

NEW



糖尿病防治 新策略

主编 马秀云 王宗强

TANGNIAOBING

FANGZHI

XIN C



北京科学技术出版社

糖尿病防治新策略

主编 马秀云 王宗强

北京科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

糖尿病防治新策略/马秀云, 王宗强主编. - 北京: 北京科学技术出版社, 2005.1

ISBN 7-5304-3046-7

I. 糖... II. ①马... ②王... III. 糖尿病-防治

IV. R587.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 109408 号

糖尿病防治新策略

主 编: 马秀云 王宗强
策 划: 邬扬清 李源平
责任编辑: 吴翠姣 邬扬清
责任校对: 黄立辉
封面设计: 耕者设计工作室
出 版 人: 张敬德
出版发行: 北京科学技术出版社
社 址: 北京西直门南大街 16 号
邮政编码: 100035
电话传真: 0086-10-66161951 (总编室)
0086-10-66113227 (发行部)
0086-10-66161952 (发行部传真)

电子信箱: postmaster@bjkpress.com
网 址: www.bjkpress.com
经 销: 新华书店
印 刷: 保定市印刷厂
开 本: 850mm × 1168mm 1/32
字 数: 171 千
印 张: 10.125
版 次: 2005 年 1 月第 1 版
印 次: 2005 年 1 月第 1 次印刷
印 数: 1-8000

ISBN 7-5304-3046-7/R·756

定 价: 18.00 元



京科版图书, 版权所有, 侵权必究。

京科版图书, 印装差错, 负责退换。

编者名单

主 编 马秀云 王宗强

副主编 赵 军 王青妍 薛丽强 张 华
周玉莲

编 者 (按姓氏笔画排列)

马秀云	于丽霞	王青妍	王宗强
王朝鸿	刘 红	刘向红	任春华
李玉翠	李光善	李培梅	李晓丽
周玉莲	赵 军	姜丽梅	戚翠媛
董美娜	薛丽强		

前 言



随着人类寿命的延长及生活水平的提高，糖尿病的发病率越来越高。目前，人们对糖尿病的认识还存在许多误区。在一些错误观点的误导下，患者的高血糖及其引起的全身代谢紊乱得不到有效控制，久而久之，糖尿病并发症逐渐出现。有的患者出现了肾衰竭，最终只能依赖血液透析维持生命；有的患者因视网膜脱离而永远告别了光明的世界；有的患者因患糖尿病足而截肢致残；更有的患者因并发动脉粥样硬化而罹患脑血栓、脑出血、心肌梗死等急危重症。糖尿病一旦出现并发症，不仅会给患者带来巨大的精神压力和肉体痛苦，而且还会给家庭和社会造成沉重的负担。

作为临床一线从事糖尿病治疗、教育的专业人士，我们经常遇到患者由于对糖尿病的无知或误区而付出了惨重代价。其实，只要科学防治，糖尿病是完全可防可治的，许多痛苦和不幸是可以避免的。因此我们深感有必要让所有的人，尤其是糖尿病患者及其家属了解糖尿



病的防治知识，提高患者的自我保健、自我监护、自我治疗的能力，从而有效地控制糖尿病，使患者能像正常人一样生活、学习和工作，提高生活质量。这正是我们编写这本科普读物的初衷。

本书编写人员有中西医专业的博士、硕士、医生、护士、营养师。全书共分十四部分，针对大部分患者感兴趣的问题分门别类做了回答，是糖尿病患者可操作性的自我保健手册，是各类人员了解糖尿病前沿知识的有效途径。相信阅读此书，大家会有所收益，自己掌握糖尿病防治的主动权，告别热量摄入过多、运动量太少以及吸烟、酗酒等不良生活习惯，保持健康的体魄和充沛的精力，健康享受每一天。

