

中老年常见病用药选择指南丛书

糖尿病的 防治与用药选择

甄永存 甄健存 成 宇 编著



中国计量出版社

中老年常见病用药选择指南丛书

糖尿病的防治与用药选择

甄永存 甄健存 成宇 编著

中国计量出版社

图书在版编目(CIP)数据

糖尿病的防治与用药选择/甄永存等编. —北京:中国计量出版社, 2000.9

(中老年常见病用药选择指南丛书)

ISBN 7-5026-1330-7

I. 糖… II. 甄… III. ①糖尿病-防治 ②糖尿病-用药法 IV. R587.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 38024 号

内 容 提 要

本书详细介绍了有关糖尿病的防治和药物选择中糖尿病的病
因、临床表现、诊断与治疗急慢性并发症、口服降糖药的选择、胰岛
素治疗、中医治疗常用药选择和糖尿病康复治疗等方面的知识。

本书适合糖尿病患者及其家属和基层医务工作者阅读。

中国计量出版社出版

北京和平里西街甲 2 号

邮政编码 100013

电话 (010) 64275360

北京市迪鑫印刷厂印刷

新华书店北京发行所发行

版权所有 不得翻印

*

787 mm × 960 mm 32 开本 印张 6.5 字数 102 千字

2000 年 9 月第 1 版 2000 年 9 月第 1 次印刷

*

印数 1—3 000 定价:11.00 元

《中老年常见病用药选择指南丛书》

编委会名单

主编 甄健存 战嘉怡

编委 谢晓慧 王育琴

赵惠平 成 宇

随着社会经济的进步和物质文化生活的不断提高，人们越来越关注健康。有一句关于健康的谚语告诉我们，你自己真正拥有的只有健康。北京市最近一次公众调查显示，把健康视为最关心问题的人达70%以上。自我保健、自我治疗、自我护理、自我购药用药的人越来越多。但是，有了健康的愿望并不等于就拥有了健康，关键是要正确掌握科学、合理的医疗保健知识。如若不是，轻则无助于健康，重则适得其反，甚至危及生命。

党和国家历来十分重视人民的健康和医药知识的科学普及。党中央最近指出，要坚持不懈地普及科学技术知识，普及那些与群众日常生活密切相关的自然科学、医药卫生、科学健身和生老病死方面的知识，帮助人们掌握科学思想和科学方法。

为了是让更多的人了解掌握医药保健的科学知识，两位主编在中国计量出版社的支持下，组织了北京积水潭医院、北京宣武医院、北京同仁医院等医疗单位的医药专家编写了本套丛书。对此，我十分支持。我希望更多的医药工作者拿起笔来，像本

丛书的作者这样，把科学医药知识传播给广大人民群众，这是我们首都广大医药工作者的天职。

本套丛书写得很有特色，全书按病种分册，每册中不仅介绍该疾病的发病原因、疾病表现、预防措施，常用药物，而且为了防止药物滥用，强调了药物的不良反应及用药注意事项。对指导合理用药很有帮助。编写中不但注意深入浅出、通俗易懂，同时还力求将作者在临床中的经验体会和该类疾病的最新科研进展反映出来。所以说，这套丛书无论对广大普通群众，还是对于我们专业人员，都值得一读。我相信，这套丛书一定会成为家庭保健的指南和广大读者的良师益友。

北京市卫生局副局长
北京药学会理事长 史炳忠

2000 年 3 月

前 言

糖尿病是一种慢性的、全身代谢性疾病。所谓慢性,是指糖尿病缠绵难愈、遗患终身;全身性则意味着糖尿病会累及全身各个脏器和组织。二三十年前,对于中国人来说糖尿病还很陌生。然而,随着人们生活水平的提高和人均寿命的延长,糖尿病的发病率迅速增加。我国近 20 年来,糖尿病的患病率急剧上升,目前城市人口中糖尿病的患病率已达 2% ~ 3%。全球患糖尿病的人数已达 1.6 亿,糖尿病已成为世界第三位的死亡原因。我国糖尿病的患病人数将近 3000 万,是全世界患糖尿病人数最多的国家之一,并且还在以极快的速度增长。虽然糖尿病直接致死并不多见,但是糖尿病的各种急、慢性并发症却是直接致死或致残的主要原因。所以说糖尿病直接影响着人们的寿命和生活质量。糖尿病的发病不仅与遗传因素有关,更与多种环境因素有关,这与人们生活方式的改变,生活节奏加快,饮食中热量增加,以及体力活动减少密切相关。糖尿病常被人们称作现代文明病。

糖尿病及其合并症大大降低了患者的生活质

量,也大大增加了卫生资源的消耗。请看下面这组触目惊心的数字:

由于糖尿病引起失明的人数是非糖尿病引起失明人数的 25 倍!

由于糖尿病引起下肢动脉闭塞的人数是非糖尿病引起下肢动脉闭塞人数的 26 倍!

由于糖尿病合并肾衰的人数是非糖尿病合并肾衰人数的 17 倍!

由于糖尿病导致截肢人数是非糖尿病导致截肢人数的 15 倍!

