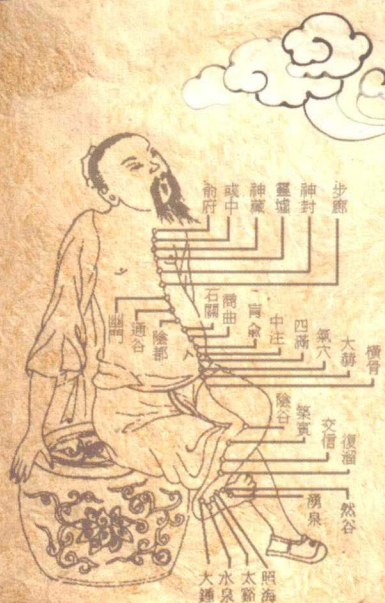


张永顺
著

中医药调治 糖尿病



- 治疗糖尿病的古代六大经典名方
- 治疗糖尿病的常用单味六十九种草药
- 糖尿病中医药食疗
- 糖尿病四大自然疗法
- 糖尿病七大重要方面生活指导
- 糖尿病治疗的四类中医药研究突破



人民军医出版社

张永顺

著

ZHONGYIYAO TIAOZH
TANGNIAOBING

中医药调治 糖尿病

 人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目(CIP)数据

中医药调治糖尿病 / 张永顺主编. —北京:人民军医出版社, 2008.11
ISBN 978-7-5091-2180-1

I. 中… II. 张… III. 糖尿病-中医治疗法 IV. R259.871

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第157849号

策划编辑:金光印 文字编辑:张长义 责任审读:张之生

出版人:齐学进

出版发行:人民军医出版社 经销:新华书店

通信地址:北京市100036信箱188分箱 邮编:100036

质量反馈电话:(010)51927270;(010)51927283

邮购电话:(010)51927252

策划编辑电话:(010)83414788

网址:www.pmmp.com.cn

印刷:北京国马印刷厂 装订:京兰装订有限公司

开本:710mm×1010mm 1/16

印张:13.25 字数:166千字

版、印次:2008年11月第1版第1次印刷

印数:0001~6000

定价:28.00元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

内 容 提 要

本书围绕中医药对糖尿病的治疗和预防的课题，系统阐述了中医学对糖尿病病因、病机的认识，治疗原则以及辨证施治，介绍了治疗糖尿病古代经典名方和常用的单味中草药，以及糖尿病的中医药食疗和中医自然疗法，对糖尿病的治疗和患者生活调理给予了较为详尽的指导。本书不仅可以成为糖尿病患者治疗和康复的指导用书，对普通读者掌握糖尿病的相关知识也有很大的帮助。

前言

刚刚去世不久的我国“外科学之父”裘法祖院士曾经说过：“德不成佛者不可为医，才不成仙者不可为医”。我和糖尿病患者以及医务人员打交道几十年，对深袭老此言之真谛屡有感悟。虽然德成佛、才成仙者总是少之又少，但如果广大医家以此激励自己不断地往“佛”和“仙”的境界靠近，那也是幸福的。

“二情”是中医的生命和灵魂。何谓二情？一是了解病情，真正知道患者内心情志和习性，这里面往往隐藏着常规诊断看不见的病因；二是用真情为病人解除病痛，可以说，有很多时候医者的情对于诊疗的作用高于医术。医者要有大慈大悲的爱心情怀，与患者交为真诚的朋友，达到心灵的共鸣，用药才会根据病情的变化及时灵活施治，达到药到病除的目的，为患者解除病魔的痛苦。

我的父亲毕生与消渴病打交道，以其德术救人良多，我自幼受其影响，也与糖尿病复方中成药结缘，经二十多年的含辛茹苦，现已完成临床前全部研究，虽不敢说必将造福于民，但真切期望能够在一定程度上减轻患者的苦痛。基于对糖尿病患者痛苦的体认，我在长期临床科研的基础上，参考国内外有关文献、专著及近年来糖尿病研究新进编写了这本《中医药调治糖尿病》，这也是我父亲的遗愿之一。诚恳希望本书对糖尿病患者有所帮助。

