

JIANKANG JIAOYU CONGSHU

健康教育丛书

主编 张文康 副主编 余 靖

30

糖尿病

TANGNIAOBING



中国中医药出版社

健康教育丛书

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. -北京: 中国中医药出版社, 2000. 8

(健康教育丛书/张文康主编)

ISBN 7-80156-075-2

I. 糖… II. 邵… III. 糖尿病-防治-普及读物 IV. R587.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 64652 号

中国中医药出版社出版

发行者: 中国中医药出版社

(北京市朝阳区东兴路 7 号 电话: 64151553 邮码: 100027)

印刷者: 河北省南宫市印刷厂

经销者: 新华书店总店北京发行所

开 本: 787×960 毫米 32 开

字 数: 46 千字

印 张: 4.25

版 次: 2000 年 8 月第 1 版

印 次: 2000 年 8 月第 1 次印刷

册 数: 5000

书 号: ISBN 7-80156-075-2/R·075

定 价: 4.00 元

出版者的话

人生最宝贵的应该是生命和健康，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工作方针。2000年为了积极贯彻江泽民总书记崇尚科学，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会议上的讲话精神，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78个分册，介绍近百

种常见病的一般知识、疾病信号、家庭保健、用药宜忌等防治疾病的知识，并向患者提供与该病有关的信息。旨在提高全民族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，为了使本丛书常盛不衰，我们准备每年修订一次，以使每个家庭能经常获得防病治病的普及新知识，使人人享有健康。

中国中医药出版社

二〇〇〇年七月

健康教育丛书

分书名

感冒	胃痛
哮喘	肝癌
慢性支气管炎	尿路感染
肺炎	泌尿系结石
肺心病	慢性肾炎
肺癌	尿毒症
心肌炎	贫血
心律失常	白血病
高血压	紫癜
冠心病	糖尿病
心力衰竭	高脂血症
消化性溃疡	肥胖病
慢性胃炎	甲亢
溃疡性结肠炎	骨质疏松症
脂肪肝	风湿类风湿性关节炎
慢性肝炎	脑卒中
肝硬化	头痛
胆囊炎胆石症	癫痫
便秘	失眠
食管癌	脱发

健康教育丛书

分书名

肩周炎	老年痴呆
坐骨神经痛	儿科病
颈椎病	痤疮
腰椎间盘突出症	湿疹
三叉神经痛	皮肤瘙痒
骨折	银屑病
痔	烧烫伤
前列腺疾病	美容
阳痿早泄	白内障
性病	近视眼
妇科炎症	耳鸣耳聋
经前期综合征与痛经	中耳炎
乳腺增生与乳腺癌	过敏性鼻炎
不孕不育	口腔溃疡
功能性子宫出血	慢性咽炎
子宫肌瘤	牙周炎
妊娠	龋齿
产后病	术前术后
更年期综合征	放化疗

目 录

□一般知识

什么是糖尿病	(4)
糖尿病的病因是什么	(4)
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	(11)
糖尿病与妊娠	(14)
低血糖症	(17)

□疾病信号

典型症状	(23)
多尿	(23)
多饮	(23)
多食	(23)

体重减轻	(23)
不典型症状	(24)
反应性低血糖	(24)
视力障碍	(24)
皮肤瘙痒	(24)
神经病变和各种感染	(24)

□就医须知

就医须知	(27)
------------	------

□检查须知

糖尿病的诊断标准	(31)
血糖检查	(31)
常规检查	(31)
非常规检查	(31)
尿糖检查	(32)
其他检查	(33)
糖基化血红蛋白	(33)
果糖胺	(34)
血液中特殊抗体	(34)
胰岛素、C肽及其释放试验测定	(34)

□住院须知

住院须知	(37)
------------	------

□治疗方法

饮食疗法	(42)
运动疗法	(57)
药物疗法	(61)
口服降糖药物	(61)
胰岛素	(68)
降低血糖药物	(73)
升高血糖药物	(74)
中成药	(74)

□家庭保健

家庭降糖食谱	(79)
甜味剂	(80)
在家自我监测血糖	(82)
足的防护	(83)
结婚与生育	(85)
旅游	(86)
烟与酒	(89)
驾驶汽车	(91)

情绪对糖尿病病情的影响	(92)
糖尿病与感染	(93)
糖尿病人与手术	(94)
赴宴和外出就餐	(95)

□预后康复

急性并发症	(100)
慢性并发症	(101)

□新药特药

餐时血糖调节剂	(111)
胰岛素类似物—优泌乐	(112)

□新技术新方法

胰岛素笔式注射器	(115)
胰岛素泵	(115)

□医院专科

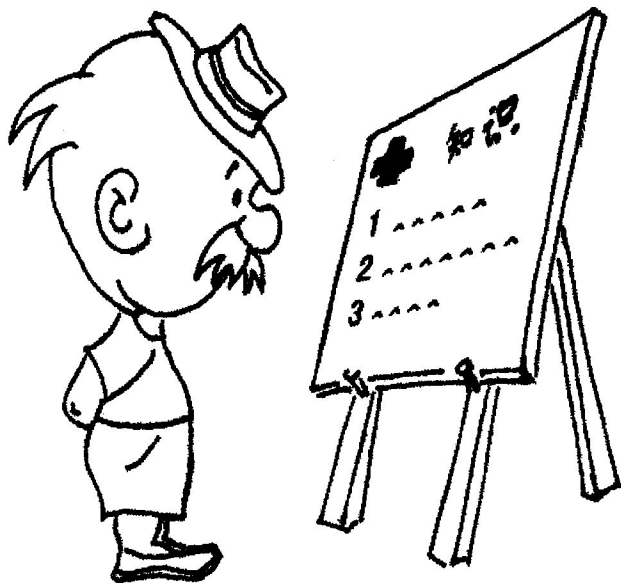
.....	(119)
-------	-------

□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 3 千万糖尿病患者。在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。

下面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。胰岛素由胰脏的内分泌组织——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毫摩耳/升，餐后不超过8毫摩耳/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毫摩耳/升时，尿中便出现尿糖，而发生一系列的糖尿病症状。

✱ 糖尿病的病因是什么

糖尿病的病因一直是医学界研究的重要课题，然至今尚未完全阐明。但从临床

流行病学调查、遗传学、免疫学、病毒学、病理学、内分泌学等方面综合研究，已知与下列诸因素有密切关系（见图）。



图 1 糖尿病的病因

据此，可将糖尿病分为其病因尚未完全阐明，而与遗传及环境因素有关的原发性糖尿病，有确切病因如胰腺肿瘤切除等原因的继发性糖尿病，以及仅在妊娠期出现血糖增高的妊娠期糖尿病，又可根据不同的年龄特点来描述儿童及老年期糖尿病。

✻ 原发性糖尿病和继发性

糖尿病

原发性糖尿病

其病因迄今尚未完全阐明，可能和遗传和环境因素有关，根据其不同发病机制可分为1型及2型糖尿病。

一、1型糖尿病。

(一) 急性发展型：发病以青少年居多，体内胰岛素分泌明显减少，临床“三多一少”，即多食、多尿、多饮、消瘦症状明显。易发生急性并发症糖尿病酮症酸中毒，需要终生胰岛素治疗。