由于糖尿病合并冠心病的人数是非糖尿病合并冠心病人数的 4 倍!

由于糖尿病引起血脂代谢紊乱的人数是非糖尿病引起血脂代谢紊乱人数的 3 倍!

由于糖尿病引起高血压的人数是非糖尿病引起高血压人数的 2 倍!

因此,使糖尿病人的生活质量和寿命接近正常人是全世界的医、药专家们奋斗的目标!而糖尿病的健康教育是糖尿病人控制疾病的最重要手段之一。为此,我们编写了这本书,共分五个部分向读者朋友们介绍了糖尿病病因、糖尿病的合并症、糖尿病的诊断、糖尿病的治疗、糖尿病的监测及生活调理。作者尽量将深奥的医学专业知识用通俗、形象的语言介绍给读者,希望为糖尿病患者以及患者的亲属们提供一些相关知识,以利于大家共同努力战胜糖尿病这一严重威胁着人民健

康的疾病。祝所有的糖尿病朋友们都拥有和健康人一样的生活！

编者

2000 年 3 月于北京

目 录

第一章 糖尿病概述	(1)
一、胰岛的生理作用	(2)
二、血糖与尿糖	(4)
1. 正常血糖	(4)
2. 血糖的调节	(4)
3. 尿糖	(6)
4. 肾糖阈	(6)
5. 高血糖的危害	(7)
三、糖尿病流行病学及病因	(8)
1. 糖尿病的定义	(8)
2. 糖尿病的分型	(8)
3. 糖尿病流行病学	(9)
4. 糖尿病病因与发病机制	(11)
四、糖尿病临床特点	(12)
1. 糖尿病临床表现	(12)
2. 1 型糖尿病的临床特点	(16)
3. 2 型糖尿病的临床特点	(16)
五、糖尿病的诊断	(18)
(一) 糖尿病诊断标准	(18)
1. 世界卫生组织(WHO)1985 年诊断 标准	(18)
2. IDF 1997 年糖尿病诊断标准	(18)
(二) 糖尿病的实验室检查	(20)

(三)糖尿病的早期诊断	(22)
第二章 糖尿病并发症	(23)
一、糖尿病急性并发症	(24)
(一)糖尿病酮症酸中毒	(24)
1. 病因与临床表现	(24)
2. 糖尿病酮症酸中毒的预防	(25)
(二)糖尿病非酮症高渗昏迷	(26)
1. 病因与临床表现	(26)
2. 糖尿病高渗昏迷的预防	(27)
(三)糖尿病乳酸性酸中毒	(28)
1. 病因与临床表现	(28)
2. 糖尿病乳酸性酸中毒的预防	(29)
(四)低血糖	(29)
1. 病因与临床表现	(29)
2. 低血糖预防	(31)
二、糖尿病慢性并发症	(34)
(一)糖尿病性心脏病	(35)
(二)糖尿病合并高血压	(36)
(三)糖尿病与脑血管病	(37)
(四)糖尿病神经病变	(38)
(五)糖尿病肾病	(39)
(六)糖尿病与眼部疾病	(41)
(七)糖尿病足	(41)
(八)糖尿病与消化道疾病	(43)
(九)糖尿病性高脂血症	(44)
1. 糖尿病性高脂血症的临床表现	(44)

II

2. 糖尿病高脂血症的预防	(46)
(十) 糖尿病与感染	(46)
1. 糖尿病易发生感染的病因	(47)
2. 糖尿病感染的防治	(48)
(十一) 其它	(48)
(十二) 老年糖尿病	(49)
1. 老年糖尿病的病因病理	(50)
2. 老年糖尿病的临床表现	(50)
3. 老年糖尿病的诊断	(52)
4. 老年糖尿病的并发症	(53)
5. 老年糖尿病的治疗	(53)
第三章 糖尿病的基本治疗	(60)
一、糖尿病教育	(60)
1. 为什么要接受糖尿病教育	(60)
2. 糖尿病教育有哪些方法	(62)
3. 糖尿病人应接受的教育内容	(62)
二、糖尿病运动疗法	(62)
1. 糖尿病病人的体育锻炼	(63)
2. 运动项目的选择	(64)
3. 运动的时间选择	(65)
4. 糖尿病运动中的注意事项	(66)
三、糖尿病饮食治疗	(68)
(一) 饮食治疗的意义	(68)
(二) 饮食治疗的目的	(68)
1. 维持标准体重	(68)
2. 纠正代谢紊乱	(69)

