人大常务委员，中国中医药学会内科学会名誉主任委员，我国著名的中医专家，北京中医学院董建华教授担任本丛书的顾问，对于本丛书的编写给予了极大支持及热情鼓励。

值此本书出版之际，我们仅向这些中医前辈致以衷心的感谢！

由于作者水平所限，时间仓促，书中肯定会存在不少缺点和错误。恳请专家、同道、读者批评指正。

《糖尿病系列丛书》编委会

1992年于北京

前 言

《中国糖尿病保健咨询》系《糖尿病系列丛书》的一个分册。随着糖尿病发病率的逐年增高，对糖尿病的宣传教育工作已引起世界各国的重视，世界卫生组织将每年6月27日定为世界糖尿病日，以唤起全人类对糖尿病的重视。

与发达国家相比，目前我国对糖尿病的宣传教育还存在不少问题。绝大部分人们还不了解糖尿病的发病率日益增高的趋势及其对人类健康的严重威胁；大部分糖尿病患者还没有掌握糖尿病的防治及护理知识，因而也得不到应有的重视和治疗；个别医生还不能合理使用胰岛素及口服降糖药；部分患者由于受伪科学的宣传而轻信偏方，不但得不到系统治疗，反而使多种并发症发生。因此积极开展多途径、多形式的糖尿病宣传教育工作，普及糖尿病的防治知识是件十分重要十分紧迫的工作。

本书是在北京中医学院第一附属医院长期采用中医、中西医结合方法防治糖尿病的资料基础上，参考国内有关糖尿病文献、专著及近年国内外研究进展编写而成。不仅较系统地介绍了现代医学对糖尿病病因、病理的认识及诊断防治知识，而且较详细地介绍了传统医学对糖尿病及慢性并发症的防治方法，包括中药、针灸、气功、食疗等。取材实用、语言通俗。既是糖尿病患者及其亲友们的咨询指南，也是医护人员必备的参考读物。

由于我们的水平所限，书中肯定存在不少缺点或错误，敬请广大读者批评指正。

编 者

1992年12月于北京

目 录

一、糖尿病患者最关心的问题

1. 什么是糖尿病? (1)
2. 世界各国糖尿病发病情况如何? (1)
3. 我国糖尿病的发病情况如何? (2)
4. 糖尿病的危害如何? (2)
5. 糖尿病的主要死亡原因是什么? (3)
6. 治疗糖尿病的方法有哪些? 如何选择治疗方案?
..... (3)
7. 糖尿病能根治吗? (4)
8. 患了糖尿病后寿命就会缩短吗? (5)
9. 糖尿病遗传吗? (7)
10. 糖尿病患者能够结婚吗? (7)
11. 糖尿病患者能够妊娠生育吗? (8)

二、糖尿病基础知识

12. 什么叫物质代谢? 物质代谢分哪几个阶段? (9)
13. 什么是碳水化合物? 它有哪些生理功能? (10)
14. 什么是蛋白质? 它有哪些生理功能? (11)
15. 什么是脂类? 它有哪些生理功能? (12)
16. 什么叫血脂? 什么叫脂蛋白? (12)
17. 什么叫血糖? 血糖的来源和去路有哪些? (13)
18. 什么是糖原? 糖原的合成和分解有何生理
意义? (14)
19. 什么叫糖原异生作用? 有何生理意义? (15)
20. 什么是胰岛素? 体内胰岛素是由哪里分泌的? ... (15)

21.胰岛素有什么作用?	(16)
22.体内对抗胰岛素的激素主要有哪些? 它们对糖代谢有何影响?	(17)
23.正常人每天血糖有什么变化?	(19)
24.糖尿病时为何会出现高血糖?	(19)
25.何谓应激? 应激时血糖有什么变化?	(20)
26.何谓苏木杰氏反应? 何谓黎明现象?	(20)
27.高血糖对人体有什么影响?	(21)
28.糖尿病时为何会出现高脂血症及酮尿?	(22)
29.什么是胰岛素受体?	(23)
30.什么叫肥胖? 肥胖与糖尿病有何关系?	(23)
31.糖尿病是什么原因引起的?	(24)
32.胰岛素依赖型糖尿病发病机理如何?	(26)
33.非胰岛素依赖型糖尿病发病机理如何?	(27)
34.糖尿病的主要病理生理是什么?	(27)
35.糖尿病流行病学调查有何重要意义?	(30)

