



杏林墨香

致力于打造中医品牌

家庭必备
偏验方系列

偏验方

糖
尿
病

主编 王君

中国医药科技出版社



家庭必备偏验方系列

糖尿病偏验方

主编 王 君



中国医药科技出版社

内 容 提 要

本书引用、收集了民间流传、医家常用,以及一些报刊、书籍所载的治疗糖尿病的老偏方,并以中医药理论为依据,以辨证论治为原则,去粗存精,每方包括组成、制法用法和功效主治。其内容丰富,用料采集方便,制作介绍详细,用法明确。可供基层医师及中医药爱好者参考阅读。

图书在版编目(CIP)数据

糖尿病偏方 / 王君主编. — 北京: 中国医药科技出版社, 2017.5
(家庭必备偏方系列)

ISBN 978-7-5067-8903-5

I. ①糖… II. ①王… III. ①糖尿病—土方—汇编 ②糖尿病—
验方—汇编 IV. ①R289.51

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 306514 号

美术编辑 陈君杞

版式设计 也在

出版 中国医药科技出版社

地址 北京市海淀区文慧园北路甲 22 号

邮编 100082

电话 发行: 010-62227427 邮购: 010-62236938

网址 www.cmstp.com

规格 880 × 1230mm $1/_{32}$

印张 5

字数 108 千字

版次 2017 年 5 月第 1 版

印次 2017 年 5 月第 1 次印刷

印刷 北京九天众诚印刷有限公司

经销 全国各地新华书店

书号 ISBN 978-7-5067-8903-5

定价 25.00 元

版权所有 盗版必究

举报电话: 010-62228771

本社图书如存在印装质量问题请与本社联系调换

编 委 会

主 编 王 君

副主编 李瑞祥 石 磊

编 委 （按姓氏笔画排序）

马三和 孙三宝 刘杰民 刘国辉

余武英 张关敏 林自勇 范建春

程桂林



前言

古人有“千方易得，一效难求”的说法。《内经》有“言病不可治者，未得其术也”。“有是病，必有是药（方）”。对于一些家庭常见疾病，一旦选对了方、用对了药，往往峰回路转，出现奇迹。

本丛书包括：呼吸疾病、消化疾病、糖尿病、高血压、心血管疾病、高脂血症、痛风、肝病、肾病、肿瘤、风湿性疾病、男科疾病、妇科疾病、儿科疾病、美容养生、失眠、疼痛、五官科疾病，共计 18 分册。每册精选古今文献中偏验方几百首，既有中药内服偏验方，又有中药外用偏验方和食疗偏方。每首偏验方适应证明确，针对性强，疗效确切，是家庭求医问药的必备参考书。

本套丛书引用、收集了民间流传、医家常用以及一些报刊、书籍所载的偏验方，并以中医药理论为依据，以辨证施治为原则，依托中医证型，进行分门别类，去粗存精，避免了众方杂汇、莫衷一是的弊端，使之更加贴近临床，贴近患者，贴近生活，以期达到读之能懂、学以致用、用之有效的目的。

本书刊载了大量治疗糖尿病的有效中药内服偏验方、食疗偏



糖尿病偏验方

方和中药外用偏验方，每方包括组成、制法用法和功效主治。其内容丰富，用料采集方便，制作介绍详细，用法明确。

需要提醒的是，偏验方只是辅助治疗的手段，并且因患者病情分型不同，治疗也会大相径庭，若辨证错误，结果可能会适得其反。所以，强烈建议读者在使用书中偏验方时务必在医生指导下使用，并且使用时间的长短由医生来决定。由于我们的水平和掌握的资料有限，书中尚存一些不尽善美之处，敬请广大读者批评指正。

编者

2016年10月



目录

第一章 中药内服偏验方 / 1

第一节 单纯糖尿病 / 2

一、阴虚燥热型 / 2

消渴汤 (2)

滋阴润燥汤 (2)

益气养阴汤 (3)

葛根地连汤 (3)

金津玉液汤 (3)

玉女煎加味 (3)

玉泉散加味 (4)

黄芪滋阴汤 (4)

黄精地黄汤 (4)

健脾降糖饮 (5)

小贴士 老年性糖尿病患者治疗应注意的事项 / 5

二、气阴两虚型 / 6

地黄枸杞胶囊 (6)

知母地黄汤 (6)

黄芪人参饮 (6)

玄参菊花降糖饮 (7)

双地降糖饮 (7)

黄芪茯苓饮 (7)

