

# 甲状腺疾病和糖尿病

## 康复知识问答

KANGFU ZHISHI WENDA

郭庆玲◎主编



JIAZHUANGXIAN JIBING  
HE TANGNIAOBING

# 甲状腺疾病和糖尿病 康复知识问答

主    编 郭庆玲  
副主编 乙苏北 刘剑锋  
编写人员 (按姓氏笔画排序)  
    王  欢 王云玲 王平平  
    付春风 刘  然 李  欣  
    李  苒 张  林 张晓娜  
    韩晓霞 谢  辉 董攀攀  
    靳启芹  
顾    问 邢家骝

军事医学科学出版社  
· 北 京 ·

---

**图书在版编目(CIP)数据**

甲状腺疾病和糖尿病康复知识问答/郭庆玲主编.

-北京:军事医学科学出版社,2008.10

ISBN 978-7-80245-141-4

I. 甲… II. 郭… III. ①甲状腺疾病-康复-问答

②糖尿病-康复-问答 IV. R58-44

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第158764号

---

**出 版:** 军事医学科学出版社

**地 址:** 北京市海淀区太平路27号

**邮 编:** 100850

**联系电话:** 发行部:(010)66931051,66931049,81858195

编辑部:(010)86702759,66931127,66931039,

66931038,86703183

**传 真:** (010)63801284

**网 址:** <http://www.mmisp.cn>

**印 装:** 三河佳星印装有限公司

**发 行:** 新华书店

---

**开 本:** 850mm×1168mm 1/32

**印 张:** 6

**字 数:** 48千字

**版 次:** 2009年3月第1版

**印 次:** 2009年3月第1次

**定 价:** 15.00元

---

本社图书凡缺、损、倒、脱页者,本社发行部负责调换

# 前 言

甲状腺疾病和糖尿病均为常见的内分泌疾病。近几年随着人民生活水平的提高和饮食结构的改变,这两种疾病的发病率均有明显增加,尤其是甲状腺功能亢进和2型糖尿病已成为人们生活质量下降、医疗费用支出增高最主要的慢性疾病,而由糖尿病引发的心脑血管疾病导致的死亡率明显增加。重视甲状腺疾病和糖尿病,帮助患者及其亲人了解甲状腺疾病和糖尿病的基本知识和治疗新进展,使每个患者得到良好的治疗和护理是我们永远的宗旨。

甲状腺疾病和糖尿病的治疗是一个长期的过程,需要患者和医务人员良好的沟通和交流。本书从患者教育和家庭护理的角度介绍了甲状腺疾病和糖尿病的基本知识,对常见的甲状腺功能亢进、甲状腺功能减低、甲状腺炎和甲状腺癌的特点和治疗进行了介绍,对糖尿病及其并发症的治疗和护理也做了详尽的描述,简单明了、通俗易懂。无论是在家或者是住院,只要翻开这本书,就如一位医生或护士站在你的面前,你了解的内容——她会告诉你,帮助你找到所需要的相关知识。这本书可使你获得知识,学会自我保健,提高战胜疾病的信心。

希望本书能成为甲状腺疾病和糖尿病患者的良师益友。

刘剑锋

2009年2月10日

# 目 录

## 第一部分 甲状腺疾病

<b>第一章 甲状腺的基本知识</b> .....	(3)
1. 正常甲状腺的位置和重量是怎样的? .....	(3)
2. 甲状腺的功能是什么? .....	(4)
3. 甲状腺常发生哪些疾病? .....	(4)
4. 什么是甲状腺激素? .....	(4)
5. 甲状腺激素在体内起什么作用? .....	(4)
6. 哪些因素易造成甲状腺功能异常? .....	(5)
<b>第二章 甲状腺疾病的诊断与治疗</b> .....	(6)
1. 什么是甲亢? .....	(6)
2. 甲亢是遗传病吗? .....	(6)
3. 什么人易患甲亢? .....	(7)
4. 甲亢都有哪些症状? .....	(7)
5. 当出现哪些情况时应怀疑是甲亢? .....	(7)
6. 什么是甲减? .....	(7)
7. 什么是亚急性甲状腺炎? .....	(8)
8. 甲亢伴周期性麻痹有哪些表现? .....	(8)
9. 目前治疗甲亢有哪些方法? .....	(9)
10. 甲状腺炎有哪几类? .....	(10)
11. 什么是甲状腺癌? 甲状腺癌分为哪几类? .....	(10)
12. 甲状腺癌有哪些治疗方法? .....	(11)
13. 什么是甲亢危象? .....	(11)
14. 甲亢危象有哪些表现? .....	(11)

