

Xiandai Zhongxiyi Jiehe TANGNIAOBING Fangzhi



现代中西医结合 糖尿病防治

韩振启 主编

中国矿业大学出版社

China University of Mining and Technology Press

现代中西医结合糖尿病防治

韩振启 主编

中国矿业大学出版社

内 容 提 要

本书以医学科普读物的形式,利用现代中西医结合的防治方法,向广大读者详细介绍了糖尿病(消渴病)发病的病因、病机,糖尿病的诊断标准、鉴别诊断、临床分期、分型,糖尿病控制标准,糖尿病自我管理,糖尿病饮食治疗,糖尿病运动治疗,糖尿病常用中药,糖尿病常用口服西药,胰岛素的应用,糖尿病中医中药治疗,糖尿病急、慢性并发症的预防和治疗等。此外,书后附十四经循经取穴及经外奇穴、古今医家论六味地黄汤、人体经络穴位分布图。

图书在版编目(CIP)数据

现代中西医结合糖尿病防治 / 韩振启主编. —徐州:
中国矿业大学出版社, 2014. 1

ISBN 978-7-5646-2226-8

I. ①现… II. ①韩… III. ①糖尿病—中西医结合—
防治 IV. ①R587. 1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2014)第 013411 号

书 名 现代中西医结合糖尿病防治
主 编 韩振启
责任编辑 孙 浩 陈振斌
出版发行 中国矿业大学出版社有限责任公司
(江苏省徐州市解放南路 邮编 221008)
营销热线 (0516)83885307 83884995
出版服务 (0516)83885767 83884920
网 址 <http://www.cumtp.com> E-mail: cumtpvip@cumtp.com
印 刷 徐州中矿大印发科技有限公司
开 本 787×960 1/16 印张 18.5 字数 208 千字
版次印次 2014 年 1 月第 1 版 2014 年 1 月第 1 次印刷
定 价 35.00 元

(图书出现印装质量问题,本社负责调换)

《现代中西医结合糖尿病防治》

编委会

主编 韩振启

主审 向红丁

编委 韩振启 韩杰灵 韩 鹏
刘雪侠 韩美玲 韩 笑
赵进东 秦 雪 卢 阳

序

随着经济社会的迅速发展、人民生活水平的迅速提高以及老龄化社会的迅速形成,我国糖尿病的发病率正急剧增高。据统计,我国现有糖尿病患者高达 1.14 亿,在这些糖尿病患者身后,还有 1.50 亿糖尿病前期者和近 5 亿糖尿病高危人群,糖尿病正在迅速成为危害人民健康、影响我国社会主义建设事业的一个重大疾病。

糖尿病的危害在于它给糖尿病患者带来肉体和精神上的痛苦与不便,给个人、家庭、社会和国家造成巨大的资金与资源上的耗费,还能引起糖尿病患者高血压、冠心病、脑血管意外、下肢坏死、肾衰竭、失明等慢性并发症,造成残废甚至过早死亡。

尽管病人剧增,危害巨大,但糖尿病还是一个可防可治之病。据本人从医 45 年,从事糖尿病防治研究 35 年的体会,预防糖尿病要做到五个要点:多懂、少吃、勤动、放松和必要时服药;治疗糖尿病要驾好五套马车:教育与心理治疗、饮食治疗、运动治疗、药物治疗和病情监测;监测糖尿病至少要实现五项达标:体重达标、血糖达标、血压达标、血脂达标和血液流变学

达标,这样我们就可以战胜糖尿病及其并发症,使更多的人免受糖尿病之害,使我们的糖尿病患者相对健康、绝对快乐、颐享天年。

糖尿病是一种特别适合于中西医结合治疗的疾病,西医具有强大、明确的降糖、减压、调脂作用,中医除具有辅助的降糖、减压、调脂作用外,还能发挥减轻糖尿病相关症状的作用和防治糖尿病并发症的作用。中西医结合防治糖尿病,无疑是一种科学、先进、有效的糖尿病及其并发症的治疗理念。

《现代中西医结合糖尿病防治》一书的作者从中医和西医两个角度,全面细致地阐明了糖尿病的病因、病理、诊断、分型,以及糖尿病的预防与治疗方法。全书内容丰富、翔实,语言生动、通俗,既适合于糖尿病高危人群、糖尿病前期者及糖尿病患者阅读,对广大基层医务工作者和各级医务人员也有很大裨益。为此,本人愿意向广大读者推荐《现代中西医结合糖尿病防治》一书,期望本书能在我国糖尿病防治事业中发挥巨大的作用。