小贴士 消渴证患者护理的要点 / 8

三、脾肾亏虚型 / 9

- | | |
|--------------|------------|
| 降糖益肾汤 (9) | 健脾益肾方 (10) |
| 健脾补肾化瘀方 (10) | 温肾健脾方 (10) |
| 健脾滋肾汤 (11) | |

四、血瘀型 / 11

- | | |
|--------------|------------|
| 丹参活血汤 (11) | 益气活血汤 (12) |
| 补阳还五汤加减 (12) | 黄精白术汤 (12) |
| 济生化瘀丸 (12) | 活血行瘀汤 (13) |
| 加减六味地黄汤 (13) | |

五、痰湿型 / 13

- | | |
|--------------|------------|
| 二术七夏汤 (14) | 化痰通络方 (14) |
| 二元糖肾煎 (14) | 芪星汤 (15) |
| 祛瘀化痰通络方 (15) | |

小贴士 1型、2型糖尿病是怎样发生的 / 15

第二节 兼并发症 / 17

一、并发心血管疾病 / 17

- | | |
|------------|------------|
| 化瘀养心汤 (17) | 保元肾气汤 (17) |
| 降糖生脉方 (18) | 糖心神煎汤 (18) |
| 地黄汤 (18) | 参芪桃红汤 (19) |
| 补心丹 (19) | 半夏枣仁汤 (19) |
| 地黄汤加味 (19) | 洋参生脉汤 (20) |

二、并发脑血管疾病 / 20

- | | |
|------------|-------------|
| 葛黄汤加减 (20) | 滋阴活络冲剂 (20) |
| 枸杞天芪汤 (21) | 化瘀汤 (21) |
| 降糖活血汤 (21) | 葛根通络饮 (22) |

小贴士 可升高血糖的激素有哪些 / 22

三、并发高脂血症 / 23

- 益肾降糖消脂饮 (23)
- 益肾降消饮 (23)
- 清化消痰方 (24)
- 四、并发肾病 / 24
- 固元汤 (24)
- 固涩补肾汤 (25)
- 固精利湿汤 (26)
- 川芎牡丹汤 (26)
- 双参枸杞汤 (27)
- 参地活血汤 (27)
- 益气活血方 (23)
- 益肾活血汤 (23)
- 益气涤痰化瘀汤 (24)
- 芪丹饮 (25)
- 利水消肿汤 (25)
- 参地活血汤 (26)
- 双黄固肾汤 (26)
- 益气固精汤 (27)
- 五、并发周围神经病变 / 28
- 养血通络汤 (28)
- 糖痹汤 (28)
- 温经通络麻疼汤 (29)
- 益气养阴活血汤 (28)
- 祛麻止痛方 (29)
- 六、并发视网膜病变 / 29
- 益气养阴方 (29)
- 益气养阴活血方 (30)
- 醒目降糖饮 (30)
- 三草冠花汤 (31)
- 生蒲黄汤 (29)
- 黄芪明目汤 (30)
- 复明双参汤 (31)
- 七、并发足部坏疽 / 31
- 坏疽康复汤 (31)
- 茵陈赤小豆汤 (32)
- 黄芪化瘀汤 (32)
- 活血寄生汤 (32)
- 小贴士 糖尿病患者都会发生尿毒症、失明或截肢吗 / 33
- 八、并发胃部轻瘫 / 33
- 动力促胃汤 (33)
- 白术佛手养胃汤 (34)
- 康复双参汤 (34)
- 健胃消食汤 (34)

- 益气消痞汤 (35)
- 九、并发阳痿 / 35
- 糖痿灵 (35) 补肾坚挺方 (35)
- 活血填精汤 (36) 枸杞勃起汤 (36)
- 十、并发便秘 / 36
- 益气润肠汤 (36) 补肺润肠汤 (37)
- 补益宣通方 (37) 济川煎加减 (37)
- 十一、并发口腔疾病 / 38
- 滋阴清热汤 (38) 加味知柏汤 (38)
- 十二、并发皮肤感染 / 38
- 清热解毒降糖汤 (38) 消热泻火汤 (39)
- 小贴士 胰岛素的生理作用 / 39

