

《糖尿病 中医防治慢性病系列》

图书基本信息

书名：《糖尿病 中医防治慢性病系列》

13位ISBN编号：9787566202871

10位ISBN编号：7566202871

出版时间：2013-1

出版社：林明珠 第四军医大学出版社 (2013-01出版)

作者：林明珠

页数：168

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

书籍目录

第一章 认识糖尿病这个“沉默的杀手” 认识糖尿病 / 3 糖尿病有哪些表现 / 5 糖尿病都有哪些类型 / 8 如何确诊糖尿病 / 11 糖尿病病人都有“三多一少”的表现吗 / 12 血糖降得越快越好吗 / 13 这些因素是导致糖尿病的元凶 / 16 哪些人易患糖尿病 / 19

第二章 预防糖尿病，把病魔拒之门外 重视糖尿病的前期干预 / 25 糖尿病的治疗目标与措施 / 27 影响糖尿病疗效的因素 / 30 糖尿病病人要有良好的睡眠 / 33 糖尿病病人要养成良好的饮食习惯 / 36 糖尿病病人要保持精神内守 / 40 糖尿病病人要定期进行健康检查 / 43

第三章 战胜糖尿病，从“口”做起 糖尿病病人要先学会“吃” / 47 糖尿病病人要在吃上“算计” / 49 “血糖生成指数”让你不再为吃担心 / 53 如何选用“无糖”或“降糖”食品 / 56 糖尿病病人可吃哪些甜味剂 / 58 膳食纤维能改善糖尿病吗 / 61 糖尿病病人喝水有限制吗 / 63 糖尿病病人喝酒要讲策略 / 64

第四章 别样治疗，别拿运动不当回事 糖尿病运动疗法益处多 / 69 并非所有糖尿病病人都适于运动 / 71 糖尿病病人的运动处方要量身定制 / 74 糖尿病病人要科学确定运动量 / 78 糖尿病病人平日锻炼注意多 / 80 糖尿病病人运动不当时的副作用 / 82

第五章 巧用中医药控血糖 糖尿病，中医怎么说 / 87 中医治疗糖尿病有优势 / 90 哪些糖尿病病人适合看中医 / 93 糖尿病的中医治疗法则 / 95 中医药治疗糖尿病 / 99 糖尿病的针灸疗法 / 105 糖尿病的经络锻炼疗法 / 110 糖尿病的贴敷与刮痧疗法 / 115 糖尿病的艾灸疗法 / 121 糖尿病的拔罐疗法 / 124

第六章 谨慎用药，安全治病 糖尿病病人应安全用药 / 131 这些西药可以治糖尿病 / 134 保健品是药吗？糖尿病病人能吃吗 / 136 糖尿病病人何时用胰岛素 / 139 使用胰岛素的注意事项 / 142 四季、三法、三结合，控糖也要分季节 / 145

第七章 护理与保健，一个都不能少 糖尿病病人如何应对“多事之秋” / 151 糖尿病病人冬季保健方案 / 154 糖尿病病人生活常识备忘 / 157 糖尿病病人必须控制好你的体重 / 160 糖尿病病人应严格遵从“七戒” / 161 糖尿病病人如何生一个健康的宝宝 / 164

《糖尿病 中医防治慢性病系列》

编辑推荐

林明珠主编的《糖尿病》分册重点强调了“预防糖尿病，把病魔拒之门外”的糖尿病预防方法，“战胜糖尿病，从口做起”的糖尿病饮食疗法，“别样治疗，别拿运动不当回事”的糖尿病运动法。“巧用中医控糖”的糖尿病中医药、艾灸、刮痧疗法，以及“护理与保健，一个都不能少”的糖尿病日常生活细节。相信本书会成为读者了解糖尿病、防治糖尿病的良师益友。

《糖尿病 中医防治慢性病系列》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu111.com