中华糖尿病协会会长 向红丁

2014年元月于北京

前 言

随着经济的快速发展,人民生活水平显著提高,饮食结构、生活方式发生改变,近年来我国糖尿病发病率呈快速增长趋势。2010年中华医学会糖尿病分会公布数据显示,我国现有糖尿病患者1亿左右,已经超过印度,成为世界上糖尿病患者最多的国家。由于糖尿病是一种令人身体衰弱、医疗费用高昂、伴有严重并发症的慢性病,对家庭、国家和全世界造成严重危害,已成为全社会公众关注的健康问题。

糖尿病属于中医学“消渴病”的范畴。我国早在2000多年前就有关于糖尿病(消渴病)的记载,在防治糖尿病千百年的医疗实践中积累了丰富的临床经验,逐步形成了独特的诊疗体系。有关消渴病的认识、诊断及治疗散见于我国历史书籍文献之中,早在《黄帝内经》中人们就精辟地提出糖尿病的发生与先天禀赋不足及饮食丰美、生活富裕关系密切。唐代孙思邈继承了《黄帝内经》对消渴病的认识,还在此基础上撰写《千金消渴方》进一步阐述。隋唐年间名医甄立言首先发现了消渴病病人的尿是甜的;唐代名医王焘亲口尝其父(消渴病)的小便是甜的,针对消渴病制定了治疗方案,辅以调整饮食,把这些经验写进了《外台秘要》一书。名医巢元方提出治疗消渴病要进行体

力活动,并明确提出消渴病“治之与否,属在病者”的自我保健思想。近代中医、中西医结合工作者继承和整理这些宝贵遗产,深入研究,在防治糖尿病及其慢性并发症等方面取得了较好的成绩。

岁月悠悠,乾坤朗朗,万物消长,寓于阴阳,众生衍庆,当祭羲黄。自愧,愚身趋越一轮甲子,双鬓皆银,与世无就,兹乃人神之共耻焉!尤当今全球浩荡,挥师于天然植物,广索新的资源,攻克疑难顽症之大势已现,余更是夜难成寐。故不揣愚陋,抖着管墨,撷众家之长,聚己之发微,撰《现代中西医结合糖尿病防治》酬敬于读者。倘对今世少有裨益,余当聊以自慰矣!

本书系根据传统医学理论,结合数十年实践编撰的一部有关中西医结合防治糖尿病的著作。在写作方面力求集科学性、知识性、趣味性、实用性于一体,深入浅出、通俗易懂、防治结合、以防为主、重点突出。其内容新颖、系统,适合糖尿病高危人群、糖尿病和糖尿病并发症患者及广大群众阅读。同时,对广大临床医生具有一定的参考价值。特别是中医学西医、西医学中医、中西医结合的临床医生以及初级、中级职称医生、高等院校毕业3年内的年青医务人员更适合阅读。

然而,由于编者学术水平有限,缺点、错误在所难免,真诚希望广大读者批评指正。

编 者

2013年12月

目 录

序	向红丁
前言	1
第一章 总论	1
第一节 中医学对消渴病(糖尿病)的认识	1
第二节 消渴病即为现代医学疾病 诊断中的糖尿病	2
第二章 从中医角度认识糖尿病	4
第一节 从中医角度认识糖尿病的病因	4
第二节 中医如何预防糖尿病	6
第三节 现代中医学对“血糖”的认识	7
第三章 西医中糖尿病的病因和发病机制	9
第一节 糖尿病的病因	9
第二节 胰腺是调节血糖的“总指挥”	12
第三节 糖尿病的十大预警信号	19
第四章 糖尿病诊断标准、临床分期、鉴别诊断及分型	24
第一节 糖尿病诊断标准	24

第二节 糖尿病临床分期	24
第三节 糖尿病鉴别诊断	25
第四节 糖尿病分型	26
第五章 糖尿病饮食治疗	30
第一节 饮食治疗的原则	30
第二节 每日总热量的制定	31
第三节 营养素的合理调配	33
第四节 常用的降糖食物	47
第五节 妊娠糖尿病的饮食	59
第六章 糖尿病运动治疗	61
第七章 治疗糖尿病常用药物	65
第一节 治疗糖尿病常用中药	65
第二节 糖尿病口服降糖西药	84
第八章 胰岛素应用	101
第九章 糖尿病的中医治疗	111
第一节 糖尿病中医诊断和治疗	111
第二节 糖尿病的针灸治疗	116
第十章 糖尿病的分型诊断和治疗	118
第一节 1型糖尿病的诊断和治疗	118
第二节 2型糖尿病的诊断和治疗	123