这里要感谢瑞安市政府及有关部门对本课题研究以及本书写作的大力支持，也感谢老中医苏松弟先生的指点，更感谢父老亲友的鼓励和厚望，才能使书付梓出版。还要感谢北京孔伯华国医馆馆长孔令谦先生为本书作序，感谢瑞籍视觉设计艺术家潘剑锋为本书装帧付出的智慧和心血。

限于本人水平等客观因素，书中不足之处，敬请医学同仁指正。

张永顺

2008年夏至日于精诚斋

序

2006年卫生部发布的数据表明,我国糖尿病发病率高达3%,高发年龄提前到45岁,糖尿病已经被称为“元凶”。我身边也有很多人患上了这种“富贵病”,为什么说是富贵病呢?因为它与我们的饮食结构密切相关!虽然这种说法存在一定的片面性,但饮食失衡是糖尿病的重要致病因素之一,这是毋庸置疑的。

根据现代医学理论,食物进入胃肠后转化为葡萄糖,然后吸收入血,而血中的葡萄糖含量,一般空腹血糖不超过70~110mg/dl,如超过这个量,则化为淀粉,储于肝脏,肝脏不能容,则化为脂肪储于体内,如食少或绝食时,则动物淀粉及脂肪还可转化为葡萄糖,以补充血液之需要,此代谢功能一旦发生障碍,肾脏不能代偿,即发生尿糖。

糖尿病在中医学中谓之消渴,先父孔少华认为此病大多由于热中阴亏所致,而与肾脏关系甚为密切。先父生前曾说:“肾气实则上蒸精气而营养全身,肾气虚则不能蒸化,而营养物质随小便而去,故甘味不变。”且热伤肾阴、肾阴虚则火上炎,二者互为因果。热灼肺阴、则津枯而无敷布之功,故烦渴多饮,是为上消。中灼胃阴,则胃火炽盛,故消谷善饥,虽多食而肌肉不得其养,故多食而瘦,是为中消,下灼肾阴,则肾阴伤而封藏不固,故多尿而尿有脂膏发甜,是为下消。三消虽不同,而其燥热伤阴的机制是一致的。

中医学文献对糖尿病也多有论述和记载。《素问·奇病论篇》中说“此人必数食甘美而多肥也,肥者令人内热,甘者令人中满,故其气上溢转为消渴”。《巢氏诸病源候论》及《千金方》则以为由于服食金石,或由于房事、或由于饮酒,当以燥热伤阴所致。王焘之《外台秘要》所论更与现代医学不谋而合,他说:“消渴者,原其发动,此则肾虚所致,每发即小便至甜。”又说:“人食之后,滋味皆甜。”可见古今学说,如出一辙。





今阅张永顺先生著《中医药调治糖尿病》一书,论述了糖尿病的诸多发病原因,除系统介绍传统中药疗法外,还对自然疗法、精神疗法、日常生活起居指导以及未来研究发展方向等,做了详尽的介绍和阐述,论理扎实周详,颇见旁征博引之精,更将现代医学名词与中医术语相呼应,使读者一目了然,尤其辨证与辨病综合分析的方法,切合生活实际,符合中西医汇通之道。不仅对于糖尿病患者有实际的指导作用,对于大众预防糖尿病更是一部难得的读物。

孔伯华医馆馆长 孔令谦

2008年6月于北京



第 1 章 糖尿病概述	1
第一节 糖尿病简述	1
第二节 古代和近代中医学对糖尿病的认识	3
第 2 章 中医学对糖尿病的病因和病机认识	18
第一节 病因认识	18
第二节 病机认识	24
第 3 章 西医糖尿病病因论述	27
第一节 遗传因素	28
第二节 肥胖因素	29
第三节 年龄因素	30
第四节 饮食习惯	30
第五节 自身免疫、感染	30
第六节 精神因素	31
第七节 长期服用或注射化疗药对糖尿病的影响	31
第八节 道德伦理观念因素	32
第 4 章 西医糖尿病病理与机制论述	33
第一节 胰岛素的分泌和作用	33
第二节 1 型糖尿病发病机制	35
第三节 2 型糖尿病发病机制	38