马秀云

2004年8月

目 录



一、糖尿病概述

1. 什么是糖尿病?	3
2. 糖尿病, 你从哪里来?	3
3. 糖尿病离您有多远?	4
4. 糖尿病的治疗目的是什么?	6
5. 什么是血糖?	7
6. 糖以什么形式储存于体内?	8
7. 血糖来源都有哪些?	8
8. 影响血糖的因素有哪些?	9
9. 血糖的高低谁说了算?	9
10. 胰岛素有哪些生物学作用?	10
11. 胰岛素是如何对血糖发挥威力的?	10
12. 人一天中血糖有变化吗?	11
13. 什么是黎明现象和苏木杰反应? 有何区别? ...	12



14. 您知道代谢综合征吗？	13
15. 肥胖会引起糖尿病吗？	14
16. 随着年龄的增长，糖耐量异常导致糖尿病危险性增加，这是为什么？	15
17. 糖尿病遗传吗？	15
18. 有哪些表现的人该去医院检查是否得了糖尿病？	16
19. 糖尿病患者的病理变化过程有哪些？	17
20. 糖尿病为什么会有“三多一少”症状？	17
21. 有不知不觉就得了糖尿病的吗？	18
22. 糖尿病对人体健康有哪些危害？	20
23. 糖尿病并发症在哪些方面影响人体健康？	21
24. 及时合理的糖尿病治疗有哪些重要意义？	22
25. 怎样正确认识 and 对待糖尿病？	22
26. 患了糖尿病，去哪里求助？	24
27. 预防糖尿病及其并发症需了解哪些新的医学知识？	24
28. 糖尿病患者口服避孕药对糖尿病有影响吗？ ...	25
29. 一年四季的天气变化对糖尿病患者有什么影响？	26
30. 情绪紧张对糖尿病患者有什么影响？	27
31. 家人患了糖尿病应该注意些什么？	27



二、糖尿病诊断

1. 糖尿病的诊断标准是什么?	31
2. 怀疑自己得了糖尿病, 有什么新的检测手段? ...	31
3. 诊断糖尿病为什么要测空腹血糖?	32
4. 糖尿病分几型? 1 型和 2 型糖尿病可以相互转化吗?	32
5. 尿糖阳性都是糖尿病吗?	33
6. 血糖高就一定是糖尿病吗?	34
7. 为什么有的糖尿病患者无“三多一少”?	35
8. 为什么要查餐后血糖?	36
9. 测餐后 2 小时血糖什么时候开始计时?	36
10. 什么是葡萄糖耐量试验?	37
11. 什么是馒头餐试验? 测定胰岛素和 C-肽有何意 义?	38
12. 为什么要进行胰岛素释放试验? 具体方法是什么?	40
13. 检测胰岛细胞抗体有什么临床指导意义?	40
14. 为什么要检测胰岛素抗体?	41
15. 检测谷氨酸脱羧酶抗体的意义在哪儿? 能反映 什么问题?	42



三、糖尿病监测

1. 初次诊断出的糖尿病患者应做哪些检查？多长时间复诊一次？ 45
2. 监测血糖有何意义？如何监测？ 46
3. 血糖长期控制不理想会发生什么事情？ 48
4. 尿糖监测包括哪些？什么是次尿？什么是段尿？能说明什么？ 48
5. 什么是糖化血红蛋白？什么是 24 小时尿微量白蛋白排泄率？ 49
6. 你了解自己糖尿病控制得怎么样吗？糖尿病自我监控的标准有哪些？ 51

四、糖尿病并发症

1. 糖尿病有哪些急性并发症？它有哪些征兆？不去医院治疗会有生命危险吗？ 55
2. 什么情况下容易发生糖尿病酮症酸中毒？ 55
3. 什么情况下容易发生糖尿病非酮症高渗性昏迷？ ... 56
4. 因为血糖控制不好才得糖尿病并发症的吗？ 57
5. 糖尿病眼部病变有哪些？ 58
6. 失明了，是糖尿病惹的祸？ 59
7. 糖尿病性白内障患者白内障手术后视力能恢复正



