



新世纪常见病防治丛书之一

新编 糖尿病防治必读

主 编 何浩明 陈光华 周 彦

同济大学出版社



新世纪常见病防治丛书之一

新编糖尿病防治

必读

□ 主编·何浩明 陈光华 周彦

□ 主审·萧祥熊 章华础

□ 同济大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

新编糖尿病防治必读/何浩明,陈光华,周彦主编.
上海:同济大学出版社,2003.9
ISBN 7-5608-2691-1

I. 新… II. ①何… ②陈… ③周… III. 糖尿病
—防治 IV. R587.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 061658 号

新世纪常见病防治丛书之一

新编糖尿病防治必读

主编 何浩明 陈光华 周彦

责任编辑 黄国新 责任校对 徐栩 封面设计 潘向葵

出版 同济大学出版社
发行 (上海四平路 1239 号 邮编 200092 电话 021-65985622)
经销 全国各地新华书店
印刷 同济大学印刷厂印刷
开本 850mm×1168mm 1/32
印张 6.375
字数 184000
印数 1—3000
版次 2003 年 9 月第 1 版 2003 年 9 月第 1 次印刷
书号 ISBN 7-5608-2691-1/R·88
定价 15.00 元

本书若有印装质量问题,请向本社发行部调换

《新编糖尿病防治必读》

编委会名单

主 编	何浩明	陈光华	周 彦
副主编	刘忠伦	夏永祥	郭新荣
	林 宁	秦建萍	张洪亚
	李新华	张云雁	王玉平
	陈黎忠	史志旭	
主 审	萧祥熊	章华础	
编 委	郭红梅	田小平	姜秀云
	李克勤	苏彩女	徐凤英
	庄惠琴	赵 勇	

前 言

糖尿病是一种常见的内分泌疾病。近年来,无论是在发达国家还是发展中国家,发病率均在明显上升。据世界卫生组织(WHO)专家估计,2000年全球有成年糖尿病患者1.57亿,到2005年将达3亿。而其中75%的病人将分布在印度、中国等发展中国家。我国1980年调查全国糖尿病的患病率为0.67%,1996年全国患病率为3.21%,15年间增长了约3.8倍。初步估计我国现有糖尿病患者4000多万,专家预测到2005年,中国糖尿病患者将达5000万。因此,可以说我国也是患糖尿病的大国。

尽管目前对糖尿病的确切病因尚未完全了解,并且还没有彻底根治的方法,但20世纪人类在与糖尿病的抗争中已取得了巨大成绩。20世纪20年代胰岛素的发现和应用;80年代DNA重组合成人胰岛素的问世,是糖尿病治疗史上的两大历史性突破。胰岛素泵的应用,大大减轻了病人注射的痛苦;微型血糖仪的发明,使病人足不出户就可以方便地进行自我血糖监测;随着对糖尿病发病机制的深入认识,各种类型的口服降糖药相继问世。与此同时,对糖尿病的遗传病因的研究,在80年代以后也取得了突破性进展,终于确定了某些基因突变的遗传性糖尿病。人们有信心在21世纪解决口服胰岛素的生产 and 无创伤性的血糖监测。21世纪将会有更多、更有效和更安全的口服降糖药问世。并且有希望在21世纪随着人类基因组的全部破译,最终解决糖尿病的基因治疗问题。从而使人类将能更有效地进行糖尿病的控制。

为了满足广大糖尿病患者和医务人员的需要,我们根据现代医

学和中医学的相关知识,参阅了国内多本有关读物及新近国外有关科研成果资料,结合自己多年的临床实践编写了《新编糖尿病防治必读》一书。本书以问答形式进行介绍,内容通俗易懂,融科学性、知识性、实用性于一体,适合糖尿病人及其家属和基层医务工作者参考阅读,也可供医学院校医疗系、检验系学生课外阅读参考。由于编者水平有限,加上时间紧、任务重,本书难免有疏漏和不妥之处,欢迎同道批评指正。

同济大学萧祥熊、章华础教授在百忙中审阅了各个章节,同济大学出版社黄国新编审,给予了大力支持,使本书得以顺利出版,在此一并致谢。

何浩明

2003.4.16

目 录

前 言

一、糖尿病的一般知识

1. 什么是糖尿病? (3)
2. 糖尿病是怎样发生的? (4)
3. 引起糖尿病的病因有哪些? (4)
4. 糖尿病成因有何新说? (6)
5. 糖尿病患者目前为何增加速度那么快? (6)
6. 为什么城市糖尿病的发病率比农村高? (7)
7. 糖尿病是富贵病吗? (7)
8. 糖尿病是否会遗传? (9)
9. 糖尿病患者都有“三多一少”症状吗? (10)
10. 糖尿病有哪些可疑信号? (10)
11. 什么是糖尿病的“四低现象”? (11)
12. 糖尿病有哪些分型方法? (11)
13. 糖尿病是如何分类的? (12)
14. 世界卫生组织(WHO)对糖尿病如何分类? (13)
15. 1型和2型糖尿病的主要区别是什么? (14)
16. 糖尿病与年龄、性别有什么关系? (15)
17. 糖尿病与职业有什么关系? (15)
18. 糖尿病与地理环境有什么关系? (16)

