

糖尿病治疗与康复指南

韩明 主编



中国中医药

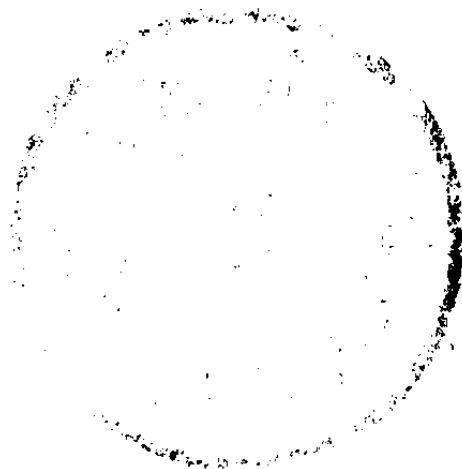
87.1

R587.1
H M

糖尿病治疗与康复指南

韩 明 主 编

Y86/07



A0283939

中国中医药出版社

(京)新登字025号

糖尿病治疗与康复指南

韩 明 主编

中国中医药出版社出版

(北京市朝阳区东兴路七号)

邮编100027 电话64151553

新华书店总店北京发行所发行 迁安印刷厂印刷

787×1092 32开本 8印张 170千字

1993年11月第1版 1996年4月第3次印刷

印数12001—17,000

ISBN7-80089-244-1/R·245 定价: 9.60元

内 容 提 要

糖尿病为一种常见病，发病率有逐年上升的趋势，成为威胁世界各国人民健康的主要疾病之一。本书共分十二部分，分别从中医对糖尿病的认识、糖尿病临床治疗方法、名老中医验案、糖尿病并发症治疗、糖尿病针灸与按摩疗法、糖尿病体育气功疗法、糖尿病饮食疗法等方面进行了全面的介绍，适合于基层医师及患者阅读。

《糖尿病治疗与康复指南》

编委名单

主 编 韩明

副主编 (按姓氏笔划)

王辉 王怡翔 齐玉英 刘健运 陈宇政 李桂荣
李桂欣 苗明三 张萍 张喜林 郑华启 赵国明
赵一 赵玉田 徐然 高尚社

编 委 (按姓氏笔划)

于媛莉 于万贵 王景章 王雪 马军营 邓新杰
王蜜娥 牛书松 刘汉启 孙海云 孙镜英 吕圣艾
刘天基 刘丰敏 刘继明 何英杰 何秀英 吴秀良
李淑贞 李桂才 李素文 李丙贵 宋予中 张宏明
张增科 张思静 张维娜 张英才 郑桂梅 项彦歧
郝义 荆永强 赵登科 高光辉 贾庆山 黄建社
黄宗学 黄文英 曹广成 曹利民 崔银章 韩金声
董汉青 董彦臣 董修传 董保平 游开生

前 言

糖尿病中医称之为消渴。它是一种常见病，发病率有逐年上升的趋势，尤其是老年人发病率就更高，成为威胁世界各国人民健康的主要疾病之一，已引起国内外的密切注意。

中医在防治糖尿病方面已有两千多年的历史，从古到今积累了不少经验，这些宝贵经验至今还有效地指导着临床。近年来通过广大专家学者的共同努力，中医药在防治糖尿病方面取得不少进展，认识也不断深化，在防治疑难病的研究当中，位居前列。

中医通过整体观的观察方法和辨证论治的治疗原则，认为糖尿病虽然属于一个独立的内科疾病，但同时又是涉及多系统多脏腑功能损伤的综合征，由于发病原因不同，患者体质有强弱之分，病程有长短之别，环境影响各不相同，受损脏腑有所偏重，因而虽病症相同，而临床表现则各有差异，只有通过详细的观察和灵活多变的治疗措施，才能取得良好的效果。