常吗?	60
8. 糖尿病患者为什么应定期复查尿微量白蛋白? ...	61
9. 糖尿病患者为什么易得尿毒症?	61
10. 吸烟对糖尿病患者肾脏功能有影响吗?	63
11. 口服避孕药可能导致 1 型糖尿病患者肾损害吗?	64
12. 糖尿病足是什么意思? 得了糖尿病足一定要截 肢吗? 平时生活怎样预防?	65
13. 什么症状提醒你, 该去医院检查是否患了糖尿 病足?	66
14. 得了糖尿病, 易出汗、腹胀, 并出现手足刺痛、 麻木是怎么回事?	67
15. 什么情况下可以考虑为糖尿病并发末梢神经炎?	68
16. 什么是糖尿病单一性神经病变?	69
17. 什么是糖尿病性肌萎缩?	69
18. 什么是糖尿病神经性膀胱功能障碍?	70
19. 糖尿病患者为什么易患脑血栓?	70
20. 什么是糖尿病心脏病变? 无痛性心肌梗死是怎 么回事?	71
21. 糖尿病合并冠心病的发生危险因素都有哪些? ...	72
22. 什么情况下应警惕糖尿病患者无痛性心肌梗死?	72



23. 2 型糖尿病患者无症状心梗发病率高, 对远期预后有多大的影响? 73
24. 保证晨间血压稳定, 可以预防 2 型糖尿病血管并发症吗? 74
25. 治疗高血糖能减少心血管疾病的发生与发展吗? 74
26. 糖尿病患者血压高者选用降压药有什么讲究? ... 75
27. 糖尿病患者伴有高血压时首选什么降压药物? ... 76
28. 糖尿病患者联合应用降压药物有什么讲究? ... 77
29. 糖尿病高血压患者能否服用阿司匹林? 78
30. 糖尿病高血压患者应慎用哪类降压药物? 78
31. 糖尿病合并高血压患者新的降压标准是多少? ... 79
32. 糖尿病患者为什么应警惕血糖变化诱发的致死性心律失常? 79
33. 为什么糖尿病治疗中不能忽略降血压? 80
34. 糖尿病对生殖系统有影响吗? 80
35. 女性在生活中应该警惕的糖尿病信号是什么? ... 81
36. 什么是糖尿病性功能低下? 有什么表现? 82
37. 糖尿病男性患者常发生哪些性功能障碍? 82
38. 糖尿病女性患者常发生哪些性功能障碍? 83
39. 哪些人容易患勃起功能障碍? 84
40. 糖尿病患者出现勃起功能障碍时意味着伴有心脏疾病吗? 86



41. 男性糖尿病患者中勃起功能障碍发生率是多少？	87
42. 男性糖尿病患者服用“伟哥”对勃起功能有帮助吗？	87
43. 怎样治疗糖尿病性阳痿？	88
44. 怎样对待糖尿病女性患者的性健康？	88
45. 糖尿病患者应如何进行性生活？	91
46. 糖尿病妇女能补充性激素吗？	92
47. 糖尿病皮肤感染有哪些？	94
48. 有的患者血糖控制的可以，但有波动，并且伴皮肤瘙痒，喝酒、吃辣椒后加重，这是什么原因？	94
49. 糖尿病皮肤瘙痒症怎么治疗？日常生活中应重视什么？	95
50. 糖尿病患者为什么易患抑郁症？	96
51. 糖尿病患者发生抑郁症的危险性倍增吗？	96
52. 糖尿病患者抑郁症有什么表现？	97
53. 糖尿病患者抑郁症治疗的新方法是什么？	98
54. 糖尿病患者应该怎样对待抑郁症？	98
55. 女性糖尿病患者的抑郁症影响性功能吗？	99
56. 糖尿病患者易患骨质疏松吗？	100
57. 糖尿病患者骨质疏松症发生原因是什么？	100
58. 诊断治疗糖尿病患者骨质疏松症有什么新方法？	101



59. 糖尿病患者便秘的危害如何?	102
60. 什么是糖尿病胃轻瘫? 都有什么临床表现? ...	103
61. 糖尿病性腹泻有什么临床表现? 怎样治疗? ...	103
62. 出现低血糖症怎么办?	104
63. 对低血糖最敏感的组织细胞都有哪些?	106
64. 什么情况下不知不觉出现低血糖?	106
65. 什么是低血糖昏迷? 有什么危害?	107
66. 当发现低血糖昏迷患者时应怎样处置?	107

