



科文医学

科文医学文库·中老年健康译丛

中老年糖尿病

(日)东京都老人综合研究所 著
北京科文国略信息公司组织翻译



中国老年保健协会推荐

中国人口出版社
科文(香港)出版有限公司

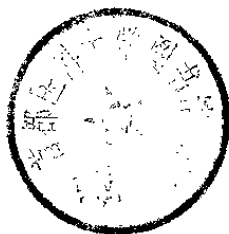
1587.1
777

科文医学文库·中老年健康译丛

中老年糖尿病

[日]东京都老人综合研究所 编
北京科文国略信息公司组织翻译
陈 践 张 艺 译

Y861/02



中国人口出版社

Science



A0289703

.K.)

著作权合同登记图字:01-98-0065

图书在版编目(CIP)数据

中老年糖尿病/日本东京都老人综合研究所著;陈践等译.-北京:中国人口出版社,1998.2

(中老年健康译丛)

ISBN 7-80079-426-1

I. 中… II. ①陈… ②陈… III. ①中年人-糖尿病-防治 ②老年人-糖尿病-防治 IV. R587.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 01758 号

この中国語版は、日本で(株)東京化学同人より出版された“中高年と健康 7. 中老年の糖尿病”の日本語版を翻訳したものであり、
© 1993(財)東京都老人総合研究所

中文简体版权© 1997 科文(香港)出版有限公司

中国人口出版社出版

中老年健康译丛·中老年糖尿病

东京都老人综合研究所 著

北京科文国略信息公司组织翻译

中国人口出版社/科文(香港)出版有限公司出版

批发:中国人口出版社发行部

《开发区导刊》杂志社读者服务部

电话:010-68420599, 传真:010-68420399

北京京海印刷厂印刷

新华书店经销

开本:787×1092 毫米 1/32 印张:4.5 字数:65 千字

1998 年 4 月第 1 版 1998 年 4 月第 1 次印刷

印数:1—50000 册

ISBN 7-80079-426-1/R·116

定价:7.00 元

特色

基本医学知识的系统介绍

从医学的基础知识到最尖端的前沿
本书中给予全面的解说

通俗的语言

用老百姓的话,讲老百姓的病
一扫照搬医学教科书的写法

世界最先端的专家执笔

世界著名的东京都老人综合研究所
全体出马,讲解老年病的知识

涉及面广

全书涉及老人生活中防病治病
的方方面面细致入微令人惊叹

大量的图表资料

数百幅插图,数百个图表,集中了人量
的调查研究成果,举世罕见

老年人儿女们皆宜

老年人读后知道怎样照顾自己,儿女
们读后知道怎样关心父母

专家译稿,专家审稿

全部丛书由国内临床医生担任翻译,
再由专家审查,丝毫不马虎

内 容 简 介

糖尿病的患病率据认为是 40 岁以上的人中,每 10 人中就有一人,另外,糖尿病合并有多种合并症。对这种危害较大的疾病首先不要害怕、不要灰心,其实,预防与治疗方面都具有可能性。

本书中,糖尿病专家们将就预防方法、治疗方法及日常生活中的注意点等方面,逐项地予以细致的说明,通过对此病的理解,学会一些对该病的对策,可以使中老年人们与糖尿病之间相安无事。

出版说明

《中老年健康译丛》由全日本最著名的老人医疗机构——东京都老人综合研究所编著。全书十六分卷，集中了该研究所二十多年的资料而成，在医学水平上，内容上，资料采集上及编者选择上均堪称世界一流。在日本国内长销不衰。

书中全面介绍了中老年常见的的生活，保健和防病治病中的问题。每卷谈一个问题，涉及老人的心理，生理及生活方面的变化，以及具体的常见病，如：脑的变化，高血压，糖尿病，白内障，失禁，骨质疏松及肿瘤等。并针对每个问题提出具体对策，极具指导意义。书中语言通俗，图文并茂。一扫同类书中常见的照搬医学教科书的弊病，是不可多得的一套好书。被中国老年保健协会定为推荐书目。

日本人均寿命居世界首位，生活习惯，人种及常见疾病与我国基本一致。全书主要翻译者均由临床医生担任。相信这会是一套极高水平的中老年保健丛书，本书将给我国的中老年人提供很多科学的健康知识和保健方法。

本书的版权引进过程中，东京化学同人出版社的住田六连先生给予了极大的支持与协助，在此谨表谢意。

中国人口出版社
科文(香港)出版有限公司

原书序言

东京都老年人综合研究所是专门研究人体衰老、老年病和各种老年问题的综合性研究机构，研究范围广泛，涉及与老年人有关的众多领域。研究所成立于1972年，当时正值有吉佐和子的《恍惚的人》一书在社会上走红、老年人问题开始受到社会广泛关注的时期。如今，东京都老年人综合研究所已成为世界上同类老年学研究所中历史较为悠久的研究机构之一。

本研究所每年与东京都老年人医疗中心和东京都多摩老年人医疗中心联合举办两至三次面向普通市民的公开讲座，以通俗易懂的形式向大家介绍我们的研究内容和研究成果。每次讲座都引来大批听众，他们提出许多问题，使会场气氛非常活跃，这让我们感到由衷的欣慰。