在饮食方面，我国传统的以粮食和蔬菜为主的植物性食物的摄入将随着生活水平的提高而减少，代之以肉、蛋、乳为主的动物性食物的消费则随之增加，由于这种膳食结构的改变，城市居民每天摄入胆固醇量已达400毫克，已超过世界卫生组织建议的高限，这说明我国一些大城市居民的膳食结构西方化的趋势已十分明显，而心脑血管病，糖尿病等所谓富裕国家型的疾病也已明显增多。特别是标志着现代社会

生活方式的“三高”膳食、精神紧张以及缺乏体力活动，也正是我国大城市糖尿病呈上升趋势的原因所在。

积多年之经验，发现糖尿病及时合理的治疗，是防治糖尿病的关键所在，饮食疗法、体育锻炼更是促进糖尿病患者康复的基本措施。因为社会环境和精神情志的变化对人体有着极大的影响，重视精神方面的调养，对糖尿病来说也是至关重要的一环，决不可忽视。各种疗法之间有着不可分割的联系，起着相辅相成的作用，只有综合治疗，才能使病情趋于稳定，使健康水平不断提高，最终达到康复的目的。

不少糖尿病患者，病情久久难以控制，并发症不断发生，究其原因，固然与治疗不当有关，然而由于缺乏糖尿病自我疗养知识，不能有效地发挥患者的主观能动性，加强自我保健和护理，这是问题发生的症结所在。

为此，编者结合自己多年治疗糖尿病的临床经验，并收集整理中医刊物上发表过的专家、学者的有关文章，集各家之经验汇集成册，供医者参考，也使患者及其家属从中获得自我疗养知识，更加有效地进行自我保健，使糖尿病能尽早得到控制和治愈。“将升岱岳非径奚为？欲诣扶桑无舟莫适。”我希望这本书能起到此作用。由于时间仓促，本人水平有限，错误难免，恳请专家及读者指正。

目 录

一、祖国医学对糖尿病的认识·····	(1)
(一)病因·····	(3)
(二)糖尿病的辨证治疗·····	(6)
二、糖尿病治疗经验·····	(21)
(一)辨证分型治疗经验·····	(21)
(二)消渴病治当理脾·····	(23)
(三)消渴病与脾湿的关系·····	(26)
(四)辛润法在糖尿病治疗中的运用·····	(28)
(五)辛温助阳药物在糖尿病治疗中的运用·····	(30)
(六)糖尿病与心肝两脏的关系·····	(32)
(七)糖尿病的实质是本虚标实·····	(35)
(八)糖尿病与血瘀的关系·····	(37)
三、名老中医治疗糖尿病经验荟萃·····	(40)
(一)吕仁和教授临床分期防治糖尿病经验·····	(40)
(二)施今墨治疗糖尿病经验·····	(46)
(三)祝谌予治疗糖尿病经验·····	(49)
(四)徐景藩教授治疗糖尿病经验·····	(51)
(五)徐景藩教授治疗老年性糖尿病经验·····	(52)
(六)程益春副教授治疗糖尿病经验·····	(53)
(七)赵锡武诊治消渴病的经验·····	(54)
(八)岳美中治疗糖尿病经验·····	(56)
(九)章真如治疗糖尿病经验·····	(57)

