

中原农民出版社

# 糖尿病的中医论治与自我疗法

主编 王天德 李淑婷

■ 患者如何自我防治  
■ 患糖尿病会长寿吗  
■ 为什么会患糖尿病



# 糖尿病的中医论治与自我疗法

主 编 王天德 李淑婷

中原农民出版社

(豫)新登字 07 号

## 糖尿病的中医论治与自我疗法

主编 王天德 李淑婷

---

责任编辑 孟兰琳

中原农民出版社出版 (郑州农业路 73 号)

河南省新华书店发行 共青团河南省委印刷厂印刷

787×1092 毫米 32 开本 9 印张 198.8 千字

1994 年 5 月第 1 版 1994 年 5 月第 1 次印刷

印数 1 4000 册

---

ISBN 7-80538-661-7/R·58 定价 6.60 元

主 编 王天德 李淑婷  
副主编 李红明 冯福海 白献荣 张淑君  
编 委 (以姓氏笔划为序)  
王天德 王信昌 冯福海 田开宇  
白献荣 李淑婷 李红明 李美满  
张淑君 周运峰 姚纪元 葛广璋

## 前 言

糖尿病为现代医学病名,属祖国医学“消渴”的范畴。是当今威胁世界人类健康的常见病之一,在西方国家的发病率为3%—5%;我国城市成年人中发病率约为6%,如此类推,仅河南省城市的成年人中就有病人70多万。由于病程长,并发症多,其致死率和致残率较高,已成为世界医学界棘手的问题。因此,我国卫生部已将此病列为重点防治病之一。

本书以中医理论为导向,并结合现代医学的诊断、治疗及新进展、个人的经验体会等,阐明该病的病因、证候、并发症及治疗。自我疗法是本书的一大特色,我国著名医学家孙思邈曾言:“夫为医者,当先洞晓病原,知其所犯,以食治之,食疗不愈,然后命药”。孙氏把饮食合理作为治病并放在药物治疗之前的理论,说明该病之初,若能注意饮食合理等方法,便能有效地控制或基本控制糖尿病,这一理论也是完全符合现代医学的基本原理的,本书中自我疗法就充分显现了这一点。

限于编者水平和时间仓促,书中谬误之处,敬请医学界同仁斧正。

作者

1994年5月

## 内 容 提 要

本书以中医理论为导向,以阴消、阳消分型论治,并结合现代医学的诊断、治疗及新进展,详细地阐明了糖尿病的病因、证候、并发症、治疗方法及临床经验等。应该特别指出的是,糖尿病的自我疗法是本书的一大特色,书中介绍了许多行之有效的秘单验方,施行起来简单、方便,实为广大患者的良师益友。

# 目 录

## 前言

## 总 论

- 一、概述 ..... (1)
  - (一)含义 ..... (1)
  - (二)发病情况 ..... (2)
  - (三)危害性 ..... (5)
- 二、历史沿革 ..... (6)

## 糖尿病的中医论治

- 一、病因病机 ..... (11)
  - (一)禀赋 ..... (12)
  - (二)四时 ..... (12)
  - (三)饮食 ..... (14)
  - (四)情志 ..... (16)
  - (五)劳欲 ..... (18)
  - (六)心理 ..... (22)
  - (七)脏腑 ..... (22)
- 二、证候及其并发症 ..... (25)
  - (一)证候 ..... (25)

(二)主要并发症及兼症 .....	(27)
1. 肺癆 .....	(27)
2. 痈疽疮疖 .....	(27)
3. 皮肤搔痒 .....	(27)
4. 目疾 .....	(28)
5. 淋症 .....	(28)
6. 水肿 .....	(28)
7. 卒中 .....	(28)
8. 真心痛 .....	(29)
9. 足部病变 .....	(29)
10. 胆胀 .....	(30)
11. 性功能障碍 .....	(30)
12. 齿疾 .....	(31)
<b>三、诊断与鉴别诊断</b> .....	(31)
(一)诊断 .....	(31)
(二)中医诊断标准 .....	(33)
(三)鉴别诊断 .....	(33)
<b>四、辨证论治</b> .....	(33)
(一)上消 .....	(34)
(二)中消 .....	(34)
(三)下消 .....	(34)
(四)并发症的中医治疗 .....	(36)
1. 糖尿病酮症及酮症酸中毒 .....	(36)
2. 糖尿病高渗性昏迷 .....	(39)
3. 糖尿病乳酸性酸中毒 .....	(41)
4. 糖尿病并发高血压 .....	(42)