三、糖尿病的诊断与分型

36.糖尿病有哪些临床症状?	(31)
37.不同类型的糖尿病发病方式有何不同?	(32)
38.有多饮、多尿的症状就一定是糖尿病吗?	(32)
39.在什么情况下应怀疑糖尿病?	(33)
40.用于糖尿病诊断的实验室检查项目有哪些?	(34)
41.尿糖阳性就一定是糖尿病吗?	(34)
42.什么是肾性糖尿?	(35)
43.什么是假性糖尿?	(35)
44.什么叫肾糖阈?	(36)
45.什么是葡萄糖耐量?	(36)

- 46.口服葡萄糖耐量试验的适应症是什么? (36)
- 47.口服葡萄糖耐量试验的方法及正常值是什么? ... (37)
- 48.影响口服葡萄糖耐量试验的因素有哪些? (38)
- 49.哪些药物可影响葡萄糖耐量? (38)
- 50.胰岛素释放试验有何临床意义? (39)
- 51.C 肽测定有何临床意义? (39)
- 52.什么是糖基化血红蛋白? 测定的方法有哪些? ... (40)
- 53.测定糖基化血红蛋白的临床意义是什么? (41)
- 54.诊断原发性糖尿病应除外哪些内分泌病? (41)
- 55.我国兰州会议制定的糖尿病诊断标准是什么? ... (42)
- 56.世界卫生组织诊断糖尿病的标准是什么? (43)
- 57.糖尿病是如何分型的? (44)
- 58.胰岛素依赖型糖尿病有什么特点? (45)
- 59.非胰岛素依赖型糖尿病有什么特点? (46)
- 60.什么是营养不良伴有的糖尿病? (46)
- 61.其他类别糖尿病包括哪些疾病? (47)
- 62.什么叫妊娠糖尿病? (48)
- 63.糖耐量减低是糖尿病吗? (49)

四、糖尿病的防治

(一) 防治需知

- 64.糖尿病的防治包括哪些内容? (50)
- 65.糖尿病治疗的目的是什么? (50)
- 66.为使糖尿病患者自觉配合治疗, 医护人员应做哪
些工作? (51)
- 67.糖尿病患者在治疗中怎样才能密切配合治疗? ... (52)
- 68.精神因素对糖尿病有何影响? (53)
- 69.为什么在糖尿病治疗中必须重视心理调整? (53)

70.糖尿病患者如何摆脱烦恼、沮丧的情绪? (54)

(二) 饮食治疗

71.糖尿病饮食疗法的原则是什么? (56)

72.糖尿病患者为何要控制饮食? 控制饮食的目的是
什么? (56)

73.饮食治疗对 I 型和 II 型糖尿病有何不同要求? (57)

74.饮食控制是否只控制主食, 而副食不加控制? ... (57)

75.糖尿病患者为什么宜食高纤维素饮食? (58)

76.为什么糖尿病饮食要适当限制钠盐? (59)

77.糖尿病患者为何宜食植物油而应少食动物
脂肪? (60)

78.糖尿病患者为何不宜食用富含胆固醇的食物? ... (60)

79.糖尿病患者常用的食品包括哪几类? (62)

80.糖尿病患者常用食品所含营养成分各是多少? ... (62)

81.供给热能的营养素有几种? 各提供多少热量? ... (65)

82.50克米或面含糖、蛋白质、脂肪各多少? 共提供
多少热量? 与其他谷类食品如何换算? (65)

83.50克瘦猪肉内含蛋白质、脂肪各多少? 共提供多
少热量? 与其他肉类食品如何换算? (65)

84.250克牛奶含糖、脂肪、蛋白质各多少? 共提供多
少热量? 与其他豆乳类食品如何换算? (66)

85.500~750克甲种蔬菜提供多少热量? 一汤匙花
生油提供多少热量? (66)

86.糖尿病饮食计算需要哪几个步骤? 怎样计算? ... (67)

