



支忠继 张力辉 主编



住院伴侣 伴你住院

糖尿病

ZHUYUAN BANLÜ BANNI ZHUYUAN

TANGNIAOBING



河北科学技术出版社

支忠继 张力辉 主编

住院伴侣 伴你住院

糖尿病

ZHUYUAN BANLÜ BANNI ZHUYUAN

河北科学技术出版社

主 编 支忠继 张力辉
副主编 王 燕 郝咏梅 段俊婷 庞建华
编 委 孟凤苓 王 绵 周 红 赵占胜 宋庆芳
张如锋 刘俊英 赵丽岩 李玉坤 殷立新
师伟策

图书在版编目 (C I P) 数据

糖尿病/支忠继,张力辉主编. —石家庄:河北科学技术出版社,2005

(住院伴侣)

ISBN 7 - 5375 - 3265 - 6

I. 糖 ... II. ①支 ... ②张 ... III. 糖尿病—防治
IV. R587.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 105742 号

住院伴侣 伴你住院

糖尿病

支忠继 张力辉 主编

出版发行 河北科学技术出版社

地 址 石家庄市友谊北大街 330 号(邮编:050061)

印 刷 白求恩军医学院印刷厂

经 销 新华书店

开 本 850 × 1168 1/32

印 张 8.75

字 数 198000

版 次 2006 年 1 月第 1 版

2006 年 1 月第 1 次印刷

印 数 4000

定 价 18.00 元

<http://www.hkpress.com.cn>

— 前 言 —

在我国，糖尿病已成为威胁人民群众健康的第三大慢性疾病。糖尿病是导致心、脑血管疾病死亡的主要原因，同时还是失明和肾功能不全的最主要因素，糖尿病患者需要截肢者比普通人高 15 ~ 40 倍，如何预防和控制糖尿病及其并发症已成为人们普遍关注的问题。

本书用通俗易懂的语言，系统、详尽地讲述了糖尿病的病因、临床特点、诊断标准、治疗原则、相关化验、检查及日常生活起居的注意事项，以期使读者尤其是住院病人对糖尿病有一个正确的认识，把握本病的规律，从而配合治疗，防止或延缓并发症的发生。

由于编者水平有限，不妥之处在所难免，敬请广大读者批评指正！

编 者



目 录

住院须知

- | | |
|-------|----------------------|
| (1) | 1. 就诊时怎样叙述病情? |
| (2) | 2. 糖尿病患者出现哪些情况应看急诊? |
| (2) | 3. 糖尿病患者何时需住院治疗? |
| (3) | 4. 住院治疗有哪些好处? |
| (4) | 5. 怎样办理住院手续? |
| (4) | 6. 住院部人员是怎样分工的? |
| (5) | 7. 医院的作息时间是怎样的? |
| (5) | 8. 住院病人怎样选择膳食? |
| (5) | 9. 怎样配合医务人员监测血糖? |
| (6) | 10. 怎样配合护士输液? |
| (7) | 11. 怎样配合医护人员测量体温和血压? |
| (7) | 12. 怎样办理转科手续? |
| (8) | 13. 糖尿病患者何时可以出院? |
| (9) | 14. 出院时应注意哪些问题? |
| (9) | 15. 怎样办理出院手续? |





(9)

16. 出院后何时复诊为好?

基础知识

(11)

1. 什么是糖尿病?

(12)

2. 为什么会得糖尿病?

(14)

3. 糖尿病的发病机理是怎样的?

(15)

4. 什么是胰岛素抵抗?

(16)

5. 糖尿病有什么危害?

(17)

6. 哪些人易患糖尿病?

(18)

7. 胰岛素有什么作用?

(18)

8. 什么是血糖?

(20)

9. 血糖是如何调节的?

(22)

10. 指尖血糖和静脉血糖有区别吗?

(22)

11. 什么是糖化血红蛋白? 有何临床意义?

(24)

12. 什么是果糖胺? 有何临床意义?

(24)

13. 什么是尿糖?

(25)

14. 低血糖症和低血糖反应是一回事吗?

(26)

15. 什么是黎明现象?

(27)

16. 什么是蜜月期?

(27)

17. 肥胖与糖尿病有关系吗?

(28)

18. 血脂代谢异常为何与糖尿病关系密切?

(29)

19. 糖尿病为什么伴有动脉粥样硬化?

(31)

20. 为什么糖尿病患者容易感染?

(31)

21. 糖尿病会遗传吗?

- (32) 22. 糖尿病患者妊娠对胎儿和孕妇有何影响?
- (33) 23. 糖尿病能根治吗?
- (34) 24. 糖尿病可以预防吗?