15. 甲亢危象的后果? .....	(12)
<b>第三章 甲状腺疾病的检查及注意事项</b> .....	(13)
1. 与甲状腺有关的核素检查包括哪些? .....	(13)
2. 甲状腺的核素检查安全吗? .....	(15)
3. 甲状腺功能测定都有哪些检查? .....	(15)
4. 甲状腺吸 <sup>131</sup> I率的检查要做哪些准备? .....	(16)
5. 为什么要做甲状腺吸 <sup>131</sup> I率检查? .....	(16)
6. 什么是ECT? .....	(17)
7. 应该如何配合甲状腺扫描? .....	(17)
8. 做甲状腺B超的目的是什么? .....	(18)
9. 甲状腺疾病需要做哪些实验室检查? .....	(18)
10. <sup>131</sup> I治疗甲亢3个月后复查的内容及 注意事项是什么? .....	(18)
11. 什么人需要做甲状腺穿刺? .....	(19)
12. 甲亢的实验室检查有哪些? .....	(19)
<b>第四章 甲亢的治疗</b> .....	(20)
1. 放射性 <sup>131</sup> I是药吗? 在医学上有何用途? .....	(20)
2. <sup>131</sup> I治疗后隔离的注意事项? .....	(21)
3. <sup>131</sup> I治疗甲状腺癌后患者如何隔离? .....	(21)
4. <sup>131</sup> I治疗后患者会出现什么反应? .....	(21)
5. <sup>131</sup> I治疗甲亢的原理是什么? .....	(22)
6. <sup>131</sup> I治疗甲亢各有什么优点和缺点? .....	(22)
7. <sup>131</sup> I治疗甲亢的效果如何? 治疗有效率为多少? .....	(23)
8. 什么样的患者适合 <sup>131</sup> I再次治疗? .....	(23)
9. <sup>131</sup> I治疗功能性甲状腺结节何时能恢复? .....	(23)
10. 服用 <sup>131</sup> I后的男患者何时能生育? .....	(24)
11. 服用 <sup>131</sup> I的女患者何时能生育? .....	(24)
12. 哪种患者适合用 <sup>131</sup> I治疗? .....	(24)
13. 抗甲状腺药物和 <sup>131</sup> I各有哪些优、缺点? .....	(25)

14. 甲状腺癌部分切除后服用 <sup>131</sup> I 治疗， 对正常甲状腺是否有影响？ .....	(26)
15. <sup>131</sup> I 在体内半衰期是多长？ .....	(26)
16. 服用 <sup>131</sup> I 后可能出现的不良反应？ .....	(26)
17. 服用 <sup>131</sup> I 后甲减有哪些症状？ .....	(27)
18. 服用 <sup>131</sup> I 后需间隔多长时间才能妊娠？ .....	(28)
19. 甲亢症状在服用 <sup>131</sup> I 后是否可以恢复？ 需多长时间？ .....	(28)
20. <sup>131</sup> I 治疗甲状腺癌的不良反应用？ .....	(29)
21. <sup>131</sup> I 治疗后能让突眼消失吗？ .....	(29)
22. 他巴唑的不良反应是什么？ .....	(29)
23. 桥本甲状腺炎的药物治注意什么？ .....	(30)
24. 抗甲状腺药物治疗甲亢的不良 反应有哪些？ .....	(30)
25. 抗甲状腺药物治疗甲亢的适应证有哪些？ .....	(31)
<b>第五章 甲状腺其他疾病</b> .....	(32)
1. 造成甲减后需要终身吃药吗？ .....	(32)
2. 桥本甲状腺炎的表现有哪些？ .....	(32)
3. 桥本甲状腺炎的主要症状是什么？ .....	(33)
4. 甲亢有哪些诱发因素？ .....	(33)
5. 桥本甲状腺炎 B 超引导下穿刺的目的？ .....	(34)
6. 如何确诊桥本甲状腺炎？ .....	(34)
7. 桥本甲状腺炎治疗方法是什么？ .....	(34)
8. 甲亢治疗后发生甲减怎么办？ .....	(35)
9. 甲状腺癌的致死率很高吗？ .....	(36)
10. 结节性甲状腺肿伴甲亢时为何需要术前服用 复方碘溶液？ .....	(36)
11. 服用 <sup>131</sup> I 后甲状腺癌患者 3 个月后复查 哪些项目？ .....	(36)