(十)其他诸家治疗糖尿病经验·····	(58)
四、古今验方选 ·····	(60)
五、糖尿病中药治疗的临床与实验研究 ·····	(75)
(一)常用方剂的应用与研究·····	(75)
(二)降血糖的中药与对药·····	(78)
(三)单验方的应用与研究·····	(79)
六、治疗糖尿病常用中药 ·····	(91)
七、糖尿病常见并发症 ·····	(113)
(一)糖尿病性血管病·····	(114)
(二)糖尿病合并感染·····	(127)
(三)糖尿病并发神经病变·····	(132)
八、糖尿病针灸与按摩疗法 ·····	(136)
(一)糖尿病针灸疗法·····	(136)
(二)糖尿病耳针疗法·····	(152)
(三)糖尿病按摩疗法·····	(153)
九、糖尿病验案选 ·····	(157)
(一)糖尿病并发血栓闭塞性脉管炎(下肢坏疽)·····	(157)
(二)糖尿病并发末梢神经炎·····	(158)
(三)糖尿病顽固性腹泻·····	(160)
(四)糖尿病并发泌尿系感染·····	(161)
(五)寒湿滞脾型糖尿病·····	(163)
(六)糖尿病脾虚泄泻·····	(164)
(七)糖尿病性肾病·····	(165)
(八)肝郁气滞肾阴不足型糖尿病·····	(166)
(九)糖尿病并发疖肿·····	(167)
(十)气阴两虚型糖尿病·····	(168)
(十一)阴阳俱虚型糖尿病·····	(169)

(十二)肾虚、肝郁、气血瘀滞型糖尿病·····	(170)
(十三)气阴两虚兼肝气抑郁、气血瘀滞 型糖尿病·····	(171)
(十四)肺胃津伤、脾肾两虚型糖尿病·····	(172)
(十五)糖尿病并发阳萎·····	(174)
十、糖尿病人的体育疗法·····	(176)
(一)体育锻炼为什么能治疗糖尿病·····	(176)
(二)糖尿病人体育锻炼注意事项·····	(178)
(三)糖尿病人宜练气功·····	(179)
(四)十二段锦练功法·····	(182)
(五)调心在糖尿病治疗中的作用·····	(186)
十一、糖尿病的饮食疗法与饮食控制·····	(188)
(一)中医对饮食疗法的认识·····	(189)
(二)饮食控制要适当·····	(191)
(三)糖尿病饮食疗法·····	(196)
(四)糖尿病人饮食及养生歌·····	(201)
(五)对糖尿病有助益的食品·····	(202)
十二、糖尿病一般科普知识·····	(226)
(一)世界各国糖尿病的发病情况·····	(226)
(二)糖尿病的临床表现及检查诊断·····	(227)
(三)糖尿病分期·····	(232)
(四)糖尿病临床分型·····	(233)
(五)引起糖尿病病情恶化的诸多因素·····	(235)
(六)影响疗效的诸因素·····	(236)
(七)治疗糖尿病疗效的判断标准·····	(238)
(八)各种口服降糖药物简介·····	(239)
(九)正确认识糖尿病,树立战胜疾病的信心·····	(243)

一、祖国医学对糖尿病的认识

我国历代医书汗牛充栋，卷帙浩繁，有关糖尿病的记录是极其丰富的。中医将糖尿病称之为“消渴病”，对糖尿病的认识也是世界上最早的。远在公元前400多年的医学巨作《黄帝内经素问》一书称之为消瘴。如《素问·阴阳别论篇》记有“二阳结谓之消”。《素问·脉要精微论篇》有“瘴成消中”；《素问·气厥论篇》有“心移寒于肠，肺消”；《灵枢·五变》有“五脏皆柔弱，善病消瘴”。以及“胃热则消谷，谷消故善饥”等。不但说明了消渴病，同时也指出，消渴病与高热量饮食及肥胖的关系。

汉·张仲景在《金匱要略·消渴小便不利淋病脉证并治》说：“男子消渴小便反多，以饮一斗，小便亦一斗。”又说：“趺阳脉数，胃中有热，即消谷引食，大便必坚，小便即数。”他指出消渴病的脉证，其次还提到白虎加人参汤和肾气丸对消渴病的不同治疗方法。

隋·巢元方著之《诸病源候论·消渴候》中记载：“夫渴数饮……其久病变成痈疽或成水疾”，他指出了消渴病后期并发症的情况。并用导引治疗消渴和“先行一百二十步，多者千步，然后食之”。强调了消渴病与体育锻炼的关系。