第二章 食疗偏方 / 40

第一节 菜肴偏方 / 40

- | | |
|---------------|-------------|
| 瘦肉香菇蒸豆腐 (40) | 白果莲子猪肚 (40) |
| 怀山药泥 (41) | 陈皮槟榔 (41) |
| 三鲜丝瓜 (41) | 鱼腥草拌莴苣 (42) |
| 鲜苦瓜炒猪瘦肉 (42) | 蛤蚧炖山药 (42) |
| 黄精党参蒸鸡 (43) | 赤豆葛根鲤鱼 (43) |
| 红杞怀山烧活鱼 (44) | 肉炒黄瓜丁 (44) |
| 玉竹柏子仁炖猪心 (44) | 虫草核桃鸭子 (45) |
| 三丝芹菜 (45) | 姜汁薤菜 (46) |
| 芹菜拌腐竹 (46) | 凉拌丝瓜 (46) |
| 黄瓜拌腐竹 (47) | 旱芹拌面筋 (47) |

- | | |
|---------------|----------------|
| 芫荽凉拌胡萝卜丝 (47) | 旱芹拌苦瓜 (48) |
| 蒜蓉拌薤菜 (48) | 凉拌枸杞叶胡萝卜丝 (49) |
| 凉拌鲜芦笋 (49) | 凉拌苜蓿 (49) |
| 腐竹拌马齿苋 (50) | 海蜇拌黄瓜 (50) |
| 海米拌双丝 (50) | 清蒸茶鲫鱼 (51) |
| 海米冬瓜 (51) | 海米珍珠笋 (51) |
| 香芹炒鳝丝 (52) | 二冬小炒 (52) |
| 生菜胡萝卜卷 (52) | 香干炒葱头 (53) |
| 西瓜皮爆鳝鱼 (53) | 枸杞子炖鱼头 (54) |
| 山杞煲苦瓜 (54) | 茼蒿炒萝卜 (55) |
| 大蒜鲢鱼 (55) | 莲子蒸鲍鱼 (55) |
| 山药炒猪腰子 (56) | 玉竹炒藕片 (56) |
| 百合旱芹炒乳鸽 (56) | 苦瓜炒肉丝 (57) |
| 豆豉苦瓜 (57) | 芹菜瘦肉炒腐竹 (58) |
| 素炒薤菜 (58) | 蒜蓉苋菜 (58) |
| 生煨苜蓿 (59) | 丝瓜油面筋 (59) |
| 锅烧丝瓜 (60) | 山药卷 (60) |
| 香菇竹笋 (60) | 苡仁青瓜拌海蜇 (61) |
| 苡仁拌绿豆芽 (61) | 马齿苋煎鱼 (62) |
| 松子仁金黄鸭 (62) | 蒜泥海蜇拌萝卜丝 (63) |
| 酸梅藕片 (64) | 桑椹里脊 (64) |
| 凉拌海带丝 (64) | 生拌海参 (65) |
| 芪杞醉虾 (65) | 山楂葛根炖牛肉 (66) |
| 胖大海炖猪肺 (66) | 玉竹沙参蒸龟肉 (66) |
| 沙参麦冬蒸鲫鱼 (67) | 昆布海藻黄豆 (67) |
| 黄精蒸海参 (68) | 薏苡仁蒸鲤鱼 (68) |
| 参杞甲鱼 (68) | 南沙参炖猪肉 (69) |

- | | |
|---------------------|--------------|
| 黄精煲乌鸡 (70) | 枸杞炒芹菜 (70) |
| 枸杞鸡丁 (70) | 山药烧甲鱼 (71) |
| 枸杞豆腐炖鱼头 (71) | 山药杞子煲苦瓜 (72) |
| 杜仲核桃炖猪腰子 (72) | 山药麦冬煲丝瓜 (73) |
| 小贴士 糖尿病患者的食养原则 / 73 | |

第二节 粥类偏方 / 74

- | | |
|---------------|--------------|
| 萝卜粳米粥 (74) | 田螺粥 (74) |
| 山药胡萝卜粥 (75) | 菠菜根粥 (75) |
| 山药扁豆粥 (75) | 青粱米粥 (75) |
| 参苓山药二米粥 (75) | 珠玉二宝粥 (76) |
| 山药大枣粥 (76) | 桂圆粥 (76) |
| 黄芪山地粥 (77) | 地黄百合绿豆粥 (77) |
| 枸杞子粥 (77) | 枸杞叶粥 (77) |
| 苦瓜玉竹粥 (78) | 丝瓜百合粥 (78) |
| 山药麦麸粥 (78) | 芹菜牛肉末粥 (79) |
| 山药猪肚粥 (79) | 百合葛根粥 (79) |
| 大蒜粟米粥 (79) | 海藻双仁粥 (80) |
| 鲤鱼萝卜粥 (80) | 西洋参核桃粥 (80) |
| 陈皮海带粥 (81) | 苦瓜芦笋粳米粥 (81) |
| 大麦薏米鳝鱼粥 (81) | 洋葱天花粉粥 (82) |
| 丝瓜粟米粥 (82) | 山药苡仁粥 (83) |
| 山药枸杞子粥 (83) | 魔芋粥 (83) |
| 竹笋粟米粥 (83) | 冬瓜赤豆粥 (84) |
| 南瓜海参粥 (84) | 麦麸天花粉粥 (84) |
| 玉米须山药粟米粥 (84) | 苡仁粟米柚皮粥 (85) |
| 西洋参粟米粥 (85) | 魔芋豆浆粥 (86) |
| 苡仁冬瓜粥 (86) | 冬瓜皮粟米粥 (86) |