12. 什么情况下会引起甲减? ..... (37)
13. 甲亢患者为什么易出现腹泻? ..... (37)
14. 桥本甲状腺炎能用同位素治疗吗? ..... (37)
15. 甲亢对身体最大的危害是什么? ..... (38)
16. 甲状腺功能亢进与桥本甲状腺炎的区别是什么? ..... (39)
17. 甲亢伴周期性麻痹有哪些注意事项? ..... (40)
18. 甲亢为什么会出现肝损害? ..... (41)
19. 甲亢患者为什么体温比一般人高? ..... (41)
20. 甲亢患者为什么夜间入睡困难? ..... (42)
21. 怎样预防甲亢心? ..... (42)
22. 甲亢危象如何预防? ..... (42)
23. 生气能诱发甲亢吗? ..... (43)
24. 甲亢突眼应注意哪些问题? 如何保护眼睛? ..... (43)
25. 甲亢对妊娠有哪些影响? ..... (43)
26. 3个月复查时发生甲减能恢复吗? ..... (44)
27. 甲亢为什么能引起糖尿病? ..... (44)
28. 甲亢治愈后升高的血糖可以恢复吗? ..... (44)
29. 甲亢为什么会引起贫血呢? ..... (45)
30. 甲亢合并肝脏疾病时如何治疗? ..... (45)
31. 甲亢患者皮肤有哪些改变? ..... (45)
32. 甲亢患者在日常生活中需要注意哪些问题? ..... (46)
33. 甲亢为什么会出现心房颤动? ..... (46)
34. 什么情况下易诱发甲亢危象? ..... (47)
35. 甲癌手术的预后如何? ..... (47)
36. 甲癌术后患者声音能够恢复吗? ..... (48)
37. 怎样治疗甲亢危象? ..... (48)
38. 甲亢手术适应证有哪些? ..... (49)
39. 甲亢手术禁忌证有哪些? ..... (49)
40. 什么是甲亢伴周期性麻痹? ..... (50)



41. 如何预防周期性麻痹的发生? .....	(50)
42. 甲亢患者突发周期性麻痹时如何处理? .....	(50)
43. 甲亢患者突眼的治疗? .....	(51)
<b>第六章 甲状腺疾病的饮食</b> .....	<b>(52)</b>
1. 患了甲亢为什么不能吃海鲜? .....	(52)
2. 甲亢患者忌吃哪些食物? .....	(53)
3. 哪些检查需要忌吃海产品? .....	(54)
4. 甲亢性周期性麻痹需要补充哪些食物? .....	(54)
5. 甲亢患者服 <sup>131</sup> I后在隔离期间的饮食应注意哪些? ...	(55)
6. 西药治疗甲亢时饮食应注意哪些? .....	(55)
7. 甲亢合并糖尿病的饮食注意事项? .....	(56)