第 5 章 糖尿病的临床表现	42
第一节 早期临床表现	42
第二节 慢性并发症的临床表现	44
第 6 章 糖尿病的诊断与鉴别	46
第一节 诊断标准	46
第二节 诊断方法	48
第三节 分类	53
第四节 鉴别	56
第 7 章 古代治疗糖尿病经典名方	57
第一节 滋阴清热千古名方——人参白虎汤	58
第二节 益气健脾经典名方——参苓白术散	59
第三节 补肾固精千古名方——六味地黄丸	60
第四节 疏肝解郁经典名方——逍遥散	65
第五节 泻下润燥经典名方——桃仁承气汤	66
第六节 活血化瘀经典名方——补阳还五汤	67
第 8 章 糖尿病的常用单味中草药	69
第一节 上焦消渴	69
第二节 中焦消渴	87
第三节 下焦消渴	111
第 9 章 中医治疗糖尿病的基本原则	133
第一节 治病宜早	133
第二节 治病求治本	134
第三节 以平为期	134
第四节 慎用攻伐	134
第五节 立足脾肾	135
第六节 活血化瘀	135

第七节 重视调护	136
第八节 综合治疗	137
第 10 章 糖尿病的中医辨证施治	138
第一节 肺燥津液失常消渴	138
第二节 胃火焰盛、气化失常消渴	139
第三节 肾火上浮消渴	140
第四节 心热肾寒、心肾不交消渴	141
第五节 阴虚火燥、五脏焦枯消渴	142
第六节 阴尽肠结津伤消渴	142
第七节 脾虚火盛、气化失常消渴	143
第八节 消渴三焦同治	144
第 11 章 中医学治疗	145
第一节 古方治疗消渴病	146
第二节 中成药治疗糖尿病	161
第三节 草药偏方验方治疗	162
第四节 秘方秘法治疗消渴	167
第五节 现代名医验方选	170
第六节 专利方	173
第 12 章 中医药食疗	176
第一节 药粥	176
第二节 菜肴与药膳	178
第 13 章 自然疗法	181
第一节 针灸疗法	181
第二节 推拿疗法	182
第三节 运动疗法	183



第 14 章 糖尿病患者的生活指导	187
第一节 心理障碍及治疗	187
第二节 足部护理	190
第三节 出行注意事项	192
第四节 婚姻问题	193
第五节 驾驶问题	193
第六节 就学问题	194
第七节 就业问题	195
第 15 章 糖尿病的中医研究进展	196
第一节 补气药	196
第二节 清热解毒药	198
第三节 活血化瘀药	201
第四节 养阴补肾药	201
第五节 其他药物	201



第 1 章

糖尿病概述

第一节 糖尿病简述

随着社会经济的发展和居民生活水平的提高,世界各国糖尿病(diabetes mellitus,DM)发病率均在上升,据国际糖尿病研究所 2003 年报道,全世界现有糖尿病患者(已经诊断)约 1.94 亿,到 2025 年将突破 3.33 亿。可见糖尿病的发病率逐年升高,已成为继心血管疾病、肿瘤之后的第三位严重危害人们健康的重要慢性非传染性致死、致残性疾病。

目前我国一般人群发病率为 1%~2%,老年人发病率相对较高;随着人民生活水平的提高糖尿病发病率也日渐上升。新中国成立前城市居民低于 1%(北京),现在为 1%~2%,40 岁以上者为 3%~4%,个别报道退休干部可达 12%。城市高于农村及山区,西北地区高于东南地区。

早期糖尿病没有明显的临床症状,不易觉察,在我国与西方工业国家都有大量的糖尿病病人未能获得及时诊断和治疗。由于糖尿病的并发症很多,目前还缺乏有效的预防措施,但如任其发展,将发生不可逆性的改变,可导致患者病残或死亡,因此,提高对糖尿病的认识

