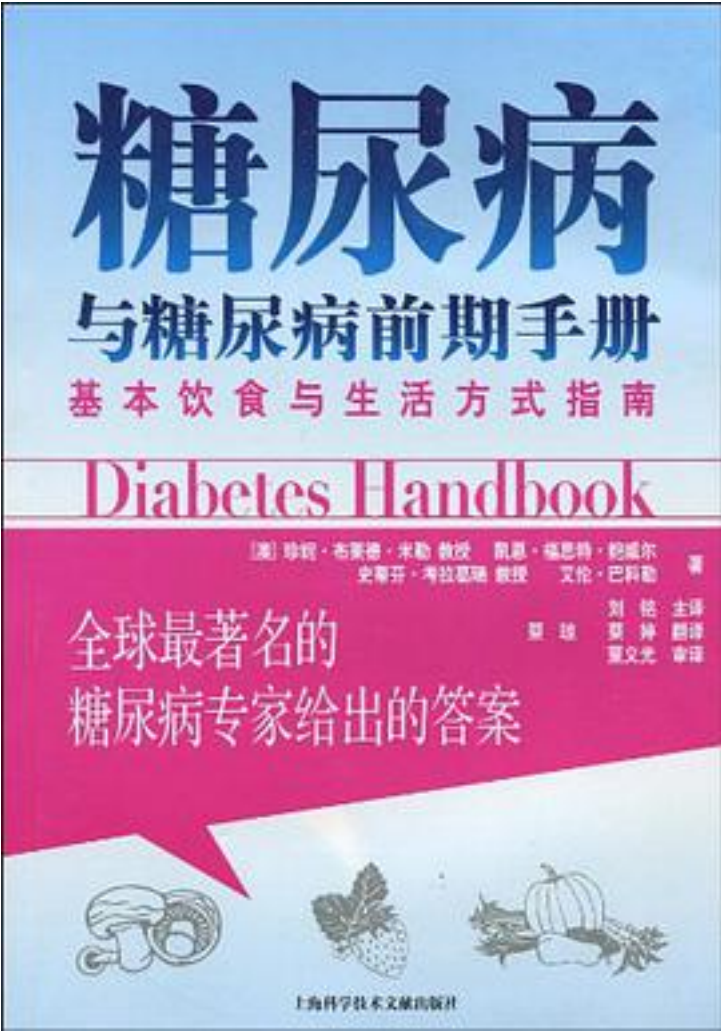


糖尿病与糖尿病前期手册



[糖尿病与糖尿病前期手册_下载链接1](#)

著者:(澳)珍妮·布莱德·米勒//凯恩·福思特·鲍威尔//史蒂芬·考拉葛瑞//艾伦·巴科勒|译者

出版者:上海科技文献

出版时间:2010-4

装帧:

isbn:9787543941953

《糖尿病与糖尿病前期手册》主要内容简介：碳水化合物的数量：开始面对糖尿病饮食计划、碳水化合物的质量：关于血糖指数(GI)、如何改变饮食习惯、搭配健康饮食、零食——为什么吃?吃什么?什么不能吃等。

作者介绍:

目录: 引言 第一部分 糖尿病，糖尿病前期及代谢综合征 第1章 糖尿病 第2章 糖尿病前期 第3章 心脏病与代谢综合征 第4章 接受糖尿病 第5章 糖尿病控制 第二部分 你能做什么 第6章 控制糖尿病的五步 第一步：健康均衡的饮食 第7章 请告诉我吃什么 第8章 基础营养：蛋白质、脂肪和碳水化合物 第9章 碳水化合物的数量：开始面对糖尿病饮食计划 第10章 碳水化合物的质量：关于血糖指数(GI) 第11章 如何改变饮食习惯 第12章 搭配健康饮食 第13章 零食——为什么吃?吃什么?什么不能吃 第14章 更新食谱 第15章 聪明购物 第16章 糖和甜味剂：令人烦恼的问题 第二步：让每一天都动起来 第17章 活跃每一天 第18章 运动与2型糖尿病 第三步：控制体重 第19章 如何实现减重目标 第四步：不吸烟，如果吸烟，要戒烟 第20章 吸烟与糖尿病并发症 第五步：限制乙醇(酒精)摄入 第21章 我还能喝酒吗 第三部分 糖尿病和糖尿病前期病人的生活 第22章 糖尿病前期病人的生活 第23章 2型糖尿病病人的生活 第24章 儿童2型糖尿病 第25章 怀孕、生产及哺乳期糖尿病 第26章 1型糖尿病病人的生活 第27章 婴儿及学步儿童1型糖尿病 第28章 学龄儿童1型糖尿病 第29章 青少年1型糖尿病 第30章 成人1型糖尿病 第31章 在外用餐时如何控制糖尿病 第32章 怎样应对特殊场合……有巧克力怎么办 第33章 当身体不适或住院时怎么办 第34章 有乳糖不耐怎么办 第35章 需要补充营养物吗 第36章 草药治疗有效吗 专业词汇表 什么是甜味剂
• • • • • [\(收起\)](#)

[糖尿病与糖尿病前期手册 下载链接1](#)

标签

评论

[糖尿病与糖尿病前期手册 下载链接1](#)

书评

[糖尿病与糖尿病前期手册_下载链接1](#)