## 第二部分 糖尿病

<b>第一章 糖尿病的基本知识</b> .....	<b>(59)</b>
1. 什么是糖尿病? .....	(59)
2. 糖尿病的并发症主要有哪些? .....	(59)
3. 哪些信号提示有糖尿病的可能? .....	(60)
4. 什么是糖尿病微血管病变? .....	(61)
5. 糖尿病肾病早期如何诊断? .....	(62)
6. 临床糖尿病肾病如何诊断? .....	(62)
7. 什么叫糖尿病足? .....	(63)
8. 糖尿病易并发哪些感染? .....	(63)
9. 糖尿病可以治愈吗? .....	(64)
10. 糖尿病患者为何会出现牙齿松动? .....	(65)
11. 糖尿病并发神经病变时有哪些表现? .....	(65)
12. 糖尿病的急性并发症有哪些? .....	(66)
13. 糖尿病的慢性并发症有哪些? .....	(66)
14. 什么是治疗糖尿病的“五架马车”? .....	(67)
15. 糖尿病患者为何会骨质疏松? .....	(68)

16. 什么人容易患糖尿病? .....	(68)
17. 糖尿病患者血脂会升高吗? .....	(69)
18. 什么是胰岛素抵抗? .....	(69)
19. 治疗糖尿病口服降糖药与注射胰岛素的区别? .....	(69)
20. 糖尿病患者血糖控制正常后是否可以 停用降糖药? .....	(70)
<b>第二章 糖尿病的治疗</b> .....	<b>(71)</b>
1. 糖尿病患者什么情况下用胰岛素治疗? .....	(71)
2. 胰岛素治疗糖尿病的注意事项及不良反应有哪些? ...	(72)
3. 为什么心理治疗是糖尿病治疗方法之一? .....	(72)
4. 什么是糖尿病的饮食治疗? .....	(73)
5. 什么是糖尿病的运动疗法? .....	(75)
6. 糖尿病与高血压的关系? .....	(76)
7. 糖尿病不宜用哪些药物? .....	(76)
8. 在什么情况下糖尿病患者应使用胰岛素进行 治疗? .....	(77)
9. 哪些患者需要胰岛素治疗? .....	(77)
10. 胰岛素泵强化治疗的优点? .....	(78)
11. 什么是黎明现象? 什么是夜间胰岛素不足? .....	(79)
12. 为什么在应用胰岛素之后会出现视物模糊? .....	(79)
13. 中医中药可以治疗糖尿病吗? .....	(79)
14. 如何决定胰岛素的初始剂量? .....	(80)
<b>第三章 糖尿病的检查</b> .....	<b>(82)</b>
1. 血清 C - 肽测定有何临床意义? .....	(82)
2. 糖尿病患者空腹血糖及餐后 2 小时血糖的 正常值是多少? .....	(83)
3. 尿量与尿糖有什么关系? .....	(83)
4. 糖尿病患者为何要留 24 小时尿? .....	(84)
5. 检查尿糖有什么意义? .....	(84)

6. 正常餐试验与馒头餐试验的意义? .....	(84)
7. 葡萄糖耐量试验的意义? .....	(85)
8. 糖尿病患者应定期做哪些检查? .....	(85)
9. 尿糖阳性可诊断为糖尿病吗? .....	(85)
<b>第四章 糖尿病的饮食与养生保健</b> .....	<b>(87)</b>
1. 糖尿病饮食疗法的原则是什么? .....	(87)
2. 糖尿病患者饮食控制是否只控制主食, 而副食可不加控制? .....	(87)
3. 糖尿病患者宜吃什么? .....	(88)
4. 糖尿病患者不宜吃什么? .....	(89)
5. 糖尿病患者宜常吃什么食物? .....	(89)
6. 糖尿病肾病患者饮食应注意什么? .....	(90)
7. 糖尿病患者如何换算食品量? .....	(90)
8. 消瘦的糖尿病患者如何调理饮食? .....	(90)
9. 糖尿病患者有何饮食禁忌? .....	(92)
10. 吃水果有什么讲究? .....	(92)
11. 为什么坚果好吃不多食? .....	(93)
12. 糖尿病患者怎么吃肉类为宜? .....	(94)
13. 糖尿病患者每天吃多少蛋较为适宜? .....	(95)
14. 糖尿病患者喝牛奶有什么好处? .....	(96)
15. 糖尿病患者喝豆浆有什么好处? .....	(96)
16. 怎样用饮食方法防治糖尿病? .....	(96)
17. 哪些食物对糖尿病有治疗作用? .....	(98)
18. 糖尿病患者饮食控制感到饥饿怎么办? .....	(98)
19. 如何预防糖尿病? .....	(99)
20. 糖尿病患者为什么要多锻炼身体,少熬夜? .....	(99)
21. 糖尿病患者能不能吃糖? .....	(100)
22. 糖尿病患者应该少饮水吗? .....	(100)
23. 糖尿病患者为何要坚持运动? .....	(101)