诊断

- (37) 1. 怎样诊断糖尿病?
- (38) 2. 糖尿病是如何分型的?
- (39) 3. 糖尿病的典型表现有哪些?
- (40) 4. 糖尿病有哪些早期“信号”?
- (41) 5. 什么是 1 型糖尿病? 其特点是什么?
- (42) 6. 什么是成年晚发 1 型糖尿病?
- (43) 7. 什么是 2 型糖尿病? 其特点是什么?
- (45) 8. 黑棘皮病是儿童 2 型糖尿病的预警信号吗?
- (46) 9. 1 型糖尿病与 2 型糖尿病如何区别?
- (48) 10. 什么是继发性糖尿病?
- (48) 11. 什么是妊娠糖尿病? 如何诊断?
- (50) 12. 哪些人容易患妊娠糖尿病?
- (50) 13. 葡萄糖耐量试验方法有几种? 如何进行?
- (52) 14. 如何分析馒头试验或糖耐量试验的结果?
- (53) 15. 什么是糖耐量异常? 意义是什么?





糖 尿 病

- | | |
|--------|------------------------------------|
| (54) | 16. 尿糖阳性应如何鉴别诊断? |
| (55) | 17. 糖尿病有哪些急、慢性并发症? |
| (56) | 18. 什么是糖尿病酮症酸中毒? 如何形成的? |
| (57) | 19. 糖尿病酮症酸中毒的诱因有哪些? 有哪些临床表现? |
| (59) | 20. 如何诊断糖尿病酮症酸中毒? |
| (59) | 21. 糖尿病酮症酸中毒容易出现哪些并发症? 预后如何? |
| (61) | 22. 什么是高渗性非酮症性糖尿病昏迷? |
| (62) | 23. 高渗性非酮症性糖尿病昏迷常见的诱因有哪些? 有哪些临床表现? |
| (63) | 24. 什么是糖尿病乳酸性酸中毒? |
| (64) | 25. 糖尿病患者引起乳酸性酸中毒的原因有哪些? |
| (65) | 26. 糖尿病乳酸性酸中毒如何诊断? |
| (66) | 27. 低血糖有哪些表现? 怎样诊断? |
| (67) | 28. 胰岛素治疗过程中发生低血糖的主要原因有哪些? |
| (67) | 29. 老年人发生低血糖有哪些特点? |
| (68) | 30. 糖尿病肾病的发展过程是怎样的? |
| (69) | 31. 糖尿病肾病怎样分期? |
| (70) | 32. 如何早期发现糖尿病肾病? |
| (72) | 33. 肾功能不全患者有何临床表现? |

- (73) 34. 糖尿病周围神经病变的特点是什么?
- (74) 35. 糖尿病植物神经病变有何表现?
- (75) 36. 神经源性膀胱如何诊断?
- (76) 37. 糖尿病眼部并发症有哪些?
- (79) 38. 没有眼部症状是否需要眼底检查?
- (80) 39. 白内障与糖尿病的关系是怎样的?
- (81) 40. 糖尿病视网膜病变为何容易引起失明?
- (82) 41. 糖尿病对心脏的损害有哪些?
- (84) 42. 糖尿病性心脏病有哪些特点?
- (85) 43. 脑血管病和糖尿病有关系吗?
- (86) 44. 糖尿病与高血压的关系如何?
- (87) 45. 什么是糖尿病足? 是如何形成的?
- (89) 46. 哪些情况可加重糖尿病足?
- (89) 47. 糖尿病足常用的检查有哪些?
- (93) 48. 糖尿病足的高发人群及危险信号有哪些?
- (94) 49. 糖尿病细菌感染性皮肤病变有哪些?
- (96) 50. 糖尿病患者为何容易合并真菌感染?
- (97) 51. 什么是糖尿病性大疱?
- (98) 52. 糖尿病与肺结核有什么关系?
- (99) 53. 糖尿病患者常见的口腔疾病有哪些?
- (100) 54. 糖尿病患者为什么容易发生口腔病变?





糖 尿 病

- (101) 55. 什么是糖尿病皮肤瘙痒症?
- (101) 56. 男性糖尿病患者性功能障碍有哪些表现?
- (102) 57. 糖尿病患者为何容易患骨质疏松?

