

JIAN KANG JIAO YU GONG SHU

健康教育丛书



“健康家园”

——医学科普进万家十年大行动”
全国组委会组织编写

主 编 张文康
副主编 余 靖

糖 尿 病

编 著 邵安华 王仲祥

30

中国中医药出版社

健康教育丛书

30

糖尿病

编著 邵安华 王仲祥

中国中医药出版社

·北京·

图书在版编目(CIP)数据

糖尿病 / 邵安华等编著. -2 版. -北京:中国中医药出版社,2005.1

(健康教育丛书)

ISBN 7-80156-755-2

I. 糖... II. 邵... III. 糖尿病 - 基本知识 IV. R587.1

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第133702号

责任编辑:傅康

中国中医药出版社出版

发行者:中国中医药出版社

(北京市朝阳区北三环东路28号易亨大厦)

电话:64405750 邮编:100013)

(邮购联系电话:84042153 64065413)

印刷者:河北省欣航测绘院印刷厂

经销者:新华书店总店北京发行所

开本:850×1168毫米 32开

字数:46千字

印张:4.5

版次:2005年9月第2版

印次:2006年1月第3次印刷

书号:ISBN 7-80156-755-2/R·755

定价:10.00元

如有质量问题,请与出版社发行部调换。

HTTP://WWW.CPTCM.COM



健康教育丛书

主 编 张文康

副主编 余 靖

专家审定委员会(以姓氏笔画为序)

王永炎 石学敏 卢世璧

吴咸中 沈自尹 陈可冀

胡亚美 翁心植 程莘农

裘法祖

健康家园全国组委会组织编写

丛书编委会

丛书编委会

丛书编委会

丛书编委会

丛书编委会

丛书编委会

丛书编委会

再版说明

自 2000 年“健康家园——医学科普进万家 10 年大行动”开展以来，得到了卫生部、国家中医药管理局及各地卫生行政主管部门的高度重视。截止到目前，此项活动开展了近 4 年的时间，各地结合自身情况，分别开展了不同的形式多样的医学科普宣传活动，取得了良好的社会效果。作为此项活动的宣教材料——《健康教育丛书》也得到了广大读者的一致好评。据不完全统计，包括赠阅和销售在内，本套丛书已印制发行 500 余万册，充分证明了广大人民群众对健康教育活动和医学科普知识的需求与渴望。

随着时代的发展，科学技术的发展日新月异，中西医知识亦不断更新，医学科普知识在很多领域的概念和内容也产生了变化，同时出现了一些新的疾病谱，如 SARS 的暴发流行，使人们对传染病的看法，对医



学领域的重视，对人的生命与健康的高度关注等，都产生了深刻的变化，所以修订《健康教育丛书》，使人们对医学科普知识能够耳目一新，是十分必要的。基于以上认识，我们请上百位专家对每一本书都进行了认真的修订，并对有些内容进行了删减，如医院专科、因地址、电话、邮编及增减医院专科等诸多因素，很难给广大读者一个准确的信息，为避免误导读者，决定删除此栏目。因结核病较前发病率明显提高，同时增加了一本《肺结核》。因艾滋病的增长率很快，引起全世界的高度重视，故又增加了一本《艾滋病》。共计 80 种。在修订的过程中，有关院士非常重视，提出了很多好的修订意见，并帮助对有关内容进行认真审定。再此表示衷心的感谢。

希望本套丛书的修订出版能给广大读者带来更新更全的医学科普知识，为您的健康幸福生活带来有益的帮助！也希望藉此能把“健康家园”活动更深入地开展下去，并把健康科普宣传活动推向新的高潮！

中国中医药出版社

2004 年 12 月

出版者的话

人生最宝贵的应该是生命和健康

康,健康与疾病是全社会都非常关注的

问题,它关系到每一个人、每一个家庭的切身利益。卫生部和国家中医药管理局领导非

常重视这一全社会都非常关注的课题,他们制定

的不是重在有病去治,而是无病先防的预防为主

的卫生工作方针。2000年为了积极贯彻江泽民同志崇尚科学,大力开展科学知识普及工作等一系列指示精神,

及李岚清副总理在全国九亿农民健康教育工作电视电

话会议的讲话精神,精心组织策划了“健康家园——

医学科普进万家10年大行动”的医学知识普及

活动。为了使本次活动有声有色,张文康部长不

但亲自担任活动组委会主任,还亲自组织中西

医专家学者主编了本次活动的宣教材料——

健康教育丛书。丛书共分80分册,

介绍近百种常见病的一般知识、疾病信号、家庭保健、用药禁忌等防治疾病的知识,并向患者提供与该病有关的信息。旨在提高全民的健康意识与身体素质,把健康知识送到每一个家庭。

为保证本套丛书的科学性、权威性、实用性、普及性,组委会邀请数位医学界的科学院院士、工程院院士亲自审定,并出任审定委员会委员。出版本丛书是我们出版社的责任,为了使本丛书长盛不衰,我们准备定期修订,以使每个家庭能经常获得防病治病的新知识,使人人享有健康。



中国中医药出版社

2004年12月

目录

一般知识

什么是糖尿病	(4)
糖尿病的病因是什么	(5)
原发性糖尿病和继发性糖尿病	(6)
儿童糖尿病	(9)
老年糖尿病	(12)
糖尿病与妊娠	(15)
低血糖症	(18)

疾病信号

典型症状	(25)
多尿	(25)

多饮	(25)
多食	(25)
体重减轻	(25)
不典型症状	(26)
反应性低血糖	(26)
视力障碍	(26)
皮肤瘙痒	(26)
神经病变和各种感染	(26)