识,重视早期诊断,有效预防和治疗并发症是当今值得重视的问题。

临床上将糖尿病分为 1 型糖尿病 (T1DM) 和 2 型糖尿病 (T2DM)。T1DM 在世界不同地区发病情况差异巨大,北欧国家最高,而东南亚国家则相对较低。中国是世界上发病率最低的国家之一,1996 年 1 型糖尿病发病率为 0.57/10 万,全国约 3 000 万人。中国人口较多,隐性糖尿病患者亦具有一定比例,占糖尿病总人数的 5%~10%。糖尿病发病率有一定地域性和季节性特点。儿童糖尿病主要是 1 型糖尿病,我国儿童及青少年 1 型糖尿病的发病率为 0.6/10 万左右,属低发病区,但绝对数字并不少。

糖尿病患者中 90% 为 2 型糖尿病 (T2DM),各地发病状况差异巨大,无论是在发达国家还是在发展中国家,其发病率均明显增加。近 20 年我国 2 型糖尿病患病率急剧上升,在全国部分省市的调查显示:由 1980 年的 0.67% 增长到 2002 年的 4%~5%,增长了 7 倍多,近年来随着农村的城市化,人民生活水平的进一步提高,我国本病的发病率还会继续增加。同时由于近年来肥胖儿童的增多,2 型糖尿病的发病率也在儿童中逐年增加。另外 2 型糖尿病的发病年龄呈年轻化趋势发展,表现为逐代年轻化现象,即子代发病年龄低于父母。值得注意的是部分患者血糖升高,但未达到糖尿病诊断标准。

在人类的疾病中,由一种慢性病而引发出多种疾病的,糖尿病当属前位。据我国有关资料统计,因糖尿病引发的心、脑、肝、肺、肾、眼、肢体、皮肤、神经等急性或慢性并发症达 80 多种,给患者身心造成巨大痛苦,已经成为糖尿病病人致残和早亡的主要原因,将严重威胁民众的生命和健康,并带来社会和家庭的巨大经济负担。我国糖尿病并发症发病率已达到相当高的水平,其中心血管疾病已经成为我国糖尿病患者发病率和致死率最高、危害最大的慢性并发症,使人们丧失劳动能力,预期寿命缩短 8~12 年。糖尿病并发肾脏、胃轻瘫眼底等微血管病变也相继增多,已成为主要的和日益严重的健康问题。因此糖尿病及其并发症的预防与治疗是摆在我们面前的一个重大公共卫生问题。

循证医学表明,严格控制血糖,使其达到理想水平,则可预防和延缓急慢性并发症的发生和发展。坚持以预防为主,以控制糖尿病发病率上升趋势,减少并发症,提高患者生存率,改善生活质量。

第二节 古代和近代中医学对糖尿病的认识

中国是最早认识糖尿病的国家之一,古代中医对糖尿病的认识,因其常见多饮、多尿、多食或消瘦等特征,与我国历代医籍中所述消渴病类同,故将其归于消渴(瘵)范畴,对其记载的书目很多,中医早在1700多年以前即对本病有所认识,现存最早的中医典籍《黄帝内经》一书“奇病论”中有关“消渴”的记载,提出“消渴”“消瘵”的病名。根据发病机制和临床表现不同,又有“消渴”“消中”“鬲消”“肺消”等不同名称,并提出“此肥美之所发也。此人必数食甘美而多肥也,肥者令人内热,甘者令人中满,故其气上溢,转为消渴”。从中可见“消渴”的病因为饮食精细,过多、过甜及肥胖,进而引主烦渴多尿的出现是甘美之食多造成体内满而溢。

《黄帝内经》关于消渴病的认识令人惊奇而敬佩,此后历朝历代的医家和医学典籍都有进一步的认识,这里作一个简述。

一、西汉时期

淳于意医案有“肺消瘵”一案记载,是我国最早的糖尿病医案。张仲景所著《金匱要略》中立“渴”专篇论其症状治法,所述“男子消渴小便反多,以饮一斗,小便一斗,肾气圆(丸)主之”“渴欲饮水,口干舌燥”“消谷饮食,大便必坚,小便必数”。

