

糖尿病人量血压什么时候量比较好.量血压的最佳时间-股识吧

一、每天什么时间量血压最好？一天量几次？

就目前你的血压来看是属于临界高血压。
建议每天两次。
即早晚。
清晨血压不稳定。
如感到头晕头痛可随时测量。
测量血压有三定：定时间、定部位、定血压计。
如果血压仍然高的话可晚上临睡前加服降压药。
祝早日康复！ 查看原帖>>>
>>>

二、糖尿病患者血压要控制在多少一下

您好，原则上应将血压降至最大耐受水平，通常血压控制在140/90mmHg以下。高血压合并糖尿病或慢性肾病患者，血压应控制在130/80mmHg以下。

三、量血压，上午和下午量有区别吗？什么时候量最准确？

您好，饭后量血压和饭前是有区别的。
最好就饭后3小时左右量，或者早上的时候量最好

四、糖尿病应该注意那些？

(1)长期有效地控制糖尿病：高血糖是糖尿病性肾病发生发展的基本因素，早期发现糖尿病并予以合理治疗，尽可能使三大物质代谢恢复正常是非常关键的。

血糖控制在正常水平，常能使早期肾脏病理改变恢复，但如进展到临床肾演期，即使严格控制血糖，效果也较差了。

糖尿病肾病接近尿毒症期可出现下列现象：肾糖团明显增高，故不能以尿糖来判定血糖控制程度，面应以测定血榴为准，增加了调节胰岛素和降糖药剂量的困难；

在尿毒症时某些代谢产物有还原性，致使用硫酸铜还原法测定尿糖时有假阳性；

尿毒症的患者食欲不振、进食量少，更兼肾脏本身对胰岛素灭能下降，胰岛素需要量减少，易发生低血糖症，应随时调节剂量；

一般不宜再用口服降糖药，面应使用胰岛素。

对非胰岛素依赖型糖尿病可以慎重使用口服降糖药。

双胍类药物易诱发乳酸性酸中毒，不宜使用；

甲苯磺丁脲(D860)及糖适乎比较安全，但也有出现低血糖的报道，应用时仍需严密观察。

(2)积极治疗高血压：抗高血压治疗，对于延缓肾小球滤过率下降速度很重要。

血压控制后往往尿蛋白排出亦减少。

要使血压下降到16.8/11.5千帕(126/80毫米汞柱)，在这个时期治疗高血压比治疗高血糖更为重要，但两者要同时进行。

目前多主张肾病时选用血管紧张素转换酶抑制剂，该制剂通过抑制血管紧张素变成血管紧张素，使水钠潴留减少，血管扩张，外周阻力降低，从而使血压下降。

另外，由于肾小球入球、出球小动脉扩张，使肾小球供血改善，减轻了肾小球进行性损害，改善了肾功能，常用药物有开搏通、说宁嚏等，也可用心痛定、尼群地平、复方降压片等治疗。

(3)调整饮食：减少蛋白质摄入量，不仅对肾功能不全有利，而且有助于减少尿蛋白排出量。

一般每日蛋白质摄入量不超过30~40克。

选用优质蛋白质，如牛奶、鸡蛋、肉类。

豆制品等应限制。

(4)透析与移植：糖尿病性肾病尿毒症期，应进行腹膜或血液透析治疗。

肾或胰-肾移植，为目前治疗糖尿病性肾末期最有效的办法。

经过移植后，可使糖基化血红蛋白和血肌酐水平恢复正常。

(5)不使用对肾脏有害药物：如庆大霉素、链霉素、丁胺卡那霉素等。

(6)改善肾脏微血管病变：给扩血管药、抗血小摄藏聚药和活血化滴药，如潘生丁、丹参等。

人不一定每天都运动，但肯定每天都得吃饭。

而饮食对糖尿病又有直接的影响，所以控制饮食对糖尿病治疗十分重要。

传统中医认为：消渴多因嗜酒厚味，损伤脾胃，运化失职，消谷耗津，纵欲伤阴而改阴虚燥热发为本病。

如《黄帝内经》曰：“此肥美之所发也，此人必素食甘美而多肥也，肥者令人内热，甘者令人中满，故其气上溢转为消渴”。

《景岳全书》曰：“消渴病，其为病之肇端，皆膏粱肥甘之变，酒色劳伤之过，皆富贵人病之，而贫贱者少有也。

”指出肥胖者、生活富裕者多患此病，这与现代医学认识糖尿病的病因相一致。血糖的高低因胰岛素的分泌与进食物的多少和种类密切相关，因而饮食疗法是各型糖尿病治疗的基础，无论何种类型的糖尿病，病情轻重或有无并发症、采用何种药物治疗，都应该严格进行和长期坚持饮食控制。