19. 什么是原发性糖尿病和继发性糖尿病? (16)
20. 老年人为何易患糖尿病? (17)
21. 糖尿病人为何漏诊多? (18)
22. 为什么糖尿病本身并不可怕,可怕的是并发症? ... (19)
23. 为什么有的糖尿病患者出现消瘦而有的出现肥胖? (19)
24. 情绪变化对糖尿病病情有何影响? (20)
25. 糖尿病能否根治? (21)
26. 老年人糖尿病有何特点? 有何防治措施? (21)
27. 糖尿病有哪些危害? (22)
28. 糖尿病患者死亡的主要原因是什么? (23)
29. 多吃糖会得糖尿病吗? (24)
30. 糖尿病人是否可以结婚? 婚后能否怀孕? (24)
31. 糖尿病会降低后代的智商吗? (25)
32. 糖尿病人能吃多吃水果吗? (25)
33. 糖尿病对男性性功能有何影响? (26)
34. 糖尿病对女性性功能有何影响? (26)
35. 糖尿病的诱发因素有哪些? (27)
36. 为什么肥胖易患糖尿病? (29)
37. 生气是糖尿病的重要诱发因素吗? (29)
38. 糖尿病有哪十种信号? (30)
39. 糖尿病患者需了解哪些方面的知识? (31)
40. 糖尿病人饭后有哪“八戒”? (32)
41. 什么是血糖的恒定及其调节? (33)
42. 胰岛素在人体内有何作用? (34)
43. 影响胰岛素分泌的因素有哪些? (34)
44. 影响胰岛素代谢的因素有哪些? (35)
45. 糖尿病与胰岛素有什么关系? (36)
46. 糖尿病对妊娠有何影响? (37)
47. 糖尿病妇女在妊娠期应注意些什么? (38)

- 48. 妊娠糖尿病分哪几级? (39)
- 49. 糖尿病妇女在孕期血糖维持多少合适? (39)
- 50. 糖尿病患者易发生骨折的原因是什么? (39)
- 51. 在什么情况下糖尿病患者需住院治疗? (40)
- 52. 什么是糖尿病的心理治疗? (41)
- 53. 糖尿病与冠心病、高血脂、高血压有何关联? (41)

二、糖尿病的临床表现和诊断

- 1. 糖尿病的主要症状是什么? (45)
- 2. “三多一少”是怎样形成的? (45)
- 3. 世界卫生组织(WHO)诊断糖尿病的标准是什么? (46)
- 4. 修改后的糖尿病诊断新标准有何实际意义? (47)
- 5. 糖尿病的诊断包括哪些内容? (47)
- 6. 如何诊断糖尿病? (48)
- 7. 多饮、多尿就是糖尿病吗? (49)
- 8. 为什么糖尿病早发现可自查耳垢? (49)
- 9. 糖尿病人应定期检查什么? (50)
- 10. 常用的糖尿病检查法有哪几项? (50)
- 11. 血糖测定有何意义? (52)
- 12. 为什么要检查尿糖? (52)
- 13. 怎样使用尿糖试纸? (53)
- 14. 尿中有糖就一定是糖尿病吗? (54)
- 15. 如何根据尿糖情况来判断胰岛素的作用效果? (54)
- 16. 什么是糖化血红蛋白? (56)
- 17. 测定糖基化血红蛋白有何意义? (57)
- 18. 为什么要做葡萄糖耐量试验? (58)
- 19. 什么是胰岛素释放试验? 有何价值? (58)

20. 什么是 C 肽? 有何临床价值? (59)
21. 如何判断糖尿病的轻重程度? (60)
22. 糖尿病的鉴别诊断有哪些? (60)
23. 糖尿病的“黎明现象”是怎么一回事? (61)
24. 什么是苏木杰反应? (63)
25. 糖尿病糖代谢的控制标准是什么? (63)
26. 糖尿病人血流动力学检查包括哪几项? 有何意义? ... (64)