二、隋代时期

藏立言在《古今录验方》记载“渴而饮水多,小便数,无脂似麸片甜者,皆消渴病也”。隋代巢元方《诸病源候论》中提出“其病多发痼疽”,并记载了糖尿病的运动疗法:“先行一百二十步,多者千步,然后食。”



巢元方在《巢氏病源》中记载：消渴者，渴不止，小便多者是也，由少年服五石诸凡散，积经年岁石气结于肾中，使人下焦虚热及至年老血气减少，不能后制于石，势独盛则肾为之燥，故之为饮水下为小便不禁也，其病变多发痈疽，此因热气留于经血滞不行故成痈脓。

三、唐代时期

王焘在《外台秘要》中有“每发小便至甜”的论述。记载了“此事特忌房事、热面、干脯、粳米饭、李子”等。同时亦有关于运动疗法的记载：“不欲饮食久坐……人欲小劳，但莫久劳疲极，亦不可强所不能堪耳”“食毕即行步，稍畅而坐”。

孙思邈《千金方》对消渴病治疗的记载“其所慎者有三：一饮酒，二房事，三咸食及面。能慎此者，虽不服药而自可无他；不如此者，纵有金丹亦不可救，深思慎之！”

王冰在《重广补注黄帝内经素问》中又对消渴病因的描述：食肥则腠理密，阳气不得外泄，故肥令人内热。甘者性气和缓而发散逆，故甘令人中满。然内热则阳气炎上，炎上则欲饮而咽干，中满则陈气有余，有余则脾气上溢，故曰其气上溢转为消渴也。

四、宋代时期

陈无择在《三因极一病证方论》记载消渴叙论：夫消渴，皆由精血走耗，津液枯乏，引饮既多，小便必利，寝衰微，肌肉脱剥，指脉不荣，精髓内竭，推其所因，涉内外与不内外。古方不原病本，但出禁忌，似属不内外因；药中乃用麻黄、远志，得非内外兼并？况心虚烦闷，最能发渴，风寒暑湿，病冷作热，入于肾经，引水自救，皆明文也。不知其因，施治错谬，医之大患，不可不知。

三消脉证：渴病有三，曰消渴、消中、消肾。消渴属心，故烦心，致心火散蔓，渴而引饮。经云：脉软散者，当病消渴。诸脉软散，皆气实血虚也。消中属脾，瘴热成，则为消中。消中复有三，有寒中、热中、强中。寒中，阴胜阳郁，久必为热中。经云：脉洪大，阴不足，阳有余，则为热中；多食数洩，为消中；阴狂兴盛，不交精泄，则为强中。三消病至强

中,不亦危矣。消肾属肾,盛壮之时,不自谨惜,快情纵欲,极意房中,年长肾衰,多服丹石,真气既丧,石气孤立,唇口干焦,精溢自泄,不饮而利。经云:肾实则消。不渴而小便自利,名曰消肾,亦曰内消。

据宋代儿科圣手钱乙在《小儿药证直诀》记载:儿本虚怯。有胎气不成,则神不足。目中白睛多,其颅即解,凶开也。面色晄白。此皆难养,纵长不过八八之数。若恣色欲多,不及四旬而亡。或有因病而致肾虚者,非也。又肾气不足,则下窜,盖骨重惟欲坠于下而缩身也。肾水,阴也。肾虚则畏明,皆宜补肾,地黄丸补之。

据刘昉在《幼幼新书》论述儿童热渴疳渴中记载:热渴按《巢氏病源》热渴候:小儿血气盛者,则腑脏生热,热则脏燥,故令渴。《小方脉》论小儿渴病,其病吃水太多,腹胀后泻。此病吃水不归小肠,却入大肠,大肠受五谷不受水;小肠受水不受五谷。此病皆惜抱损得心脏热,心与小肠合,小肠亦受热。小肠气热,其气上行奔胃口,致孩子吃水,其水待奔小肠,被小肠气热渗泄不及,转入大肠。如医先下淋药,后下凉心脏药,然后止渴乃效。小儿疳渴:据《圣惠》论:夫小儿疳渴者,由脏腑夙有疳热,心肺壅热之所致也。此皆乳母恣食五辛,或饮热酒,多味酸咸,夜餐炙爆,心胸气滞,便即乳儿,致脏腑生热,热则烦躁,故令儿渴不止也。