5. 糖尿病性脑血管病 .....	(44)
6. 糖尿病性冠心病(胸痹) .....	(51)
7. 糖尿病合并下肢血管病变 .....	(57)
8. 糖尿病性肾病 .....	(60)
9. 糖尿病并发周围神经病变 .....	(63)
10. 糖尿病并发肺炎 .....	(66)
11. 糖尿病并发肺结核 .....	(68)
12. 糖尿病合并水肿 .....	(72)
13. 糖尿病合并淋证 .....	(75)
14. 糖尿病并发齿疾 .....	(79)
15. 糖尿病并发胆胀 .....	(81)
16. 糖尿病并发目疾 .....	(83)
17. 糖尿病并发皮肤搔痒 .....	(85)
18. 糖尿病并发痈疽疮疖 .....	(87)
19. 糖尿病并发阳痿 .....	(89)
20. 低血糖的中医辨证论治 .....	(90)
<b>五、经验介绍</b> .....	(91)
(一) 辨证原则 .....	(91)
(二) 治疗原则 .....	(92)
(三) 饮食原则 .....	(92)
(四) 证治分型 .....	(93)
(五) 千金消渴乐胶囊治疗 I 型糖尿病临床与实验 研究 .....	(97)
<b>六、针灸治疗</b> .....	(103)
<b>七、预防与预后</b> .....	(106)
(一) 预防 .....	(106)

(二)预后.....	(111)
<b>八、中医治疗糖尿病的现代研究</b> .....	(112)
(一)病因病机研究.....	(112)
(二)辨证分型研究.....	(116)
(三)辨证施治研究.....	(119)
(四)专方专药研究.....	(122)
(五)外治法研究.....	(127)
(六)并发症的研究.....	(128)
(七)中药治疗糖尿病的实验研究.....	(133)
<b>九、现代名医治疗糖尿病精华</b> .....	(134)

### 糖尿病的现代医学诊治

<b>一、病因及发病机理</b> .....	(146)
(一)非胰岛素依赖型糖尿病的病因及发病机理.....	(146)
(二)胰岛素依赖型糖尿病的病因及发病机理.....	(147)
<b>二、诊断与鉴别诊断</b> .....	(148)
(一)诊断.....	(148)
(二)鉴别诊断.....	(149)
<b>三、诊断标准与治愈、好转标准</b> .....	(150)
(一)诊断标准.....	(150)
(二)治愈标准.....	(150)
(三)好转标准.....	(151)
<b>四、治疗</b> .....	(152)
(一)一般治疗.....	(152)
(二)药物治疗.....	(153)
(三)并发症的治疗.....	(156)

(四)危重症的抢救·····	(158)
<b>五、现代医学对糖尿病的临床研究进展</b> ·····	(172)
(一)糖尿病的分类和分型·····	(172)
(二)某些新实验技术和指标应用·····	(176)
(三)对糖尿病病因与发病机制的研究·····	(177)
(四)糖尿病治疗方面的某些进展·····	(182)

### 糖尿病的自我疗法

<b>一、自我测试</b> ·····	(188)
(一)班氏试剂法·····	(188)
(二)尿糖试纸和酮体试纸法·····	(189)
<b>二、饮食疗法</b> ·····	(191)
(一)低热量菜谱·····	(193)
(二)中等热量菜谱·····	(202)
<b>三、药膳疗法</b> ·····	(211)
<b>四、运动疗法</b> ·····	(225)
(一)导引·····	(226)
(二)散步·····	(227)
(三)按摩·····	(227)
(四)足部反射区按摩疗法·····	(228)
(五)站桩功·····	(232)
<b>五、物理疗法</b> ·····	(232)
(一)矿泉疗法·····	(232)
(二)水疗法·····	(233)
<b>六、其它疗法</b> ·····	(233)
(一)高山、森林疗法·····	(233)
(二)香花疗法·····	(233)