87.试举例说明怎样安排肥胖、消瘦、正常体重糖尿
病人的食谱? (68)

88.糖尿病患者全天的主食量如何分配? (71)

- 89.糖尿病患者每天应进多少碳水化合物合适? 是否
越少越好? (71)
- 90.糖尿病患者每天应进多少蛋白质合适? (73)
- 91.糖尿病患者每日应摄取多少脂肪合适? (73)
- 92.糖尿病患者如何食用营养丰富的豆类食品? (74)
- 93.糖尿病患者饮食控制感到饥饿怎么办? (75)
- 94.木糖醇能治糖尿病吗? (75)
- 95.药食两用的家庭常用菜有哪些? (76)

(三) 运动疗法

- 96.体育锻炼对糖尿病有何益处? (77)
- 97.糖尿病患者在什么情况下不能进行体育锻炼? ... (78)
- 98.糖尿病患者如何选择体育运动方式? (78)
- 99.糖尿病患者在体育锻炼时应注意哪些事项? (79)

(四) 口服降糖药治疗

- 100.目前国内常用的口服降血糖药物有哪几种? (79)
- 101.磺脲类降血糖药的作用机理是什么? (81)
- 102.磺脲类口服降糖药的适应症是什么? (82)
- 103.哪些糖尿病患者不适合服用磺脲类降糖药? (82)
- 104.磺脲类药物的毒副作用有哪些? (83)
- 105.各种磺脲类药物的特点是什么? (83)
- 106.第二代与第一代磺脲类降糖药有何不同? (85)
- 107.磺脲类降血糖药物失效有哪两种? (86)
- 108.有哪些药物影响磺脲类药的降血糖作用? (86)
- 109.应用磺脲类降糖药物出现低血糖时怎么办? (88)
- 110.双胍类降血糖药物的特点是什么? (88)
- 111.双胍类药物降血糖的机理是什么? (89)
- 112.哪些糖尿病患者适合用双胍类降糖药? (89)

113. 哪些糖尿病患者不能用双胍类降糖药?(90)
114. 双胍类降糖药的副作用有哪些?(90)
115. 糖尿病患者如何选用口服降糖药? 在什么情况下
应该调整、更换或联合用药?(91)

(五) 胰岛素治疗

116. 胰岛素治疗的适应症有哪些?(92)
117. 常用的胰岛素有哪儿类? 有何特点?(93)
118. 使用胰岛素时须注意哪些事项?(93)
119. 胰岛素治疗的目的是什么?(95)
120. 胰岛素制剂的选择及使用原则是什么?(96)
121. 使用胰岛素时开始的剂量应如何确定?(97)
122. 在注射胰岛素时为何早餐前用量最大? 午餐前用
量最小?(98)
123. 怎样根据血、尿糖变化调整胰岛素剂量?(98)
124. 怎样按病情轻重调整胰岛素及饮食?(99)
125. 怎样配制混合胰岛素? 配制时需注意什么?(100)
126. 当糖尿病的病情被适当控制后, 如何把原来的普
通胰岛素改为混合胰岛素?(101)
127. 注射胰岛素的病人为何要查四次四段尿?(102)
128. 原来用胰岛素治疗的Ⅱ型糖尿病病人, 怎样改用
口服降糖药?(103)
129. 糖尿病肾病或伴有严重的肝病时胰岛素的用量有
何变化?(104)
130. 需用胰岛素治疗的孕妇应如何掌握胰岛素用量? (104)
131. 糖尿病患者手术中怎样应用胰岛素?(105)
132. 影响胰岛素作用的药物和激素有哪些?(106)
133. 注射胰岛素的病人应如何灵活加餐?(106)

- 134.胰岛素治疗时易出现哪些并发症?(107)
- 135.胰岛素治疗中出现低血糖反应怎么办?(107)
- 136.胰岛素治疗中出现过敏反应怎么办?(108)
- 137.胰岛素治疗中出现浮肿、屈光失常、皮下脂肪萎缩怎么办?(109)
- 138.什么叫胰岛素抵抗?(109)
- 139.引起血糖增多的因素有哪些?(110)
- 140.引起低血糖的因素有哪些?(110)
- 141.如何选择胰岛素的注射部位?(111)
- 142.怎样贮存胰岛素?(111)
- 143.胰岛素的提纯与合成方法有哪些进步?(111)
- 144.什么叫胰岛素泵?(112)
- 145.胰腺和胰岛移植临床效果怎样?(113)