据许叔微在《普济本事方》对消渴病理学描述,《古方验录论》:消渴有三种:一者渴而饮水多,小便数,脂似麸片,甜者消渴病也;二者吃食多,不甚渴,小便少,似有油而数者,消中病也;三者渴饮水不能多,但腿肿,脚先瘦小,阴痿弱,小便数,此肾消病也。特忌房劳。

《千金》云:消渴病所忌者有三:一饮酒,二房室,三咸食及面。能忌此,虽不服药亦自可。消渴之人,愈与未愈,常须虑患大痼,必于骨节间忽发痼疽而卒。予亲见友人邵任道,患渴数年,果以痼疽而死。唐祠部李郎中论:消渴者,肾虚所致,每发则小便甜,医者多不知其疾。故古今亦阙而不言。《洪范》言:稼穡作甘。以物理推之,淋饴醋酒作脯法,须臾即皆能甜也,足明人食之后,滋味皆甜,流在膀胱,若腰肾气



盛,是为真火,上蒸脾胃,变化饮食,分流水谷,从二阴出,精气入骨髓,合荣卫行血脉,营养一身。其次以为脂膏,其次以为血肉也,其余则为小便。故小便色黄,血之余也。臊气者,五脏之气。咸润者,则下味也。腰肾既虚冷,则不能蒸于谷气,则尽下为小便,故味甘不变其色,清冷则肌肤枯槁也。犹如乳母谷气上泄,皆为乳汁。消渴病者,下泄为小便,皆精气不实于内,则小便数,瘦弱也。又肺为五脏华盖,若下有暖气蒸则肺润,若下冷极,则阳气不能升,故肺干则渴。易于否卦,干上坤下,阳无阴而不降,阴无阳而不升,上下不交,故成否也。譬如釜中有水,以火暖之,其釜若以板覆之,则暖气上腾,故板能润也。若无火力,水气则不能上,此板则终不得润也。火力者,则是腰肾强盛也。常须暖补肾气,饮食得火力,则润上而易消,亦免干渴也。故张仲景云:宜服肾气八味圆。此疾与脚气,虽同为肾虚所致,其脚气始发于二三月,盛于五六月,衰于七八月。凡消渴始发于七八月,盛于十一月、十二月,衰于二三月,其何故也?夫脚气,壅疾也,消渴,宣疾也,春夏阳气上,故壅疾发,则宣疾愈。秋冬阳气下,故宣疾发,则壅疾愈也。审此二者,疾可理也。犹如善为政者,宽以济猛,猛以济宽,随事制度尔。仲景云:足太阳者,是膀胱之经也。膀胱者,肾之腑。小便数,此为气盛。气盛则消谷,大便硬,衰则为消渴也。男子消渴,饮一斗,小便亦得一斗,宜八味肾气圆。

五、南宋时期

据杨士瀛在《仁斋直指方论》消渴方论记载:渴之为病有三:曰消渴,曰消中,曰消肾,分上中下三焦而应焉。热气上腾,心虚受之,心火散漫,不能收敛,胸中烦躁,舌赤唇红,此渴引饮常多,小便数而少,病属上焦,谓之消渴。热蓄于中,脾虚受之,伏阳蒸胃,消谷善饥,饮食倍常,不生肌肉,此渴亦不甚烦,但欲饮冷,小便数而甜,病属中焦,谓之消中,热伏于下,肾虚受之,腿膝枯细,骨节酸痛,精走髓虚,引水自救,此渴水饮不多,随即溺下,小便多而浊,病属下焦,谓之消肾。自消肾而析之,又有五石过度之人,真气既尽,石气独留,而肾为之石,阳