唐·孙思邈著的《千金方》有“治之愈否，属在病者，若能如方节慎，旬日而瘳，不自爱惜，死不旋踵，……其所慎者有三，一饮酒，二房室，三咸食及面，能慎此者，虽不服药而自可无他，不知此者，纵有金丹亦不可救。”他指出治疗

本病期间，必须控制饮食，以及戒酒和节制房室，都是具有临床实际意义的。

《外台秘要》中记载：“肾气不足，虚损消渴，小便数，腰痛。”并指出“消渴病小便不咸而甜”为本病特征。又《古今录验》：“渴而饮水多，小便数，无(有)脂似麸片而甜者，是消渴也”；“食多，不甚渴，小便少，似有油而数者，此是消中病也”；“虽渴饮水不能多，但腿肿脚先瘦小，阳痿弱，数小便者，此是肾渴病也”。

宋·赵佶《圣济总录》中记载：“消渴饮水不辍，多至数斗，饮食过人而不觉饱。”

金·刘完素《三消论》“饮水百杯，尚犹未足”；“夫消渴者，或因饮食服饵失宜……或因耗乱精神，过违其度。”

危亦林《世医得效方》(卷七)记载消渴病人甚至“小便昼夜百十行”。

《卫生宝鉴》对消渴病症状的记载也指出：“夫消渴者……小便数，其色如浓油，上有浮膜，味甘甜如蜜。”

《丹溪心法》也载有：“酒面无节，酷嗜炙煇……脏腑生热，燥热炽盛，津液干涸，渴引水浆而不能自禁。”

《医门法律》又说：“肥而多嗜酒厚味，孰为限量哉！久之食饮酿成内热，津液干涸……愈消愈渴，其膏粱愈无已，而中消之病遂成矣。”

明·徐春甫著《古今医统》(卷五十二)载思恭著的《秘传证治要秘》(卷八)说：“三消，小便既多，大便必秘”：“三消，小便不臭反作甜气。”

《景岳全书》说：“上消者，渴症证也，大渴引饮，随饮随渴，乃上焦之津液枯涸，古云其病在肺……中消者，中焦病也，多食善饥，不为肌肉，而日加消瘦，其病在脾胃，又

谓之中消也。下消者，下焦病也，小便黄赤，如淋如浊，如膏如脂，面黑而焦，日渐消瘦，其病在肾，故又名肾消也。

宋元以后医家根据消渴病的多饮、多食、多尿三个主症，划分为上、中、下三消，如上消属肺，偏重多饮，中消属胃，偏重多食，下消属肾，偏重多尿，这有助于临床的辨证施治。

《圣济总录》又说：“原其本则一，推其标有三。”指出消渴病虽有上、中、下三消之区别，而病因则一，作出了纲领性的归纳。

清·程国彭《医学心悟》说：“治上消者宜润其肺兼清其胃；治中消者宜清其胃兼滋其肾；治下消者宜滋其肾兼补其肺。”上消清胃使胃火不得上炎于肺，中消滋肾者使相火不能灼胃，下消清肺者滋上源以生水的道理。

从上述各家学说来看，对本病的认识是比较深刻的，指出消渴病的三多症状，特别提出小便不咸而甜。在发病机理上与肺、胃、肾三脏有关，具有其科学性，并提出消渴病某些并发症，为痈疽疮疡、水肿等，为我们研究糖尿病提供了宝贵的资料。

(一) 病 因

1. 饮食因素

肥甘醇酒，恣食无度，助热生火，津液耗伤，形成消渴。《素问·奇病论篇》谓：“此必数食甘美而多肥，肥者令人内热，甘者令人中满，故其气上溢，转为消渴。”因肥者味厚，助阳生热，甘者性缓，留而不散，热积于中，上烁津液，津伤则口干舌燥，而成消渴。”