一次偶然机会，我们听说东京化学同人出版社编辑部的住田六连先生要出版一套通俗易懂的老年学知识读物，于是我们立即把40多份讲稿送了过去。住田先生看后认为，这些讲稿不仅内容充实、通俗易懂，而且还备有疑难问题解答，非常实用，应尽快出版，把它们送到广大读者手中。于是，这套原本面向东京市民的资料便以系列丛书的形式得以出版，终于在全国范

围内与广大读者见面了。

我们衷心希望这套丛书能够成为广大读者了解老年学知识的指南，并为那些照顾和护理老年人的人们提供一些参考。

在此，我们向支持和协助此书尽快出版的有关部门和同意我们在书中引用其资料的有关机构表示衷心的感谢。同时谨向对本书编辑工作给予大力帮助的东京化学同人出版社的西信江先生致以深切的谢意。

财团法人 东京都老人综合研究所
所 长 木幡 阳
名誉所长 积田 亨

1993年9月

执 笔 者

- 井 藤 英 喜** 东京都老人医疗中心内分泌科 部长
医学博士
专业：糖尿病 动脉硬化 血管新生
- 大 冈 宏** 东京都老人综合研究所细胞生物学研究
室长 理学博士
专业：细胞生物学 内分泌学
- 柴 田 博** 东京都老人综合研究所副所长 医学博
士
专业：老年医学 老人保健学 流行病
学 循环系统学
- 中 野 忠 澄** 东京都多摩老人医疗中心内分泌科医长
专业：老年医学 糖尿病学

目 录

前 言

第一章 世界的糖尿病..... (7)

本章概述

1. 糖尿病为什么可怕
2. 糖尿病的发病
3. 日本的糖尿病

第二章 糖尿病的诊断与合并症..... (33)

本章概述

1. 糖尿病的由来
2. 糖尿病的诊断
3. 中老年糖尿病的合并症及特征
4. 无悔的出航

第三章 糖尿病的治疗..... (73)

本章概述

1. 有关饮食疗法
2. 关于运动疗法

- 3. 关于药物治疗
- 4. 关于合并症的治疗
- 5. 关于糖尿病的预防
- 6. 结束语

问题解答..... (99)

前 言

大冈 宏

我们的日常生活中，机体时刻需要能量的供给，血液中的糖分正是产生这种能量的源泉。血液中的糖分要想产生能量，必须有一种从胰腺分泌出的激素的配合，这种激素的名字就叫胰岛素。如果胰岛素不能有效地工作，或根本不工作的话，血液中的糖分含量就要上升，然后从尿液中排出，这就是糖尿病。糖尿病的发病具有多种原因，目前还没有完全搞清楚。然而，对于中老年人的糖尿病来讲，多数症状比较轻，加上正确的生活习惯及方式的相辅，有效的治疗效果并不是望尘莫及的。

现在，由于对糖尿病的考虑方式发生了变化，过去不认为是糖尿病的人，按现在的标准也可能就是糖尿病了，因此，患病率比过去要高些。这里要讲清楚的是，这不是说现在的糖尿病患者比过去多了，而是因为诊断检查手段的提高，使得过去不能发现的糖尿病轻症患者，在今天可以被发现。过去仅以尿糖的有无来判断糖尿病，这样许多很轻度的糖尿病患者就“漏网”了。最近几年，根据厚生省（相当于我国的卫生部——译者注）的调查结果，使用了新的测量血糖的方法后，即使是轻度糖尿病患者也可以被及时发现。

由此而产生的结果是，40 岁以上的中老年人中，约一成的人，即 10 个人中就有一人被确定为糖尿病

患者。这个事实的确是有点骇人听闻了。因此,糖尿病也被称作“10人中必有一人的危险事情”。

糖尿病的历史,几乎与人类文明史一样长久。最初有糖尿病记载的是古埃及,距现在已有3500多年了。印度及中国的古书中也有糖尿病的记载,在中国古代记载中,糖尿病被叫做“消渴症”。在日本平安时代的医书《医心方》中,也有“消渴”这样的文字记录。这个名称一直延用到江户时代。随着西方医学的引进,绪方洪庵(人名——译者注)将其更名为“蜜尿病”。日本1897年以前一直使用“蜜尿病”这个病名。有关糖尿病的研究在西方世界进行的比较好,在1889年,两位德国的医生用实验手术切除了狗的胰腺后,发现这条狗即患了糖尿病。由此,糖尿病的研究飞速发展。之后有多人证明胰腺中的某种物质与降低身体中的血糖有关。直到1922年,一位加拿大医生在糖尿病人的治疗中使用了胰岛素,出现了戏剧般的结果之后。糖尿病的治疗才算上了一个台阶。

有关神秘的胰岛素的认识,近百年来有了长足的进步。在基础研究领域,使用胰岛素这一蛋白质物质作为材料,人们搞清了胰岛素的分子结构。此外,在对胰岛素的研究过程中,研究人员还创造了一种测量体内微量物质的方法——酶联免疫测定,这个研究方法不

仅被用来研究糖尿病，对其他疾病的研究工作也是一大促进。

然而，尽管已经取得了如此大的进展，但直到今天，在糖尿病的治疗工作中，仍然存在着很多困难。

在本书中，将就糖尿病的流行病学、诊断、合并症、治疗等内容，由各个方面的专家来给诸位做详尽的通俗易懂的说明。这对各位了解糖尿病，了解该病诊治的最新知识，都将是受益匪浅的。

