

# 《糖尿病医师的自疗笔记》

## 书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2011年04月01日

开本：16开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787548101918

## 编辑推荐

《糖尿病医师的自疗笔记》获得中国台北长庚纪念医院三大医师联合推荐。林医师15岁时是糖尿病患者，必须定期注射胰岛素；35岁时成为糖尿病资深医师，与糖尿病患者并肩作战。20年都没有任何并发症。作者以糖尿病患者的过来人经验和糖尿病资深医师的专业知识给读者全面双重的照料建议。6种自我检测方式，排除糖尿病高危险因子6大健康预防重点，让糖尿病自动远离。2种饮食观念，教你稳定血糖又享受美食的诀窍。6个轻松步骤，10大运动守则，学习林医师健康生活好习惯。7类糖尿病患者的居家护理指南，全面护理糖尿病患者身心健康。

内文四色彩印，配图精美，全面贴合读者生活需要，是一本操作实用的家庭必备健康指南。

## 内容简介

根据调查，中国的糖尿病患者已经超过1亿，其中甚至有5000万人不知自己罹患糖尿病，比例可说相当高。《糖尿病医师的自疗笔记》作者——林嘉鸿医师，不仅是位新陈代谢科医师，更是一名病史长达20年的糖尿病患者。目前虽有许多糖尿病相关书籍，却少有从病友角度出发点的书籍。林嘉鸿医师不只有医师的专业临床经验，更有超过20年与糖尿病和平共存的贴身体验。本书内容从预防、饮食、生活、照顾等单元切入，分享医师长久以来的饮食原则与饮食代换法，并公开医师推荐的居家运动，同时提供不同类型糖尿病患者的照护建议（老人、儿童、孕妇等），帮助读者从生活各层面控制血糖、预防糖尿病。

## 作者简介

林嘉鸿：1974年生，台湾大学医学系毕业，现任中国台北长庚纪念医院内分泌暨新陈代谢科主治医师，林嘉鸿医师不仅是位新陈代谢科医师，更是一名病史长达20年的糖尿病患者。他在年少时期发现自己罹患1型糖尿病，虽然曾经抗拒、沮丧，但是在经过一番心境转换后，长时间控制血糖的经验让他找到与糖尿和平共处的方法。甚至立志从医、投

入对糖尿病的研究，以期能帮助更多人的健康免于受到糖尿病的威胁。

## 目录

### Part1 一个糖尿病医师的告白

回首得知罹病的挣扎

与糖尿病和平共处

取得正确的治疗通道

支持与信任很重要

如何应付忙碌生活

照顾非常态生活有方法

回首20，人生更上一层楼

糖尿病医师的未来期许

### Part2 别让糖尿病找上你

你是糖尿病高危险人群吗？

影响健康的隐形杀手

什么是糖尿病

糖尿病的3大类型

专栏 主治医师眼中的嘉鸿 同事眼中的嘉鸿 妈妈眼中的嘉鸿 好友眼中的嘉鸿

偏方草药别乱吃 糖尿病保健食品健康吃 谱出另一段崭新生命乐章

[显示全部信息](#)

## 媒体评论

将糖尿病变成日常保健的动力，林嘉鸿医师是糖尿病患者的\*示范。——中国台北长庚纪念医院内分泌暨新陈代谢科顾问医师、长庚大学医学院教授

——黄妙珠

一本同时站在病患与医生立场，完全分享个人心路历程的糖尿病专著，值得推荐。——中国台北长庚纪念医院内分泌暨新陈代谢科主任、长庚大学医学院副教授

——黄禹尧

以老朋友身份陪伴读者积极接受糖尿病，值得关心糖尿病的各方人士阅读。——中国台北长庚纪念医院儿童医学中心内分泌暨新陈代谢科主任

——罗福松



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.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)