第三节	妊娠糖尿病的诊断和治疗	149
第四节	其他特殊类型糖尿病的治疗	158
第十一章	糖尿病自我管理	160
第一节	糖尿病自我管理	160
第二节	糖尿病控制标准	162
第十二章	糖尿病急性并发症的治疗	164
第一节	糖尿病酮症酸中毒昏迷	164
第二节	糖尿病非酮症高渗性昏迷	172
第三节	糖尿病乳酸酸中毒	176
第四节	急性低血糖症和急性低血糖昏迷	182
第十三章	糖尿病慢性并发症的治疗	187
第一节	糖尿病性心脏病	187
第二节	糖尿病高血压	193
第三节	糖尿病高脂血症	203
第四节	糖尿病性脑血管病	210
第五节	糖尿病性肾病	217
第六节	糖尿病视网膜病变	229
第七节	糖尿病神经病变	234
第八节	糖尿病足的治疗	241
第九节	糖尿病性功能减退	250
第十节	糖尿病与脂肪肝	255

第十四章 循经取穴、针灸、推拿、按摩、理疗预防和

治疗糖尿病及糖尿病并发症 260

第一节 经络与针灸的起源与发展 260

第二节 循经取穴预防和治疗糖尿病
及糖尿病并发症 262

附录 271

附录一 十四经循经取穴及经外奇穴 271

附录二 古今医家论六味地黄汤 280

参考文献 284

第一章 总论

糖尿病(DM)是一种多病因的以持续高血糖为其基本生化特征的内分泌代谢疾病。它是一种由遗传和环境因素共同作用,引起胰岛素绝对或相对分泌不足,以及靶组织细胞对胰岛素敏感性降低,引起糖、蛋白质、脂肪、水和电解质等一系列代谢紊乱的临床综合征。主要症状为多食、多饮、多尿、消瘦、疲乏等。随着糖尿病病程的延长,可导致眼、肾、神经、血管、心脏和脑等组织、器官的慢性并发症,以致最终发生失明、下肢坏疽、尿毒症、脑中风或心肌梗死,甚至危及生命。

第一节 中医学对消渴病(糖尿病)的认识

早在春秋战国时期成书的《黄帝内经》对消渴病(脾病:脾脏——胰的旧称)就有所论述。《难经》第四十二难中提到“脾重二斤三两,扁广三寸,长五寸,有散膏半斤,主裹血,温五藏,主藏意”。所谓散膏者,相当于现代医学的胰脏。散膏、脾胃共居中焦,为后天之本,可以散发阳气,温煦五脏六腑,为人体气化升降之轴。消渴的病机,是以散膏(脾脏)为核心,波及肝、心、脾、肺、胃、肾、三焦等。

唐代对消渴病的认识和治疗等有较大的发展。孙思邈继承了《黄帝内经》对消渴的认识,还在此基础上撰《千金消渴方》做进一步的阐述。甄立言首先指出,消渴病患者的小便是甜

的,在夏秋两季,糖尿病患者的尿有时招苍蝇。

世界上最早确认和治疗糖尿病的医生是中国唐代名医王焘。王焘观其父患口渴难忍、饮量大增、身上多疔疮、小便水果味,根据甄立言《古今录验》一书中指出的“渴而饮水多,小便数,无脂,似麸片甜者,皆是消渴病也”,于是他亲口尝其父小便,果然是甜的,而言“每发即小便至甜,医者多不知其疾”。王焘针对消渴病制定了治疗方案,辅以调整饮食,使其父病情得到控制。他把这些经验写进了《外台秘要》一书。《外台秘要》比 10 世纪阿拉伯医生阿维森纳的《医典》中关于糖尿病的诊断和治疗早 200 多年。公元 600 年以后英国医生托马斯·威廉(Thomas William)才提到病人的尿“其味如糖似蜜”。