药物治疗

- (104) 1. 糖尿病的控制目标是什么?
- (104) 2. 口服降糖药的种类有哪些?作用机制是什么?
- (106) 3. 如何选择口服降糖药?
- (106) 4. 口服降糖药物是否可以联合应用?
- (107) 5. 什么叫磺脲类降糖药原发性和继发性失效?
- (108) 6. 口服降糖药对肝肾功能有什么影响?
- (109) 7. 糖尿病患者能否自我调节口服降糖药物的剂量?
- (110) 8. 容易导致低血糖的药物有哪些?
- (111) 9. 用胰岛素治疗的患者如何改为口服降糖药?
- (111) 10. 什么人需要胰岛素治疗?
- (113) 11. 如何选择胰岛素制剂?
- (113) 12. 影响胰岛素疗效的因素有哪些?
- (115) 13. 胰岛素过敏应如何处理?
- (115) 14. 有不需要注射的胰岛素吗?

- (117) 15. 什么是胰岛素类似物? 有哪些优点?
- (118) 16. 如何调整胰岛素剂量?
- (119) 17. 胰岛素治疗的利弊有哪些?
- (120) 18. 如何选择胰岛素注射部位?
- (120) 19. 空腹高血糖有哪些原因? 应如何处理?
- (121) 20. 胰岛素强化治疗的适应证和注意事项有哪些?
- (122) 21. 什么人需要胰岛素泵治疗?
- (123) 22. 怎样使用胰岛素泵?
- (124) 23. 胰腺、胰岛移植治疗糖尿病的现状如何?
- (125) 24. 妊娠糖尿病和糖尿病妊娠应如何治疗?
- (126) 25. 妊娠糖尿病患者产后如何随访?
- (127) 26. 如何治疗糖尿病酮症酸中毒?
- (128) 27. 如何预防糖尿病酮症酸中毒?
- (128) 28. 如何预防糖尿病高渗性昏迷?
- (129) 29. 怎样治疗糖尿病乳酸性酸中毒?
- (130) 30. 有哪些措施可预防糖尿病乳酸性酸中毒?
- (131) 31. 如何预防低血糖症?
- (132) 32. 如何治疗低血糖反应?
- (133) 33. 糖尿病肾病应如何治疗?
- (135) 34. 糖尿病肾病患者何时需要透析治疗?
- (136) 35. 如何治疗糖尿病植物神经病变?





糖 尿 病

- (137) 36. 糖尿病视网膜病变在何种情况下需进行激光治疗?
- (138) 37. 糖尿病患者血脂应控制在何种水平?
- (138) 38. 糖尿病患者应如何选择降脂药物?
- (141) 39. 糖尿病性高血压的治疗目标是什么?
- (141) 40. 糖尿病高血压患者如何选择药物治疗?
- (144) 41. 糖尿病合并冠心病的治疗措施有哪些?
- (146) 42. 糖尿病患者是否能行 PTCA?
- (147) 43. 如何治疗糖尿病足?
- (149) 44. 何时选择截肢治疗?
- (149) 45. 糖尿病性大疱如何处理?
- (150) 46. 糖尿病口腔病变应如何治疗?
- (151) 47. 对口腔疾病进行治疗时应注意哪些问题?
- (151) 48. 勃起功能障碍如何治疗?
- (152) 49. 如何降低阴茎勃起功能障碍的发生?
- (152) 50. 糖尿病患者服用万艾可注意什么?
- (153) 51. 女性糖尿病患者性功能障碍如何治疗?
- (153) 52. 糖尿病骨质疏松如何治疗?

调护

- (155) 1. 糖尿病患者易伴发哪些心理障碍?
- (156) 2. 如何帮助糖尿病患者克服心理障碍?
- (157) 3. 糖尿病患者如何自我调节心理压力?
- (159) 4. 糖尿病患者应当了解什么?
- (159) 5. 青春期对 1 型糖尿病有影响吗?
- (160) 6. 糖尿病患者家属如何协助病人治疗?
- (162) 7. 怎样的生活方式适合糖尿病患者?
- (163) 8. 糖尿病患者饮食治疗的原则是什么?
- (164) 9. 糖尿病患者在外就餐时应注意什么?
- (165) 10. 干果能作为糖尿病患者的充饥食物吗?
- (165) 11. 糖尿病患者要少吃盐吗?
- (166) 12. 糖尿病患者如何判断自己的体重是否正常?
- (166) 13. 饮食治疗对糖尿病患者很重要吗?
- (167) 14. 如何控制饮食?
- (168) 15. 糖尿病患者如何选择水果?
- (169) 16. 糖尿病患者如何进行食品交换?
- (169) 17. 什么是血糖指数? 对糖尿病的饮食治疗有何作用?
- (174) 18. 糖尿病患者标准食谱有哪些?
- (184) 19. 对糖尿病患者为什么主张少食多





