

<<现代家庭健康生活必备>>

图书基本信息

书名：<<现代家庭健康生活必备>>

13位ISBN编号：9787801742544

10位ISBN编号：7801742540

出版时间：2004-8

出版时间：中医古籍

作者：良石

页数：270

字数：150000

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：<http://www.tushu007.com>

## <<现代家庭健康生活必备>>

### 内容概要

随着我国人民生活水平的提高，糖尿病的发病率也越来越高，其死亡率也已上升到继心脑血管疾病、肿瘤之后的第三位，成为严重威胁人民健康的慢性疾病之一。

糖尿病不仅发病率高，而且危害严重。

但遗憾的是，大部分糖尿病病友，甚至包括一些医务人员在内并未认识到糖尿病的危害性，以致发生了无法治愈的并发症，甚至导致许多病友致残和死亡，对国家、个人和家庭都造成了严重的损失。

为了使糖尿病患者，特别是初发患者，能够正确认识糖尿病，正确管理自己的生活，以减少并发症的发生；同时为了使糖尿病患者的家庭成员对糖尿病的一些急症有所了解。

以利于家庭急救，减少患者的死亡率，我们特别编写了这本书——《糖尿病病人生活宜忌》，本书的最大特点是以“宜”与“忌”的方式将糖尿病的有关知识与您一一娓娓道来，使人们认识到自己关于糖尿病在疾病认识、饮食、运动、药物控制、生活习惯及日常的病情护理等方面的种种误区，从而对错误的观念和生活、治疗方式及时改正，使糖尿病病情得到最大程度的改善。

“对于糖尿病病人来说，缺乏糖尿病知识就像缺乏胰岛素一样危险；在糖尿病患者中，糖尿病知识愈丰富者，其寿命愈长。

”

<<现代家庭健康生活必备>>

书籍目录

心理认识宜忌 一、心理认识6宜 糖尿病患者宜树立正确的疾病观 糖尿病患者宜经常与医护人员交流 糖尿病患者宜学会克服不良的情绪 糖尿病患者宜开展家庭心理治疗 糖尿病患者宜静志安神 糖尿病患者宜学会应付应激事件 二、心理认识14忌 糖尿病患者忌忽视糖尿病对健康的危害 糖尿病患者忌不懂得糖尿病的有关知识 糖尿病患者忌认为能吃能喝不算病 I型糖尿病患者忌忽视“蜜月期” 糖尿病患者忌害怕手术治疗 忌不关心糖尿病患儿的病情发展 糖尿病患者忌精神过于紧张 糖尿病患者忌过于恐惧 糖尿病患者忌焦虑 糖尿病患者忌病急乱投医 糖尿病患者忌嫉妒 糖尿病患者忌抑制哭泣 糖尿病患者忌生气 忌忽视糖尿病患者出现的心理障碍 饮食宜忌 一、饮食57宜 糖尿病患者宜明确饮食治疗的目的 糖尿病患者宜学会计算每日所需热能 糖尿病患者合理安排全日的主、副食量 糖尿病患者宜合理进食蛋白质 糖尿病患者宜合理进食脂肪 糖尿病患者宜合理进食碳水化合物 糖尿病患者宜合理安排每日餐次 糖尿病患者宜合理经常进行营养咨询 糖尿病患者宜合理进食水果 糖尿病患者吃零食宜选择合适时间 老年糖尿病患者夏天宜多喝水 糖尿病患者宜合理解决饥饿感 ..... 二、饮食22忌 三、糖尿病患者食谱 生活习惯宜忌 一、生活习惯29宜 二、生活习惯19忌 运动锻炼宜忌 一、运动29宜 二、运动9忌 用药宜忌 一、用药28宜 二、用药20忌 日常护理宜忌 一、护理29宜 二、护理15忌 附录 一、有利于降血糖的食物 二、常用降血糖的中草药

<<现代家庭健康生活必备>>

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:<http://www.tushu007.com>