- | | |
|-------------------------|--------------|
| 赤小豆粟米粥 (87) | 南瓜麦冬粟米粥 (87) |
| 黑豆苡仁粥 (87) | 玉米须扁豆粥 (87) |
| 黑芝麻粟米粥 (88) | 绿豆燕麦粥 (88) |
| 玉米须芦笋粥 (88) | 赤豆高粱粥 (89) |
| 金樱子核桃粥 (89) | 罗汉果粥 (89) |
| 海参黄芪粟米粥 (90) | 海带莜麦粥 (90) |
| 小贴士 糖尿病患者解脱饥饿之苦的方法 / 91 | |

第三节 汤羹偏方 / 92

- | | |
|-----------------|---------------|
| 猪肚豆豉葱白汤 (92) | 山药猪胰汤 (92) |
| 乌梅参枣汤 (92) | 猪骨莲枣汤 (93) |
| 灵芝大枣沙参汤 (93) | 黑豆煲瘦肉汤 (93) |
| 灵芝松花粉汤 (93) | 藕节黄芪山药汤 (94) |
| 黑豆黄精汤 (94) | 黄瓜木耳汤 (94) |
| 黄瓜山药玉竹汤 (95) | 清燥润肺老鸽汤 (95) |
| 蟹黄豆腐羹 (95) | 冬瓜鲤鱼汤 (96) |
| 竹笋汤 (96) | 黄鱼海参羹 (97) |
| 苦瓜猪肉汤 (97) | 海蜇荸荠汤 (97) |
| 绿豆南瓜羹 (98) | 冬瓜绿豆五味羹 (98) |
| 兔肉黄瓜山药羹 (98) | 怀杞牛肉汤 (98) |
| 苦瓜羹 (99) | 苡仁冬瓜羹 (99) |
| 百合莲子燕窝 (99) | 芦笋苡仁羹 (100) |
| 鲜莲银耳汤 (100) | 海参笋菇羹 (101) |
| 胡萝卜缨黄豆羹 (101) | 苡仁绿豆粟米羹 (101) |
| 番薯叶苡仁粟米羹 (102) | 猪肉玉米须汤 (102) |
| 番薯叶枸杞叶冬瓜汤 (102) | 山药排骨汤 (103) |
| 山药丝瓜芦笋汤 (103) | 山药南瓜汤 (104) |
| 百合猪肚汤 (104) | 薏苡仁猪胰汤 (105) |

- | | |
|-------------------|---------------|
| 地黄核桃鸡肉汤 (105) | 枸杞西芹白菜汤 (105) |
| 玉米须山药汤 (106) | 枸杞猪肾汤 (106) |
| 枸杞杜仲鹤鹑汤 (107) | 枸杞丝瓜牡蛎汤 (107) |
| 海参山药猪胰汤 (108) | 补阴养胃汤 (108) |
| 小贴士 汤类食物的作用 / 109 | |

第四节 茶饮偏方 / 109

- | | |
|--------------|---------------|
| 地黄二冬茶 (109) | 洋参麦冬茶 (109) |
| 天花粉茶 (110) | 三冬消渴茶 (110) |
| 葛根芹菜茶 (110) | 苦瓜绿茶 (111) |
| 山药茶 (111) | 洋葱地黄牛奶饮 (111) |
| 萝卜汁饮 (112) | 五汁饮 (112) |
| 鲜石榴汁饮 (112) | 马齿苋饮 (112) |
| 菟丝子茶 (113) | 竹茹茶饮 (113) |
| 田螺茶 (113) | 蚕茧茶 (113) |
| 玉竹乌梅茶 (114) | 瓜皮天花粉茶 (114) |
| 石斛玉竹茶 (114) | 核桃二子饮 (114) |
| 沙参麦冬茶 (115) | 玉米须绿茶 (115) |
| 苦瓜茶叶饮 (115) | 丝瓜茶 (115) |
| 消渴茶 (116) | 芦笋麦冬茶 (116) |
| 山药天花粉茶 (116) | 石斛苦瓜茶 (117) |
| 枸杞叶茶 (117) | 茶疗方 (117) |
| 芦笋冬瓜茶 (117) | 冬瓜皮玉米须茶 (118) |
| 山药枸杞茶 (118) | 玉竹麦麸茶 (118) |
| 洋参赤小豆茶 (119) | 番薯叶苦瓜茶 (119) |
| 翠衣乌龙茶 (119) | 绿豆银花茶 (120) |
| 陈粟米茶 (120) | 枸杞子玉米须茶 (120) |
| 柚子乌龙茶 (121) | 乌梅茶 (121) |