五、糖尿病应该注意些什么

只要在饮食和生活上能注意一些是完全能够控制血糖的呢

目前患有糖尿病的95%以上都是2型糖尿病。

二型糖尿病也是遗传因素和环境因素长期共同作用的结果，其遗传倾向更明显、更复杂。

便导致二型糖尿病环境因素，主要包括肥胖，体力活动过少，以及糖刺激、紧张、外伤、或过多的使用升高血糖的激素等诱发因素。

治疗糖尿病关键是方向要对。

2型糖尿病患者体内自由基升高，抗氧化酶活性降低，脂质过氧化物水平增高，而补硒可以改善上述状况，解糖尿病病情。

胰岛是氧化损害的敏感组织之一，在低硒状态下易成为自由基攻击的主要目标。

糖尿病并发症发生也与自由基的产生有关。

硒最重要的生物学功能是抗氧化，消除自由基，补充适当的硒有助于改善胰岛素自由基防御系统和内分泌细胞的代谢功能。

硒也可以通过改善糖尿病血液粘滞性增高状态，延缓糖尿病并发症发生，改善糖尿病预后。

日常饮食应多吃些含硒丰富的食物，富硒的食物有：海鲜、蘑菇、大蒜、银杏等。

糖尿病人健康饮食：糖尿病人每天主食必须吃够，不得少于300克(干品)；

主食做到大米、面粉混合食用才有益健康，即一天两顿大米主食、一顿面主食，或一顿大米主食、两顿面主食；

每天所食蔬菜必须依照“糖尿病饮食治疗规则”上指定的品种进行选择，必须吃够500克以上；

每天所食蔬菜品种和副食要多样化，不要单调；

食盐不超过6克；

食用油用植物油，不超过18克为宜。

另外，含糖量为3%以下的蔬菜，有以下几种，可供糖尿病人选食：大白菜、圆白菜、菠菜、油菜、韭菜、茴菜、茼蒿、芹菜、苜蓝、莴苣笋、西葫芦、西红柿、冬瓜、苦瓜、黄瓜、茄子、丝瓜、芥蓝菜、瓢菜、塌棵菜、蕹菜、苋菜、龙须菜、绿

豆芽、鲜蘑、水浸海带等。

糖尿病人能否吃水果？

糖尿病是中老年人的常见病，控制不好可引发一些并发症。

治疗方法常用饮食、运动、药物相配合，其中饮食疗法又是所有疗法的基础。

对于轻型糖尿病，仅用饮食疗法即可控制病情。

 ;

饮食疗法的基本原则是根据病人的体重和活动量，估计确需总热量，合理安排每天的饮食。

含糖量高的食品不吃，含脂肪和淀粉的食品少吃，以吃蔬菜杂粮类为主，配以一定数量的优质蛋白质的食物如瘦肉、牛奶、鸡蛋、豆制品等。

水果中都含糖，那么能否吃水果呢？ ;

完全戒避水果是不适宜的，因为水果中含有大量的维生素、纤维素和矿物质，这些对糖尿病人是有益的。

水果中含的糖分有葡萄糖、果糖和蔗糖，其中果糖在代谢时不需要胰岛素参加，所以，糖尿病人在血糖已获控制后并非一概排斥水果。

 ;

再者，水果中含糖量多寡不一，所以，不可等同看待。

每百克食品量在10克以下的有青梅、西瓜、甜瓜、椰子乳、橙、柠檬、葡萄、桃、李、杏、枇杷、菠萝、草莓、甘蔗、椰子、樱桃、橄榄等，糖尿病人可以选用。

含糖量在11-20克的水果有香蕉、石榴、柚、橘、苹果、梨、荔枝、芒果等，就得小心选用；

超过20克的有枣、红果，特别是干枣、蜜枣、柿饼、葡萄干、杏干、桂圆等，其含糖量甚高，则禁忌食用。

 ;

不少蔬菜可作为水果食用，如西红柿、黄瓜、菜瓜等。

每百克食品糖含量在5克以下，又富含维生素，完全可以代替水果，适合糖尿病人食用，可予推广。

 ;

此外还要配合食量，不要一成不变。

西瓜含糖4%，梨含糖12%，香蕉为20%。

西瓜含糖虽少，但吃上500克，就相当于香蕉100克、梨170克了，所以食量也不可过多。

水果的吃法也要讲究，不要在进餐后就马上吃，可在两餐之间或睡前进食。

最好还是试探着吃，即在吃后2小时测尿糖。

若尿糖增加则需减量；

如水果减量后尿糖仍高时，应适当减少主食量。

六、量血压的最佳时间

一般说来，早晨刚醒，尚未起床时测量为最准，最接近基础代谢标准血压。但经24小时动态血压监测表明，每一个时间段的血压是不一样的。正常人血压呈明显的昼夜波动性，即夜间血压最低，晨起活动后迅速上升，在上午6~10点和下午4~8点各有一高峰，继之缓慢下降。在活动、饱食、情绪激动、精神紧张或寒冷等状态下血压都会升高，日常生活中失眠、吸烟、饮酒和饮咖啡等也都会影响血压的变化。

七、量血压什么时间最好

早晨

参考文档

[下载：糖尿病人量血压什么时候量比较好.pdf](#)

[《出财报后股票分红需要持股多久》](#)

[《挂单多久可以挂股票》](#)

[《场内股票赎回需要多久》](#)

[下载：糖尿病人量血压什么时候量比较好.doc](#)

[更多关于《糖尿病人量血压什么时候量比较好》的文档...](#)

声明：

本文来自网络，不代表

【股识吧】立场，转载请注明出处：

<https://www.gupiaozhishiba.com/book/51077308.html>