三、糖尿病的急、慢性并发症

(一) 糖尿病的急性并发症

1. 糖尿病的急性并发症有哪些? (69)
2. 糖尿病人在什么情况下易发生低血糖反应? (69)
3. 糖尿病人引起低血糖的原因是什么? (70)
4. 糖尿病性低血糖症的诊断标准是什么? 怎样处理? (71)
5. 糖尿病低血糖反应如何预防? (71)
6. 糖尿病人发生低血糖反应怎么办? (72)
7. 什么是糖尿病酮症? (72)
8. 糖尿病酮症酸中毒是怎样发生的? (72)
9. 如何预防糖尿病酮症酸中毒? (73)
10. 糖尿病酮症酸中毒的治疗原则是什么? (74)
11. 何谓糖尿病高渗性昏迷? (75)
12. 怎样预防糖尿病高渗性昏迷? (75)
13. 糖尿病高渗性昏迷的治疗原则是什么? (76)
14. 何谓糖尿病乳酸性酸中毒? (76)
15. 怎样预防糖尿病乳酸性酸中毒? (76)
16. 糖尿病乳酸性酸中毒的治疗原则是什么? (77)

17. 为什么糖尿病患者易发生感染? (78)
18. 糖尿病患者常易并发哪些感染? (79)
19. 如何早期有效地控制糖尿病并发感染? (79)

(二) 糖尿病的慢性并发症

1. 常见的糖尿病慢性并发症有哪些? (80)
2. 糖尿病慢性并发症是如何发生的? (81)
3. 糖尿病慢性并发症的预防理论是什么? (82)
4. 怎样防治糖尿病慢性并发症? (84)
5. 什么是糖尿病性肾病? (85)
6. 糖尿病性肾病如何早期诊断? (86)
7. 糖尿病性肾病分几期? (86)
8. 治疗糖尿病性肾病的原则是什么? (87)
9. 糖尿病伴肾功能损害的病人如何选用降糖药? (88)
10. 糖尿病性肾病患者为什么不宜服用降糖灵? (88)
11. 什么是糖尿病性眼病? (89)
12. 糖尿病的眼部并发症有哪些? (89)
13. 糖尿病性白内障如何进行康复治疗? (90)
14. 治疗糖尿病性视网膜病变的原则是什么? (91)
15. 糖尿病人为何易伴发高血压? (91)
16. 糖尿病伴高血压有什么危害性? (92)
17. 怎样预防糖尿病性高血压? (92)
18. 糖尿病合并高血压病人如何选用降压药? (93)
19. 糖尿病性高血压在治疗中应注意什么? (94)
20. 怎样预防糖尿病性脑血管病的发生? (94)
21. 何谓糖尿病性脑血管病? 包括哪些疾病? (95)
22. 治疗糖尿病性脑血管病应注意哪些问题? (95)
23. 急性糖尿病性脑梗塞的治疗原则是什么? (96)
24. 何谓糖尿病性心脏病? (96)

25. 糖尿病性冠心病是怎样发生的? (97)
26. 糖尿病性冠心病心绞痛发作如何治疗? (97)
27. 何谓糖尿病性高脂血症? 它是怎样发生的? (98)
28. 糖尿病人为何易发高脂血症? (99)
29. 糖尿病性高脂血症治疗原则是什么? (99)
30. 糖尿病并发痛风时在饮食上要注意什么? (100)
31. 何谓糖尿病性神经病变? (100)
32. 糖尿病性神经病变的诊断依据是什么? (100)
33. 糖尿病性神经病变的治疗措施有哪些? (101)
34. 何谓糖尿病性下肢血管病变? (101)
35. 糖尿病性下肢动脉硬化缺血症的治疗原则是什么? ... (102)
36. 如何采用中西医结合疗法治疗糖尿病下肢血管病? (102)
37. 糖尿病性阳痿可选用哪些药物治疗? (103)

四、糖尿病的饮食调养、 运动保健和药物治疗

(一) 糖尿病的饮食调养

1. 如何理解糖尿病的根本问题? (107)
2. 什么是治疗糖尿病的“五项原则”? (107)
3. 什么是糖尿病的饮食疗法? (108)
4. 糖尿病食疗的主要原则是什么? (109)
5. 糖尿病食疗新观点是什么? (109)
6. 为什么说饮食控制是治疗糖尿病的基本措施? ... (110)
7. 糖尿病的饮食要素是什么? (111)
8. 糖尿病患者每日三大营养素(蛋白质、脂肪、糖类)
如何分配? (112)

9. 糖尿病人每日三餐如何分配? (112)
10. 糖尿病人吃粗粮好还是细粮好? (113)
11. 糖尿病人限制主食、不限制副食行吗? (114)
12. 糖尿病人为什么要多吃含纤维素高的食物? (114)
13. 糖尿病人能吃甜味品吗? (115)
14. 木糖醇能治糖尿病吗? (115)
15. 糖尿病人为什么要限制高盐饮食? (116)
16. 糖尿病人可以吸烟吗? (117)
17. 糖尿病人可以喝酒吗? (117)