3. 减少胰岛负担	(69)
4. 有效控制血糖	(69)
(三) 饮食治疗的原则	(69)
1. 适度摄入热量	(69)
2. 饮食结构合理	(69)
3. 进食方法	(70)
(四) 饮食中三大营养素的分配	(71)
1. 碳水化合物	(71)
2. 蛋白质	(72)
3. 脂肪	(74)
4. 多纤维素食物	(75)
5. 维生素与矿物质	(76)
6. 盐、酒类	(77)
(五) 糖尿病人食谱设计的方法	(77)
1. 细算法	(78)
2. 粗算法	(79)
3. 食品交换份法	(80)
(六) 糖尿病肾病饮食管理	(85)
1. 糖尿病肾病的饮食治疗原则	(85)
2. 糖尿病肾病饮食治疗方案	(86)
(七) 糖尿病高脂血症的饮食管理	(88)
1. 高脂血症 I 型的饮食治疗	(88)
2. 高脂血症 II 型饮食治疗	(89)
3. 高脂血症 III 型的饮食治疗	(90)
4. 高脂血症 IV 型的饮食治疗	(90)
5. 高脂血症 V 型的饮食治疗	(91)

(八)糖尿病膳食及甜味剂的合理	
摄取	(92)
1. 甜味剂的种类	(92)
2. 糖尿病患者如何合理选用糖和甜	
味剂	(93)
(九)糖尿病蔬菜、水果与饮料的合理	
摄取	(94)
1. 蔬菜	(94)
2. 水果	(95)
3. 饮料	(95)
(十)经常外出就餐的糖尿病饮食	(96)
1. 饮食原则	(96)
2. 注意事项	(97)
(十一)糖尿病饮食治疗的常见误区	(98)
第四章 糖尿病治疗的药物选择	(99)
一、口服降血糖药的选择	(100)
(一)磺脲类降糖药	(100)
1. 磺脲类降糖药的作用机制	(100)
2. 磺脲类降糖药的种类与用法	(101)
3. 磺脲类降糖药的适应症	(108)
4. 磺脲类降糖药的禁忌症	(108)
5. 磺脲类降糖药常见的副作用	(109)
6. 磺脲类药所致的低血糖症	(109)
7. 磺脲类药物失效	(110)
8. 磺脲类药物的相互作用	(111)
(二)双胍类降糖药	(112)

1. 双胍类降糖药的作用机制	(112)
2. 双胍类降糖药的种类与用法	(112)
3. 双胍类降糖药的适应症	(114)
4. 双胍类降糖药的禁忌症	(114)
5. 双胍类降糖药常见的副作用	(115)
6. 双胍类降糖药的合理应用	(115)
(三) α -葡萄糖苷酶抑制剂	(116)
1. α -葡萄糖苷酶抑制剂的作用机制	(116)
2. α -葡萄糖苷酶抑制剂的种类与 用法	(116)
3. α -葡萄糖苷酶抑制剂的适应症	(118)
4. α -葡萄糖苷酶抑制剂的副作用	(119)
(四) 其它口服降血糖药	(119)
二、胰岛素治疗	(120)
(一) 采用胰岛素治疗的目标	(121)
1. 治疗目的	(121)
2. 强化治疗的利弊	(122)
(二) 胰岛素治疗的适应症	(123)
1. 1型糖尿病	(123)
2. 糖尿病急性并发症	(123)
3. 营养不良	(123)
4. 口服降糖药无效者	(123)
5. 应激状态	(124)
6. 严重慢性并发症或重要器官病变	(124)
7. 其它	(124)
(三) 胰岛素产品和制剂	(125)

1. 胰岛素的生产	(125)
2. 胰岛素的种类	(126)
3. 胰岛素的保存	(129)
(四)采用胰岛素治疗方案	(131)
1. 1型糖尿病胰岛素治疗方案	(131)
2. 2型糖尿病胰岛素治疗方案	(132)
(五)胰岛素治疗剂量的调整	(134)
1. 1型糖尿病	(134)
2. 2型糖尿病	(135)
(六)胰岛素治疗的副作用和并发症	(135)
1. 低血糖反应	(135)
2. 过敏反应	(136)
3. 皮下脂肪萎缩或肥厚	(136)
4. 胰岛素水肿	(137)
5. 胰岛素抵抗	(137)
6. 其它	(137)
(七)采用胰岛素治疗需注意的问题	(138)
三、中医治疗糖尿病的常用中药选择	(163)
第五章 糖尿病监测及生活调整	(166)
一、糖尿病自我监测的意义和目的	(166)
(一)有益于治疗方案的调整	(166)
(二)有益于糖尿病知识的传授	(167)
二、糖尿病自我监测的内容和方法	(167)
(一)建立个人病历档案	(167)
(二)血糖监测	(169)
1. 血糖自我监测的优点	(170)

2. 血糖自我监测间隔时间	(170)
3. 测血糖的一般步骤	(170)
4. 反映糖代谢水平的有关化验	(171)
5. 糖尿病代谢控制指标	(171)
(三) 尿糖监测	(172)
(四) 尿酮体监测	(174)
(五) 糖化血红蛋白监测	(175)
(六) 血脂监测	(175)
(七) 尿白蛋白监测	(176)
三、糖尿病生活调整	(177)
(一) 心理调整	(177)
(二) 糖尿病与职业	(178)
(三) 糖尿病与社会活动	(179)
(四) 其它	(180)
1. 糖尿病患者节假日如何用餐	(180)
2. 糖尿病患者怎样安全过冬	(180)
3. 糖尿病防治常见的十大误区	(181)
4. 糖尿病保健品的应用	(186)