- | | |
|-------------------------|---------------|
| 罗汉果茶 (121) | 海带绿豆饮 (122) |
| 扁豆葛根茶 (122) | 绞股蓝枸杞子茶 (122) |
| 二粉茶 (123) | 生津饮 (123) |
| 葛粉玉泉茶 (123) | 四汁饮 (124) |
| 山药黄芪饮 (124) | 葛根牛奶 (124) |
| 天花粉胚芽豆奶 (124) | 生地柚汁豆奶 (125) |
| 西洋参萝卜奶 (125) | 萝卜石斛汁 (126) |
| 复合洋葱汁 (126) | 薤菜二冬汁 (126) |
| 枸杞叶洋葱汁 (127) | |
| 小贴士 为什么糖尿病患者要限糖限盐 / 127 | |

第五节 主食偏方 / 128

- | | |
|------------------------|---------------|
| 山药萝卜瘦肉饼 (128) | 茯苓饼 (128) |
| 麦麸饼 (128) | 萝卜糕 (129) |
| 怀山药饼 (129) | 魔芋赤豆糕 (130) |
| 山药鸡蛋面 (130) | 黑芝麻麸肉汤圆 (130) |
| 大麦菜饭 (131) | 粟米赤豆糕 (131) |
| 粟米黑芝麻糕 (132) | 什锦杂粮饭 (132) |
| 麦麸魔芋鸡蛋饼 (132) | 黄精苡麦面 (133) |
| 苡麦苡仁饼 (133) | 黑芝麻粟米糊 (134) |
| 八宝山药泥 (134) | 海参猪肉饼 (135) |
| 黑芝麻麦麸饼 (135) | |
| 小贴士 糖尿病患者应如何选择食物 / 136 | |

第三章 中药外用偏验方 / 137

第一节 浴疗偏验方 / 137

- | | |
|-------------|-------------|
| 苍术党参方 (137) | 知母花粉方 (137) |
|-------------|-------------|

川桂枝丹参方 (138)

金银花丹参方 (138)

黄芪桂枝牛膝方 (138)

苍术地龙鸡血藤方 (139)

透骨草络石藤方 (139)

蛇床子川椒坐浴 (139)

小贴士 足浴养生疗法 / 140

第二节 敷贴偏验方 / 141

荆皮生肌散 (141)

泡脚生肌液 (141)

祛腐生肌散 (142)



第一章 中药内服偏验方

糖尿病是一种常见的代谢内分泌疾病，是由遗传和环境因素相互作用而引起的临床综合征（慢性、全身性、代谢性疾病），是由于人体内胰岛素绝对或相对缺乏所致，以高血糖为主要特征。糖尿病是一种终身疾病。糖尿病是西医学的命名，通过实验室检测，患者血糖、尿糖升高，并伴有一系列因糖类、脂肪、蛋白质代谢紊乱，使肝糖原和肌糖原不能合成而产生的各种病变，最典型的症状为口渴多饮、多尿、多食，由于“三多”而出现人体消瘦，中医则称为消。糖尿病患者多口渴难忍，饮量大增，中医则称为渴，“三多”症，即为“三消”（上消多饮，中消多食，下消多尿），所以中医称糖尿病为消渴病。

中医学认为，消渴病的病机主要在于阴津亏损，燥热偏盛，而以阴虚为本，燥热为标，两者互为因果，阴愈虚则燥热愈盛，燥热愈盛则阴愈虚。消渴病变的脏腑主要在肺、胃、肾，尤以肾为关键。三脏之中，虽可有所偏重，但往往又互相影响。

中医学还认为消渴病日久，则易发生以下两种病变：一是阴损及阳，阴阳俱虚。消渴虽以阴虚为本，燥热为标，但由于阴阳互根，阳生阴长，若病程日久，阴损及阳，则致阴阳俱虚。其中以肾阳虚及脾阳虚较为多见。二是病久入络，血脉瘀滞。