24. 糖尿病患者何种情况下不能进行锻炼? .....	(102)
25. 糖尿病患者体育锻炼时应注意什么? .....	(103)
26. 家务劳动能代替体育锻炼吗? .....	(104)
27. 什么是有氧运动? .....	(104)
28. 如何用心率计算适宜的运动量? .....	(105)
29. 糖尿病患者如何运动较为适宜? .....	(105)
30. 各种食物的功效如何? .....	(106)
31. 糖尿病患者应如何运动? .....	(111)
32. 糖尿病患者可以做哪些运动? .....	(113)
33. 糖尿病患者如何保护足部? .....	(113)
34. 怎样预防运动中的低血糖? .....	(114)
<b>第五章 糖尿病的护理</b> .....	<b>(117)</b>
1. 糖尿病患者自我注射胰岛素有什么注意事项? .....	(117)
2. 胰岛素的保存应注意哪些问题? .....	(117)
3. 胰岛素注射部位的选择? .....	(118)
4. 低血糖时应如何处理? .....	(118)
5. 糖尿病患者如何控制体重? .....	(119)
6. 糖尿病患者保护足部应穿什么样的鞋? .....	(119)
7. 各种降糖药的作用是什么? .....	(120)
8. 何种情况下糖尿病患者需记尿量是什么? .....	(120)
9. 使用双胍类降糖药的注意事项是什么? .....	(120)
10. 出现低血糖症状时该怎么办? .....	(121)
11. 中医与西医治疗糖尿病有何不同? .....	(121)
12. 糖尿病患者应如何控制血脂? .....	(121)
13. 糖尿病患者什么时间注射胰岛素最为适宜? .....	(122)
14. 快速测量血糖时采血部位应如何选择? .....	(122)
15. 糖尿病患者为何应特别注意个人卫生? .....	(122)
16. 预防糖尿病肾病有哪些措施? .....	(123)
17. 糖尿病患者可以晨练吗? .....	(123)

18. 精神刺激可加重糖尿病病情吗? ..... (124)
19. 坏心情对糖尿病有影响吗? ..... (124)
20. 吸烟对糖尿病有影响吗? ..... (124)
21. 怎样记录血糖自我监测日记? ..... (125)
22. 如何辨认低血糖反应? ..... (125)
23. 预防糖尿病的措施? ..... (126)
24. 为什么糖尿病患儿要进行糖尿病自我管理? ..... (127)
25. 血糖监测仪自我监测血糖的优点? ..... (128)
26. 购买血糖仪前需注意哪些问题? ..... (128)
27. 用血糖监测仪测血糖时有哪些要求? ..... (128)
28. 如何判断“糖尿病保健计划”是成功的呢? ..... (129)
29. 老年糖尿病患者参加体育锻炼时应注意  
    哪些问题? ..... (129)
30. 如何持之以恒地坚持运动锻炼和控制饮食? ..... (130)
31. 胰岛素会不会越打越胖? ..... (131)
32. 糖尿病患者旅游中要注意什么? ..... (132)
33. 发生糖尿病昏迷如何进行家庭急救? ..... (133)
34. 低血糖反复发生对脑有影响吗? ..... (134)
35. 糖尿病患者手术前后应做哪些准备? ..... (134)
36. 什么是糖尿病患者的健康生活方式? ..... (135)
37. 糖尿病患者失明后能否复明? ..... (135)
38. 糖尿病与白内障有什么关系? ..... (136)
39. 控制餐后血糖对糖尿病的影响? ..... (136)
40. 血糖自我监测的间隔时间应如何掌握? ..... (136)
41. 长期低血糖应注意什么? ..... (137)
42. 糖尿病视网膜膜病变或恶化的危险因素有哪些? ..... (137)
43. 糖尿病患者为何伤口很难愈合? ..... (138)
44. 糖尿病为何易并发感染? ..... (138)
45. 不同的降糖药服药时间是怎样的? ..... (139)