五、妊娠糖尿病

1. 什么是妊娠糖尿病?	111
2. 怎样进行孕妇的妊娠糖尿病筛查? 妊娠糖尿病 的诊断标准是什么?	111
3. 糖尿病患者孕前如何保证宝宝的健康?	113
4. 怀孕时患了糖尿病就意味着以后更可能患永久 性糖尿病吗?	113
5. 什么样的妇女妊娠应警惕有糖尿病?	114
6. 妊娠期高血糖的原因是什么?	115
7. 妊娠对糖尿病有何影响?	115
8. 怀孕会加重糖尿病肾病吗?	116
9. 糖尿病对孕妇和胎儿有何影响?	117
10. 糖尿病妊娠期是如何分级的?	119



11. 妊娠期糖尿病应怎样治疗?	119
12. 患糖尿病的孕妇需做哪些产前检查?	121
13. 患糖尿病的孕妇什么时候需中止妊娠?	122
14. 糖尿病患者中止妊娠时注意事项有哪些?	123
15. 糖尿病患者分娩时机和方式如何选择?	123
16. 糖尿病产妇产后应如何处理?	124
17. 糖尿病妇女什么情况下要禁止妊娠?	125
18. 患糖尿病的产妇母乳喂养应注意哪些问题? ...	125

六、儿童糖尿病

1. 少年儿童糖尿病发病特点是什么?	129
2. 儿童 2 型糖尿病, 都是肥胖惹的祸?	130
3. 儿童 2 型糖尿病增多的“元凶”是洋快餐? ...	131
4. 儿童糖尿病的治疗有什么特点?	132
5. 儿童糖尿病能否影响正常生长发育?	133

七、老年糖尿病

1. 什么是老年糖尿病?	137
2. 老年糖尿病的发病特点是什么?	137
3. 老年糖尿病的治疗有什么特点?	138
4. 怎样防止老年糖尿病无症状低血糖?	138



5. 怎样对待老年糖尿病患者的阳痿? 139

八、口服降糖药治疗

1. 口服降糖药有哪些? 可相互搭配使用吗? 143
2. 磺脲类降糖药物的作用机制是什么? 144
3. 磺脲类药物的低血糖反应给患者带来什么样的危害? 144
4. 肥胖型的患者, 能服用磺脲类降糖药物吗? ... 145
5. 双胍类降糖药物的作用机制是什么? 145
6. 双胍类药物有低血糖反应吗? 有药物失效现象吗?
..... 146
7. 哪种降糖药最好? 它们与其他药物一样, 都是
饭后服吗? 147
8. 为什么有的人吃降糖药不降糖? 148
9. 哪些情况不宜使用口服降糖药? 149
10. 拜唐苹降低餐后血糖的机制是什么? 150
11. 非磺脲类胰岛素促泌剂和磺脲类降糖药有什么
区别? 150
12. 什么时候应用胰岛素增敏剂? 151
13. 血糖正常了, 停药可以吗? 151



九、胰岛素治疗

1. 使用胰岛素治疗糖尿病的目的是什么? 155
2. 什么情况下使用胰岛素? 155
3. 胰岛素会成瘾吗? 用了胰岛素会变成“依赖型”
的吗? 157
4. 胰岛素有哪些种类和剂型? 近期有新出品的、
使用更方便的胰岛素吗? 158
5. 胰岛素使用有技巧吗? 具体方法有哪些? 160
6. 怎样注射胰岛素? 161
7. 您知道胰岛素注射笔吗? 162
8. 为什么有的人刚开始打胰岛素体重会增加? 能
否影响胰岛素的降糖效果? 163
9. 现在用随身携带的胰岛素笔, 能否影响胰岛素的
效价? 164
10. 什么是胰岛素泵? 164
11. 用胰岛素泵与常规胰岛素皮下注射相比有哪些
优点? 165
12. 哪些人适合安装胰岛素泵? 166
13. 装胰岛素泵是否需要开刀? 安上胰岛素泵会给
生活带来不便吗? 166
14. 胰岛细胞移植治疗糖尿病现况如何? 167