(六) 中医防治

- 146.什么叫消渴病? 它与糖尿病有何关系?(113)
- 147.中医对糖尿病的病因病机如何认识?(114)
- 148.中国传统医学在糖尿病防治方面有哪些突出贡献?(115)
- 149.中国传统医学治疗糖尿病的方法有哪些?(116)
- 150.中医是怎样对糖尿病辨证分型的?(116)
- 151.阴虚化热型糖尿病的临床特点是什么? 如何选方用药?(117)
- 152.气阴两虚型糖尿病临床特点是什么? 如何选方用药?(118)
- 153.气阴两虚兼瘀型糖尿病临床特点是什么? 如何选方用药?(120)
- 154.肝肾阴虚型糖尿病的临床特点是什么? 如何选方

- 用药?(120)
155. 阴阳两虚型糖尿病的临床特点是什么? 如何选方
用药?(121)
156. 治疗糖尿病的中成药有哪些? 如何选用?(122)
157. 全国名老中医治疗糖尿病的常用验方有哪些? ... (124)
158. 针刺对治疗糖尿病有什么作用?(132)
159. 针灸治疗糖尿病常选用哪些穴位?(132)
160. 针灸治疗糖尿病时应注意什么?(134)
161. 气功能够治疗糖尿病吗? 练功时须注意什么? ... (134)
162. 糖尿病患者宜选练哪几种功法?(135)
163. 怎样应用推拿疗法治疗糖尿病?(139)
164. 治疗糖尿病的单方验方有哪些?(139)
165. 糖尿病患者食疗方有哪些?(141)
166. 哪些中草药具有降血糖作用? 中医治疗糖尿病常
用的中草药有哪几类?(148)
167. 常用于降血脂的中草药有哪些?(151)

五、糖尿病合并症的防治

(一) 合并症的分类

168. 何谓糖尿病合并症?(154)
169. 糖尿病急性合并症有哪些?(154)
170. 糖尿病慢性合并症是如何分类的?(155)

(二) 糖尿病酮症酸中毒

171. 什么是酮症? 什么是糖尿病酮症酸中毒?(157)
172. 糖尿病酮症酸中毒常见的诱因有哪些?(157)
173. 糖尿病酮症酸中毒的临床表现有哪些?(158)
174. 糖尿病酮症酸中毒化验指标有哪些异常?(159)
175. 糖尿病酮症酸中毒如何使用胰岛素?(159)

- 176.糖尿病酮症酸中毒如何补液?(160)
177.糖尿病酮症酸中毒如何补钾? 如何纠酸?(161)

(三) 糖尿病高渗性昏迷

- 178.什么是高渗性非酮症性糖尿病昏迷?(162)
179.诱发糖尿病高渗性昏迷的因素有哪些?(162)
180.糖尿病高渗性昏迷的临床表现有哪些?(163)
181.诊断糖尿病高渗性昏迷的主要化验指标
是什么?(164)
182.糖尿病高渗性昏迷应怎样补液?(164)
183.糖尿病高渗性昏迷预后怎样? 如何预防?(165)

(四) 乳酸性酸中毒

- 184.什么是乳酸性酸中毒? 引起的原因有哪些? 如何
预防?(166)
185.引起糖尿病昏迷的常见病症有哪些?
如何鉴别?(167)

(五) 心血管病变

- 186.什么是糖尿病性大血管病变?(169)
187.糖尿病患者为何易患动脉硬化?(169)
188.什么是糖尿病微血管病变?(170)
189.糖尿病性心脏病有何特点?(171)

(六) 脑血管病变

- 190.糖尿病性脑血管病有何特点?(172)
191.糖尿病性脑血管病变急性期中医如何治疗?(173)
192.糖尿病性脑血管病恢复期中医如何治疗?(173)

(七) 糖尿病与高血压

- 193.糖尿病伴有高血压时治疗措施有哪些?(174)
194.糖尿病伴有高血压时为何不宜使用心得安?(177)