46. 糖尿病患者可以自己调整药物剂量吗? .....	(140)
47. 糖尿病患者只要服用了降糖药就万事大吉了吗? .....	(140)
48. 糖尿病患者频繁换药有什么弊病? .....	(141)
49. 血糖正常了就可以停药了吗? .....	(141)
50. 哪些降糖药容易导致低血糖? .....	(142)
51. 肾脏不好了,降糖药该怎么吃? .....	(142)
52. 糖尿病前期需要吃药吗? .....	(142)
53. 胃肠道功能不好的患者用药须注意什么? .....	(143)
54. 双胍类药物的不良反应、禁忌证有哪些? .....	(143)
55. 磺脲类药物的不良反应、禁忌证有哪些? .....	(144)
56. 格列奈类药物的不良反应、禁忌证有哪些? .....	(144)
57. $\alpha$ 糖苷酶抑制剂的不良反应、禁忌证有哪些? .....	(145)
58. 噻唑烷二酮类药物的不良反应、禁忌证有哪些? ...	(145)
59. 如果食物吃多了,加大降糖药物的 剂量就行了吗? .....	(146)
60. 漏服降糖药后该怎么办? .....	(146)
61. 少吃一餐就少吃一次降糖药,这样做对吗? .....	(147)
62. 如用胰岛素治疗就表示病情已经很严重了吗? .....	(148)
63. 血糖高就一定要用降糖药吗? .....	(148)
64. 仅凭感觉服药行吗? .....	(149)
65. 1型糖尿病可以用口服降糖药吗? .....	(149)
66. 哪些患者不适合服用口服降糖药? .....	(150)
<b>第六章 胰岛素的使用和血糖仪、胰岛素笔的应用</b> .....	<b>(151)</b>
1. 胰岛素注射工具有哪些? .....	(151)
2. 影响胰岛素注射剂量的因素? .....	(152)
3. 如何正确抽取胰岛素? .....	(153)
4. 如何正确储存胰岛素? .....	(153)
5. 胰岛素有哪些规格? .....	(154)

6. 胰岛素在体内起什么作用? .....	(155)
7. 胰岛素的常用注射部位有哪些? .....	(156)
8. 胰岛素如果注射到肌肉里有什么危害? .....	(157)
9. 分区注射胰岛素的方法有何要求? .....	(157)
10. 重复使用胰岛素注射针头有哪些危害? .....	(158)
11. 皮下组织增生或有硬块会有产生哪些 不良后果? .....	(159)
12. 如何预防低血糖的发生? .....	(159)
13. 不同剂型的胰岛素应该怎样选择注射部位? .....	(161)
14. 使用胰岛素时须注意哪些事项? .....	(162)
15. 在家中如何正确注射胰岛素? .....	(162)
16. 每日2次皮下注射胰岛素,午餐后血糖高怎么办? .....	(164)
17. 如何保证血糖仪的准确性? .....	(164)
18. 罗氏血糖仪的操作步骤有哪些? .....	(166)
19. 泰尔茂血糖仪操作步骤有哪些? .....	(167)
20. 优伴II在使用时需注意哪些问题? .....	(169)
21. 如何使用雅培血糖仪? .....	(170)
<b>参考文献</b> .....	(173)

第一部分

甲状腺疾病

---