- 餐、定时定量进餐？
- (185) 20. 糖尿病患者酷暑时饮食应注意什么？
- (186) 21. 为什么说吃豆类食品有利于糖尿病控制？
- (186) 22. 南瓜可以降低血糖吗？
- (187) 23. 糖尿病患者可以食用的甜味剂有哪些？
- (189) 24. 糖尿病患者上班时如何就餐？
- (191) 25. 可以通过不吃早餐来降低上午的高血糖吗？
- (191) 26. 糖尿病患者能随意吃“无糖”食品吗？
- (192) 27. 控制主食的摄入就等于饮食控制吗？
- (192) 28. 糖尿病患者能吃水果吗？
- (193) 29. 爱吃甜食的糖尿病患者怎么办？
- (194) 30. 家属如何帮助患者坚持饮食治疗？
- (195) 31. 常用的降糖食物有哪些？
- (198) 32. 常用的降糖药茶有哪些？
- (200) 33. 糖尿病患者如何进行药膳治疗？
- (204) 34. 治疗糖尿病的民间验方有哪些？
- (205) 35. 糖尿病便秘患者怎样进行饮食护理？
- (206) 36. 妊娠糖尿病患者的饮食原则是什么？
- (208) 37. 糖尿病儿童的饮食疗法应注意哪些问题？

- (210) 38. 老年糖尿病患者的饮食治疗应注意哪些问题?
- (210) 39. 糖尿病患者合并血脂紊乱时有哪些饮食要求?
- (211) 40. 糖尿病肾病患者如何进食?
- (213) 41. 糖尿病患者可以吸烟吗?
- (213) 42. 饮酒对糖尿病患者的影响有多大?
- (215) 43. 糖尿病患者可以喝药酒吗? 有哪些注意事项?
- (216) 44. 吸烟对药物疗效有哪些影响?
- (217) 45. 为什么要进行糖尿病教育?
- (218) 46. 应对哪些人进行糖尿病教育?
- (219) 47. 糖尿病患者自我监测有什么意义?
- (219) 48. 影响血糖测定的因素有哪些?
- (220) 49. 怎样进行血糖、尿糖的自我监测?
- (221) 50. 怎样使用尿糖试纸?
- (222) 51. 如何烧尿糖?
- (223) 52. 如何巧用尿糖检测?
- (224) 53. 自我监测尿糖时应注意什么?
- (224) 54. 如何选购血糖仪?
- (225) 55. 血糖监测仪出现误差怎么办?
- (227) 56. 使用血糖仪怎样采集血样? 采血针是否可反复使用?
- (228) 57. 血糖试纸条如何保存?
- (229) 58. 糖尿病患者如何监测病情变化?





- | | |
|-------|--------------------------|
| (230) | 59. 糖尿病患者应定期做哪些相关检查? |
| (231) | 60. 如何做好糖尿病患者的健康指导? |
| (232) | 61. 运动对糖尿病患者有何益处? |
| (233) | 62. 糖尿病患者如何进行运动治疗? |
| (233) | 63. 糖尿病患者在何种情况下不能进行运动治疗? |
| (234) | 64. 如何选择运动强度? |
| (235) | 65. 如何选择运动项目? |
| (235) | 66. 如何掌握运动的时机、持续时间和运动频率? |
| (236) | 67. 如何判断运动治疗是否有效? |
| (237) | 68. 糖尿病患者在运动时应注意什么? |
| (238) | 69. 常见的运动误区有哪些? |
| (240) | 70. 工作繁忙时如何安排运动? |
| (241) | 71. 糖尿病患者旅游时应注意哪些问题? |
| (243) | 72. 如何避免运动中低血糖的发生? |
| (244) | 73. 糖尿病患者开车要注意什么? |
| (246) | 74. 使用胰岛素的心理误区有哪些? |
| (249) | 75. 胰岛素应如何保存? |
| (249) | 76. 注射胰岛素时应注意什么? |
| (250) | 77. 注射胰岛素怎样减轻疼痛? |
| (250) | 78. 注射胰岛素后是否可以不控制饮食? |
| (251) | 79. 糖尿病患者是否可以结婚? 婚后能否怀孕? |

- (251) 80. 糖尿病妇女准备怀孕及怀孕后应注意哪些问题?
- (252) 81. 糖尿病对性功能有影响吗?
- (253) 82. 糖尿病患者需要手术时应注意什么?
- (253) 83. 糖尿病患者如何护理好自己的皮肤?
- (254) 84. 糖尿病患者如何洗澡?
- (255) 85. 糖尿病患者如何保护牙齿?
- (256) 86. 糖尿病患者过节怎么办?
- (260) 87. 糖尿病患者如何保护足?
- (262) 参考文献

