

# 糖尿病护理课件ppt 版



PROJECT

# 目录

## CONTENTS

- 糖尿病基础知识
- 糖尿病日常护理
- 糖尿病患者自我管理
- 特殊情况处理
- 糖尿病健康教育与预防





# 01 糖尿病基础知识





# 糖尿病的定义与类型



## 01

糖尿病是一种常见的慢性代谢性疾病，由于胰岛素分泌不足或作用缺陷导致血糖升高。



## 02

糖尿病主要分为1型糖尿病、2型糖尿病、妊娠期糖尿病和其他特殊类型糖尿病。



# 糖尿病的病因与症状

糖尿病的病因主要包括遗传因素、环境因素和自身免疫因素等。

糖尿病的症状主要包括多饮、多尿、多食、消瘦（三多一少）以及视力模糊、皮肤瘙痒、疲乏无力等。





# 糖尿病的并发症



长期高血糖可能导致多种并发症，如心血管疾病、脑血管疾病、肾脏疾病、神经病变和视网膜病变等。

糖尿病的并发症严重影响了患者的生活质量和预期寿命，需要积极预防和控制。



# 02 糖尿病日常护理





# 饮食护理

## 控制总热量摄入

根据患者的身高、体重、性别、年龄和  
活动量计算每日所需热量，保持摄入与消耗平衡。



## 控制盐、糖、脂肪摄入

减少高糖、高脂肪和高盐食物的摄入，  
避免食用含糖饮料和零食。



钟会 保持适当“执度”

## 均衡营养

合理分配碳水化合物、蛋白质、脂肪的比例，  
保证膳食纤维、维生素和矿物质的摄入。

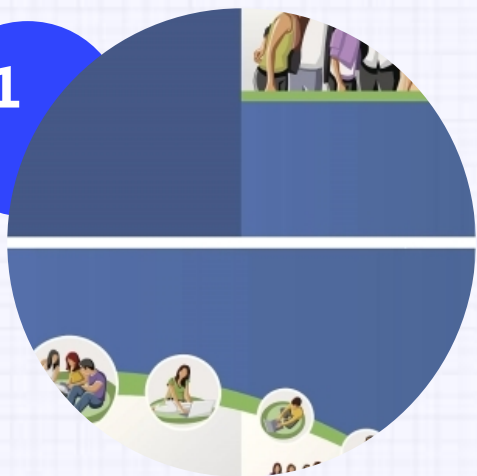






# 运动护理

01

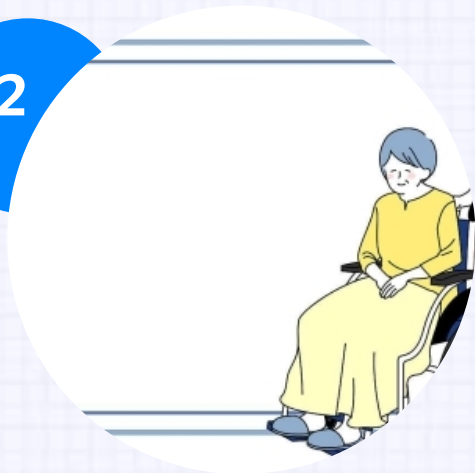


## 定期运动

每周至少进行150分钟中等强度的有氧运动，如快走、骑车或游泳。



02



## 运动前评估

运动前进行必要的身体检查，确保患者身体状况适合运动。



03



## 运动时注意事项

避免空腹运动，运动时应携带糖果或饮料，以防低血糖。





## 按时服药

遵医嘱按时服药，不随意增减剂量或停药。



## 观察不良反应

注意观察药物不良反应，如低血糖、过敏等，及时就医。



## 了解药物禁忌

了解所服药物的禁忌症和注意事项，避免与食物或其他药物相互作用。



## 情绪管理

学会调节情绪，保持乐观心态，  
减轻焦虑和抑郁情绪。



## 认知行为疗法

通过认知行为疗法帮助患者改变不良的思维方式和行为习惯。



## 社会支持

建立良好的社交网络，与家人和朋友保持联系，获得情感支持和鼓励。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：  
<https://d.book118.com/015221104222011140>