又如喻嘉言所说：“肥贵之人，醇酒厚味，不知限量，日久酿成内热，损耗津液，由于津液干枯，所以求济于水，但水入尚不能止渴，致愈消愈渴……”《医门法律》又说：“肥而多嗜醇酒厚味，孰为限量哉！久之食饮酿成内热，津液干涸……愈消愈渴，其膏粱愈无已，而成中消之病遂成矣。”由此可知，饮食不节，过食膏粱厚味，是导致消渴病的重要原因之一。这与现代医学认为高能量饮食导致肥胖、体内代谢失调、内分泌紊乱、胰岛素分泌减少、靶细胞受体减少、胰岛素利用率降低，而发生糖尿病的观点是一致的。

2. 情志因素

悲哀、恼怒、五志过极化火，灼伤津液，形成本病。如《灵枢·五变》说：怒则气上逆，胸中蓄积，血气逆流，髓皮充肌，血脉不行，转而为热，热则消肌肤，故为消瘅。”刘河间《三消论》也说：“消渴者……耗乱精神，过违其度之所成也。”又如《儒门事亲》说：“消渴一症，如果不减嗜欲，或不节喜怒，病虽一时治愈，终必复作。”临床所遇不少糖尿病患者，询其发病原因，多与情志因素、精神过度刺激有关。

糖尿病依据脏腑辨证，历来认为与肺、脾、肾关系密切，然而临床观察，与肝脏的关系亦极为密切，临证时绝不可忽视。盖肝为刚脏，体阴而用阳，性喜条达而恶抑郁，与情志有直接的关系；又肝主疏泄，疏泄正常，则气机畅达，气血调和，经络通利，脏腑功能正常，糖尿病之病情亦可减轻。临床观察，凡情志抑郁，精神受到较大刺激的糖尿病患者，由于肝的疏泄功能失调而病情加剧，血糖亦随之升高。若情绪逐渐稳定，肝的疏泄功能逐渐复常，血糖也会随之趋于下降。由此可见，情绪稳定，保持肝的疏泄功能正常，是促使糖尿病病情稳定的重要因素，保持乐观稳定的情绪，对

糖尿病患者来说是十分必要的。

从另一方面来说，肝糖原的生成、分解、氧化转变以及糖质异生作用，都是在肝脏内进行的。肝脏具有双向调节作用，而使血糖保持在一定的范围内。不少糖尿病患者，因兼有慢性肝脏疾患，使肝的疏泄作用发生障碍，治疗中，血糖的下降就比较困难。经过较长一段中药治疗，肝脏功能逐渐恢复正常，再使用西药降糖药物，血糖也逐渐下降。如治一肝病患者，血糖长期未降，中医诊为肝郁脾虚，予以逍遥散合四君子汤加山药、苍术、鸡内金等，肝功能逐渐恢复正常，血糖也由原来269mg%下降到156mg%。说明血糖的高低，与肝脏功能的正常与否，是有一定关系的。

3. 房室过度

房室过度，导致肾精亏损，精伤津枯，又可引起阴虚阳亢，热盛则津液被灼而耗伤，因此阴虚燥热互为因果，形成恶性循环。由于肾气不足，固摄无权，小便频仍，津液大量下渗膀胱，而流失体外；肾阴亏损日久损及肾阳，肾阳亏虚，温煦无力，不能化气行水、蒸腾上布，故口干咽燥，发为消渴。正如《千金要方》云：“消之为病……盛壮之时，不自慎惜，快情纵欲……肾气虚竭……此皆由房室不节之所致也。”这说明房室过度，肾燥精虚，酿成内热，津液被灼而诱发消渴。

综上所述，饮食不节、情志失宜，以及房劳过度，是导致消渴病的重要因素。饮食不节而伤脾（胃），情志失宜而伤肝，房劳过度而伤肾，临床实践证明，要治愈消渴病，务必慎饮食，戒愤怒，远房帏。一定要做到饮食清淡，莫食膏粱厚味及辛烈刺激之物；情绪稳定，不为外界环境所干扰；清心寡欲，精神内守，惜气存精，虽病而无碍，自可无他。若