中医学是我们祖国的瑰宝,早在 2000 多年前就有关于糖尿病(消渴病)的记载,在防治糖尿病中积累了丰富的临床经验。与现代西医相比,中医学防治糖尿病着眼于提高病人的生存质量,而非单纯地控制血糖;降糖作用温和,发挥其多成分、多靶点、多环节作用优势,达到预防和治疗糖尿病及并发症的目的。中医学作为我国特有的传统医学,运用天然药物通过调节人体功能防治疾病,符合现代社会生活中人们崇尚“回归自然”的身心需求。中医学使用中药内服外用、推拿、按摩、针灸、拔罐、膏药、药浴、药膳食疗等丰富多彩的特色治疗方法进行综合干预,容易受到广大糖尿病患者的接受和欢迎。

第二节 消渴病即为现代医学 疾病诊断中的糖尿病

糖尿病属于现代医学疾病的诊断名称,目前国内许多著名

中医专家已达成共识,提出糖尿病(即无“三消”症状)统称为“消渴病”,并将“消渴病”与“消渴”区分。“消渴”是指以三消症状为主的一组症状群,可发生于多种疾病中。在此,“消渴病”单指糖尿病。在1990年全国首届中医糖尿病学术会议上,专家建议:现代医学的糖尿病与中医的消渴病在学术交流中可作为同义词使用,其他名称不主张再沿用。消渴病的诊断采用WHO统一的糖尿病诊断标准,以利国际交流。在1997年由国家技术监督局发布的《中医临床诊疗术语·疾病部分》(国标)中就明确规定了消渴病专指糖尿病,而将尿崩症称为尿崩,避免了病症的混淆。

糖尿病是一种多病因的、以持续高血糖为其基本生化特征的内分泌代谢疾病。伴随因胰岛素分泌不足或作用缺陷引起的糖、蛋白质及脂肪代谢发生紊乱。随着糖尿病病程的延长,可导致肝、心、脾、肺、肾、胆、胃、大肠、小肠、膀胱、血管、肢体、皮肤、神经等组织、器官的急慢性并发症,另外糖尿病并发感染。糖尿病最终还会导致失明、下肢坏疽、尿毒症、脑中风或心肌梗死,甚至危及生命。糖尿病是一个可防、可治的疾病,特别是在糖尿病的早期预防意义重大。

第二章 从中医角度认识糖尿病

第一节 从中医角度认识糖尿病的病因

根据历代医书的记载,消渴病(糖尿病)的发生、发展及复发与许多因素有关。主要因素为:① 情志失畅;② 生活环境与肥胖;③ 饮食酒色;④ 久服燥药;⑤ 体质与年龄;⑥ 外感六邪;⑦ 脏脆等。前6种因素为标,脏脆(五脏亏虚)为其本,有时是数种因素的综合。现将有关因素分述如下:

一、情志失畅

我国最早的古典医书《灵枢·五变篇》记载:“长冲直物……心刚……多怒”的人易于发生消渴病。唐代王焘的《外台秘要》中记载消渴病患者“悲哀憔悴,伤也”。后世的医书,也反复强调:“消渴病人……不节喜怒,病虽愈而可以发作。”我国历代医书与此类似的记载,屡见不鲜。

二、生活环境与肥胖

远在中国最早之古典医书《黄帝内经·奇病论》就阐述过:消渴病“何以得之?”“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。”

三、饮食酒色

《景岳全书》指出:消渴病,其为病之肇端,皆膏粱肥甘之

变,酒色劳伤之过。《千金方》认为:凡积久饮酒,未有不成消渴者,然则大寒凝海而酒不冻,明其酒性酷热,物无以加,脯炙盐咸,此味酒客多嗜不离其口,三殇之后,制不由己,饮噉无度,咀嚼鲈酱,不择酸咸,积年长夜,酣兴不解,遂使三焦猛炙,五脏干燥,木石犹且焦枯,在人何能不渴?

四、久服燥药

自隋唐以后,常有人为了养生和延寿,经常服用矿石药或植物药制成的丸散,久之中毒而发为消渴病。

五、体质与年龄

随着年龄的增加,体力活动逐渐减少时,肥胖者增多,体质虚弱者亦见多,诱发糖尿病的机会亦就增多。明代孙东宿曾描述:“年过五十酒色无惮,忽患下消症,日夜小便二十余次,味且甜。”

六、外感六邪

《灵枢·五变篇》说:“百病之始期也,必生于风雨寒,外循毫毛而入腠理……或为消瘴。”指出外感六淫可使体内阴阳失去平衡,导致燥伤阴而生消渴。

七、脏脆

《灵枢·五变篇》又说:“五脏皆柔弱者,善病消瘴。”论述了先天不足,五脏亏虚而易生消渴病,尤其肺、胃、肾之阴损伤,是消渴病的病变基础。