(三) 药物疗法.....	(233)
(四) 佩带香囊法.....	(233)
(五) 药物熏烟法.....	(233)
(六) 精神疗法.....	(233)
(七) 生物反馈疗法.....	(234)
(八) 音乐疗法.....	(234)
(九) 色彩疗法.....	(234)
(十) 冷疗法.....	(235)
<b>七、古今名方和单验方.....</b>	<b>(235)</b>
<b>八、治疗糖尿病常用中草药.....</b>	<b>(246)</b>
(一) 人 参.....	(246)
(二) 麦 冬.....	(247)
(三) 当 归.....	(247)
(四) 白 术.....	(248)
(五) 玉 竹.....	(248)
(六) 丹 参.....	(249)
(七) 仙鹤草.....	(249)
(八) 玄 参.....	(250)
(九) 苍 术.....	(250)
(十) 芍 药.....	(251)
(十一) 知 母.....	(251)
(十二) 泽 泻.....	(252)
(十三) 茯 苓.....	(253)
(十四) 黄 芪.....	(253)
(十五) 葛 根.....	(253)
(十六) 何首乌.....	(254)

(十七)地骨皮.....	(254)
(十八)五加皮.....	(255)
(十九)苦 瓜.....	(256)
(二十)玉米须.....	(256)
(二十一)桑 叶.....	(257)
(二十二)黄 柏.....	(257)
(二十三)桔 梗.....	(258)
(二十四)紫 草.....	(258)
(二十五)秦 艽.....	(258)
(二十六)扁 豆.....	(259)
(二十七)胡萝卜.....	(259)
(二十八)淫羊藿.....	(260)
(二十九)威灵仙.....	(260)

### 附:糖尿病部分问题解答

1. 何谓糖尿病?.....	(261)
2. 糖尿病病人出现血糖、尿糖增高是怎么回事? .....	(261)
3. 人为什么会患糖尿病? .....	(262)
4. 患了糖尿病后怎么办? .....	(262)
5. 查尿糖阳性时,应如何进一步检查? .....	(263)
6. 成年人的标准体重是多少? .....	(263)
7. 糖尿病病人应禁食或少食哪些食物? .....	(263)
8. 控制糖尿病病人饥饿的方法是什么? .....	(263)
9. 糖尿病病人适应哪些甜味剂? .....	(264)
10. 糖尿病病人如何选食水果? .....	(265)
11. 胰岛素的适应症是什么? .....	(265)

12. 打胰岛素会成瘾吗? ..... (265)
13. 如何注射胰岛素? ..... (266)
14. 糖尿病病人经常进行血糖、尿糖检查有何意义?  
..... (266)
15. 怎样留取 24 小时尿及如何分析 24 小时尿糖  
、 定量的化验结果? ..... (266)
16. 怎样留四段尿及做四段尿糖监测? ..... (267)
17. 怎样做三次尿糖的测定? ..... (267)
18. 为什么提倡糖尿病病人进行运动疗法? ..... (268)
19. 如何保存胰岛素? ..... (268)
20. 患了糖尿病能否长寿? ..... (268)
21. 糖尿病病人家属应做好那些工作? ..... (269)
22. 糖尿病病人运动锻炼的禁忌症是什么? ..... (270)
23. 糖尿病病人的疾病卡应如何填写? ..... (270)
24. 运动锻炼时应注意那些问题? ..... (270)
25. 患糖尿病会影响生育吗? ..... (271)