不减滋味，不戒嗜欲，不节喜怒，病已而复作(《儒门事亲》)，患者不可不慎。

4. 其他因素

通过临床观察，除上述三种因素外，尚有其他一些因素，亦可诱发消渴(糖尿病的发生，如孕妇生产巨大婴儿而耗伤大量津液气血，亦可诱发糖尿病的发生；又如感冒发烧或腹泻，均可耗伤体内津液，使阴津耗伤，气血受损而诱发糖尿病；或因创伤及手术而损伤气血，脏腑失养，功能失调，亦可发生糖尿病；或因操劳过度，思虑伤脾，耗伤心脾；或因突发事件，惊恐不能自持，精神过度紧张；或因父母患有糖尿病，而有遗传因素；或因长期服激素类药物，或过服辛温性燥药物，损伤津液，耗伤阴血者；等等原因不一而足。

(二) 糖尿病的辨证治疗

1. 糖尿病的中医辨证治疗特点

中医认为糖尿病是一种全身性疾病，而不是只属于胰脏本身的疾病，因此在治疗上采取辨证施治，从整体观念出发，根据不同类型，采用不同的治疗方法。而现代医学认为糖尿病是因胰腺本身分泌胰岛素绝对或相对不足而产生的内分泌疾病，所以研制药物，大都针对胰腺本身，促使其更多地分泌胰岛素而产生治疗作用的。倘若胰腺本身功能近于衰竭，即使再服过多的口服降糖药物，也是无济于事的。最后只好注射外源性胰岛素，来取代自身衰竭了的胰岛分泌功能了。临床观察，多数糖尿病患者，开始服用口服降糖药物，疗效甚为显著，但服用时间稍长，则疗效逐渐降低，这可能

是由于机体内产生了一定的抗药性所致，久之甚至无效。而中医治疗糖尿病是从整体出发，采取辨证论治，针对不同病情，采用不同的治疗方法，或滋阴补肾，或健脾益气，或清肺胃之热，或益气生津，或舒肝解郁，或活血化瘀等不同的治疗方法，而补其不足，抑其有余，使受损了的脏腑功能逐渐恢复正常，使偏颇了的阴阳保持相对平衡，从而达到阴平阳秘，精神乃治的目的。

在施治过程中，糖尿病初期以阴虚燥热为特点，而以阴虚为本，燥热为标，阴虚又主要责之于肾。《石室秘录》说：“消渴之证，虽有上、中、下之分，其实皆肾水不足也。”《临证指南医案》又云：“三消一证，虽有上、中、下之分，其实不越阴虚阳亢，津涸热淫而已。”可见阴虚阳亢，津涸热淫，大多与肾水不足有关。但是，临证也不能忽略肺胃燥热伤津的一面。气血是水谷精微所化生，由于水谷精微大量流失体外，不能化生气血为人体所用，可见气阴两虚；日久，阴损及阳，造成阴阳两虚，多表现为脾肾两衰。土虚则运化失司，生化无源，不能散精，肾虚则肾之统摄失司，水谷精微流失而不藏于肾。肾不藏精，无以养阳，则肾阳亦虚，肾阳虚衰又可导致脾阳虚衰，因此可以概括地说：阴虚是糖尿病发病的实质；气阴两虚是阴虚的进一步发展；而阴阳俱虚又是该病发展的必然结果。糖尿病阴虚燥热不但耗伤津液，而且能煎熬营血；津血不足，无以载气，气虚鼓动无力，亦可导致血失畅行，最终形成气血瘀滞，这是产生并发症的重要原因。

初期治疗，可根据不同病情，或滋阴补肾，或清肺胃燥热，同时要益气生津。气阴两虚，不但要滋阴补肾，而且要健脾益气。阴阳俱虚要脾肾双补，既补肾阴，又温补肾阳；