(二) 糖尿病的运动保健

1. 什么是糖尿病的运动疗法? (119)
2. 体育运动对糖尿病康复有何益处? (119)
3. 糖尿病人的合理运动方式有哪些? (120)
4. 哪些糖尿病人不宜用运动康复疗法? (121)
5. 糖尿病人如何控制运动量? (121)
6. 糖尿病人在运动锻炼时应注意些什么? (122)

(三) 糖尿病的药物治疗

1. 目前常用的磺脲类口服降糖药物有哪些? (123)
2. 口服降糖药有哪些副作用? (125)
3. 消渴丸治疗糖尿病应注意什么? (126)
4. 磺脲类药物的适应征及禁忌征有哪些? (126)
5. 口服磺脲类药物的降糖原理是什么? (127)
6. 磺脲类药有何毒副作用? (128)
7. 有哪些药物可对抗磺脲类药物的降糖作用? (129)
8. 出现口服磺脲类药物失效时应考虑什么问题? (129)
9. 有哪些药物可增强磺脲类药物的降糖作用? (130)
10. 选用磺脲类降糖药时应注意什么? (130)

11. 治疗老年人糖尿病时应注意些什么? (132)
12. 应用双胍类药物的适当征及禁忌征是什么? (133)
13. 应用双胍类降糖药要注意什么? (134)
14. 葡萄糖苷酶抑制剂是什么药? (134)
15. 胰岛素是怎样发现的? (135)
16. 胰岛素的本质是什么? (136)
17. 胰岛素主要应用于什么情况? (136)
18. 糖尿病人对胰岛素治疗需有哪些必要的认识? (137)
19. 如何使用胰岛素? (138)
20. 使用胰岛素的病人是否可换用口服药? (139)
21. 胰岛素的种类有哪些? 有何共同特点? (140)
22. 各类胰岛素有何特点? (141)
23. 注射胰岛素与体内生成的胰岛素之区别是什么? ... (142)
24. 如何选择胰岛素制剂? (143)
25. 什么是胰岛素笔? (144)
26. 胰岛素泵的临床应用情况如何? (144)
27. 胰岛素治疗的副作用有哪些? (145)
28. 如何选择胰岛素的注射部位? (147)
29. 新一代的高纯度胰岛素和人胰岛素有哪些品种? (148)
30. 怎样保存各种胰岛素制剂? (149)
31. 胰岛素与口服降糖药如何联合应用? (150)
32. 注射胰岛素会不会成瘾? (150)
33. 通过什么指标来观察胰岛素的治疗效果? (151)
34. 糖尿病患者使用胰岛素治疗是否完全可以达到理想的控制标准? (152)
35. 胰岛移植治疗糖尿病是怎么回事? (153)
36. 2型糖尿病不能用胰岛素治疗吗? (155)
37. 糖尿病人不宜用哪些药? (155)
38. 降糖药不宜与哪些药物同时合用? (156)

39. 糖尿病患者应慎用哪些药物? (157)
40. 糖尿病人须禁服哪些药物? (158)
41. 免疫疗法如何遏制糖尿病? (158)

五、糖尿病的中医、中药治疗

1. 中医如何治疗糖尿病? (163)
2. 中西医结合如何治疗糖尿病? (164)
3. 治疗糖尿病的常用中药材有哪些? (165)
4. 中医治疗糖尿病性高脂血症的原则是什么? (165)
5. 中医治疗糖尿病性肾病的原则是什么? (166)
6. 中药降糖作用如何? (167)
7. 治疗糖尿病并发症的中药与食疗方法有哪些? ... (167)
8. 具有降糖作用的中草药有哪些? (170)
9. 防治糖尿病的中药与食疗方法有哪些? (174)
10. 糖尿病有哪些食疗便方? (175)
11. 糖尿病药膳有哪些? (175)
12. 气功疗法对糖尿病康复有何益处? (176)
13. 气功对糖尿病有治疗作用吗? (177)

六、糖尿病的预防和家庭康复

1. 什么是糖尿病的三级预防? (181)
2. 预防糖尿病要做到哪“四个一点”? (181)
3. 运动能预防糖尿病吗? (182)
4. 预防糖尿病的防治措施有哪些? (182)
5. 糖尿病人为什么要重视家庭康复治疗? (183)
6. 糖尿病人如何自己观察病情? (184)

7. 糖尿病人自我保养应注意些什么? (184)
8. 糖尿病人能否在家中
进行血糖自我监测? (186)
9. 糖尿病人饮食歌有何内容? (186)

一、糖尿病的一般知识