# 总 论

## 一、概述

### (一)含义

糖尿病为西医病名,属中医学“消渴病”的范畴,因其口渴、易饥、尿多、消瘦,故称消渴。按其症状不同,分为上、中、下三消:上消,随饮随渴,小便清利,大便如常;中消,随食随饥,口渴多饮,大便秘结;下消,饮多溲多,或饮少溲多,小便黄浊,犹如膏状。本病由于心火偏盛,肺热化燥,胃热液涸,肾阴受灼等原因所致。治宜根据不同病情,分别采用泻心火,清肺燥,降胃热,补肾阴等法。如由于肾阴肾阳俱虚者,则用益阳补阴法。

现代医学所谓的糖尿病,主要因胰岛素相对或绝对不足而引起的以糖代谢紊乱,血糖增高为主的慢性疾病。早期无症状,晚期典型病例有多尿、多饮、多食、消瘦、疲乏等临床表现。早期诊断依靠化验尿糖和空腹血糖及葡萄糖耐量试验等。易并发感染如肺结核、疖痈等,以及发生动脉硬化、白内障等疾病。重者可发生酮症酸中毒以致昏迷。按病情可采用饮食控制,降血糖药如磺脲类中甲磺丁脲、氯磺丙脲,优降糖及双胍类中苯乙双胍(降糖灵)等治疗。幼年型或脆性型病人,或饮食

及口服药不能控制者,以及并发酮症酸中毒时应当用胰岛素治疗。平时加强体力锻炼等,有利于预防本病的发生和发展。

消渴病早在 2 千多年前的我国古代就有明确的论述,因此曾经有人提出,将糖尿病的名称改为消渴病,这种主张是正确的,应建议世界卫生组织给以考虑。

## (二)发病情况

糖尿病是世界范围的常见病和多发病。从国内外文献及我国近年来的普查资料发现,糖尿病的发病率在世界范围内呈逐渐增高的趋势,已成为西方国家中继心血管疾病及肿瘤之后的第三大疾病,其发病率高达 2%~5%<sup>[1]</sup>,在欧洲,其发病率为 2%,美国为 5%,澳大利亚为 2.9%,菲律宾 9.7%<sup>[2]</sup>。并呈上升趋势。

目前资料表明,我国糖尿病的患病率已达到 1%~2%,而且还以 1% 的速度逐年增加<sup>[3]</sup>。我国在 1977 年以前尚无对糖尿病患病率的科学调查,因此没有可靠资料可以查询,直到 1978 年,上海 10 家医院联合组成上海市糖尿病协作组,1979 年 10 月在兰州召开我国历史上第一次糖尿病研究专题会议,决定在我国 14 个省市调查 30 万人口中糖尿病的患病率,至 1980 年付之实施。两次合并共有 40 万之多。相当于 13 省及北京市、上海市人口抽样调查,可代表我国 70 年代末,80 年代初的糖尿病患病情况。此后昆明地区和本溪钢铁公司、大庆市作过一些区域性及行业性的糖尿病调查。综合以上几次较大规模糖尿病普查的情况,列表如下:



表 1 我国几次糖患病普查

调查地区或单位	年份	调查总人数	初筛方法	诊断标准	患病率%
上海地区	1978	101624, 按人口组成抽样	<40岁尿糖 >40岁尿糖 加餐后血糖 >7.78mmol/L	基本同兰州标准	10.12
13省、北京市	1980	304537 按人口组成抽样	<40岁尿糖 >40岁尿糖 加餐后2h血糖 >7.78mmol/L	兰州标准	6.09
昆明地区	1987	15000	空腹血糖 >5.6mmol/L 餐后2h血糖 >7.78mmol/L	WHO	13.57
本溪钢铁公司	1986 5—12月	14308 职工人群抽样	不筛	WHO	26.83
大庆市	1986 7—12月	95,210 25—74岁	餐后血糖 1h $\geq$ 7.78mmol/L 2h $\geq$ 7.22mmol/L 3h $\geq$ 6.67mmol/L 5h $\geq$ 6.11mmol/L	WHO	7.77 $\Delta$

注:  $\Delta$ 为检出率

根据我国北京、上海 2 市及黑龙江省、内蒙、宁夏、青海、