就医须知

就医须知	(29)
------------	------

检查须知

糖尿病的诊断标准	(33)
血糖检查	(33)
血常规检查	(33)
非常规检查	(34)

(107)	尿糖检查	(35)
	其他检查	(36)
	糖基化血红蛋白	(36)
	果糖胺	(36)
	血液中特殊抗体	(36)
(118)	胰岛素、C 肽及其释放试验测定	(36)

住院须知

(128)	住院须知	(39)
-------	------------	------

治疗方法

(132)	饮食疗法	(45)
(140)	运动疗法	(59)
(170)	药物疗法	(63)
	口服降糖药物	(63)
	胰岛素	(71)
	中成药	(76)

(25) 其它升、降血糖药物 (76)

(26) 饮食控制 (77)

(27) 血糖监测 (78)

(28) 胰岛素 (79)

(29) 胰岛素泵 (80)

(30) 家庭降糖食谱 (81)

甜味剂 (82)

在家自我监测血糖 (84)

足的防护 (86)

结婚与生育 (88)

(31) 旅游 (89)

烟与酒 (92)

驾驶汽车 (94)

情绪对糖尿病病情的影响 (95)

糖尿病与感染 (96)

(32) 糖尿病人与手术 (97)

(33) 赴宴和外出就餐 (98)

(34) 血糖监测 (99)

(35) 胰岛素 (100)

(36) 胰岛素泵 (101)

(37) 血糖监测 (102)

家庭保健

预后康复

- 急性并发症 (102)
- 慢性并发症 (104)

新药特药

- 达美康 (113)
- 糖脉康颗粒 (116)

新技术新方法

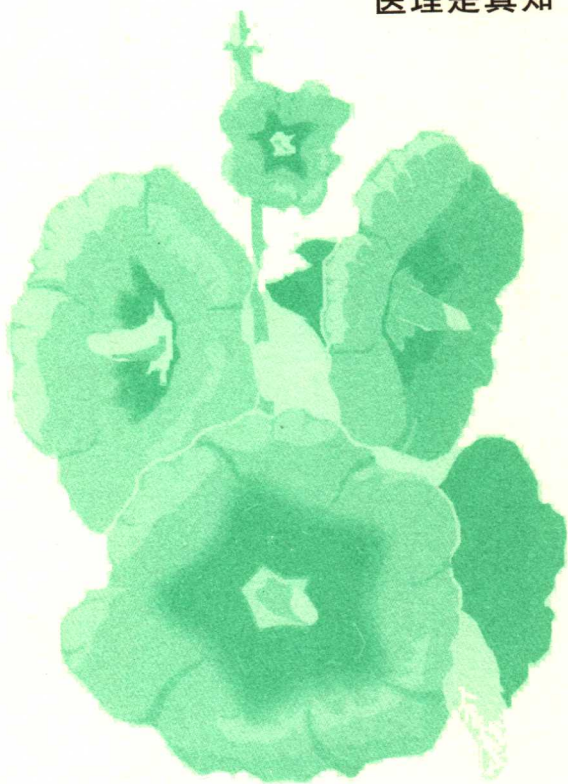
- 胰岛素笔式注射器 (119)
- 胰岛素泵 (120)

关键词索引

- (123)

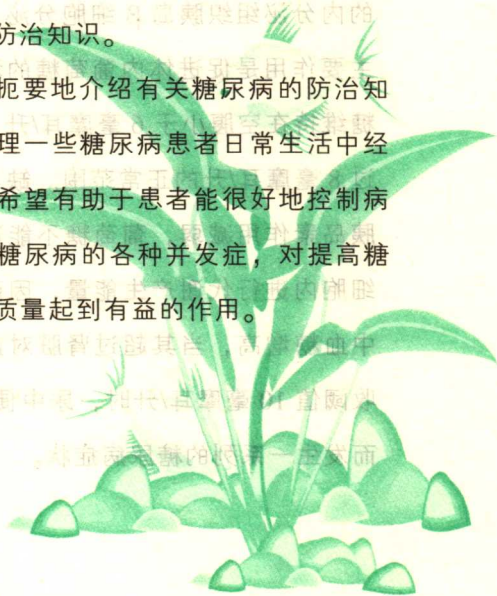
一般知识

健康需知识
医理是真知



糖尿病是一种常见的内分泌、代谢疾病。全球约有糖尿病患者 1.3 亿，在中国也约有 4 千万糖尿病患者。病情控制不佳的患者，常可发生眼、心、肾、周围血管及神经并发症，使个人和家庭遭受很大的危害。因此，糖尿病已成为全球性严重影响人民健康的疾病。1991 年世界卫生组织和国际糖尿病联盟决定，将每年 11 月 14 日定为“世界糖尿病日”，要求于该日向人民群众宣传有关糖尿病的防治知识。

本书将简洁扼要地介绍有关糖尿病的防治知识，以及怎样处理一些糖尿病患者日常生活中经常遇到的问题，希望有助于患者能很好地控制病情，减少或延缓糖尿病的各种并发症，对提高糖尿病患者的生活质量起到有益的作用。



什么是糖尿病

进入人体的食物，经消化道吸收分解后形成葡萄糖，也称血糖。胰岛素由胰腺的内分泌组织胰岛 β 细胞分泌。胰岛素的主要作用是促进体内葡萄糖的利用，使血糖维持在空腹小于 6 毫摩尔/升，餐后不超过 8 毫摩尔/升的正常范围。缺乏胰岛素或胰岛素作用减弱，葡萄糖不能进入各组织细胞内进行代谢产生能量，因而血液循环中血糖增高，当其超过肾脏对血糖的再吸收阈值 10 毫摩尔/升时，尿中便出现尿糖，而发生一系列的糖尿病症状。