

# 中西医“降、调”治疗糖尿病

周娟

什邡市第四人民医院 四川德阳 618400

糖尿病是临幊上一类常见发生的慢性疾病。在中医学上，糖尿病也被称为“消渴症”。本病患者临幊上主要以多饮、多尿、多食、乏力、形体消瘦、尿伴有甜味等为主要表现。西医临幊上治疗糖尿病主要以降糖治疗为主，而中医药在治疗糖尿病患者中则以强调整体观念及辨证论治等，中医治疗糖尿病具有独到方法，临本文主要以介绍糖尿病相关知识，并向读者们科普中西医“降、调”治疗糖尿病方法。



## 一、如何对糖尿病进行辨证分型？

### (一) 燥热伤津证型

以糖尿病早期多见，患者以烦渴多饮为特征，严重者，可咽干舌燥，渴饮无度，小便色黄频数；而经对大便观察，为干燥或秘结状。

### (二) 气阴两虚证型

属基本型：以五心烦热、倦怠乏力、心悸健忘、心慌气短、失眠多梦等为主要表现，尿颜色黄、形体消瘦，大便干。

### (三) 阴阳两虚证

以疾病后期多见，患者以形寒肢冷、手心发热、浮肿、头晕乏力等为主要表现，夜尿频数。

## 二、糖尿病如何进行基础治疗？

### (一) 治疗原则

包括调脂、降压、降糖，戒烟，改变不良生活行为。

### (二) 基础治疗方案

其一为饮食：需将体重于正常范围内控制，脂肪和油料，占总热量的 20%~30%；碳水化合物，占 55%~65%；蛋白质，占比在 15% 以下；其二为运动，需对个体化、经常性、适量的运动计划制定；其三：血糖监测：需掌握便携式血糖仪使用方法。

## 三、西医降、调糖尿病方案有哪些？

### (一) 常规西药治疗糖尿病

药物治疗是作为当前临幊上治疗糖尿病最常用的治疗方法，临床常用药物主要包括：①胰岛素促泌剂，通过此类药物可有效保护患者胰岛，但此类药物的副作用相对较大；②瑞格列奈、那格列奈等非磺脲类胰岛素促泌剂，此类药物主要可用于治疗糖尿病肾病；③吡格列酮、双胍类等胰岛素增敏剂，此类药物是治疗糖尿病常用药物，具有较好的降糖功效；④地特胰岛素、甘精胰岛素等胰岛素类药物在降糖治疗中可发挥明确疗效；⑤米格列醇等  $\alpha$ -葡萄糖苷酶抑制剂、肠促胰岛素以及 DPP-IV 抑制剂均可用于改善糖尿病患者血糖水平。

临床发现，尽管常规西药在本病治疗中具有明显疗效且有效改善患者临床症状，但上述药物在长期服用后也会对患者肝脏、肾脏等造成一定副作用。

### (二) 非药物治疗糖尿病

西医临幊治疗糖尿病中，除了常规西药治疗外，还可通过非药物综合治疗措施调、降血糖：①糖尿病健康教育：通过对患者进行糖尿病基础知识教育，可向患者贯彻糖尿病三级预防措施，做好本病患者心理疏导以提高患者对治疗的积极性。②运动治疗方法：对于糖尿病患者，日常坚持适当中等强度的运动有助于增强患者机体对胰岛素敏感性，在降低患者血糖方面具有一定效果。③饮食调整：针对糖尿患

者，采取科学合理的饮食调整方法，严格控制日常饮食，避免食用含糖食物，进行低盐、低脂食物等对于控制血糖升高具有重要意义。非药物治疗方法在糖尿病治疗中的疗效明显，且无明显副作用，是当前临幊提倡推广的治疗方法。

## 四、中医降、调糖尿病方案有哪些？

### (一) 辨证论治

临床根据糖尿病患者阴亏虚程度的差异，可将阴虚分成脾阴虚、气阴两虚、脾气下脱等 3 阶段；针对本病治疗根本在于滋阴清热，滋阴之关键在于滋脾阴。也有学者从痰湿角度认识糖尿病，其认为糖尿病的发生是因水、痰、湿、瘀等各类病理产物渗于患者脉中，津停气阻、津亏血瘀，故糖尿病有水湿痰饮、瘀血交阻表现；也有学者认为，糖尿病是因“毒”而生，本病之发病与外邪侵袭、患者机体遗传之易感性、患者机体清除邪毒能力等有关。总结当前中医针对糖尿病的治疗思想发现，针对糖尿病的治疗可从“气阴两虚、痰湿热毒”等角度着手进行辩证施治。

### (二) 中药及中成药治疗

中药及中成药在糖尿病治疗中具有重要作用。临床发现，活血化瘀、清热解毒以及补中益气中药可用于降血糖。临床针对糖尿病患者采用的中药治疗方法多以益气养阴治法。结合临床经验发现，六味地黄丸、渴乐宁胶囊以及愈三消胶囊在糖尿病治疗中可发挥不错的疗效。因此，中药及中成药的应用均有一定作用。

### (三) 针灸、穴位注射外治

针灸治疗是中医一项传统疗法，在糖尿病治疗，针灸治疗的应用具有一定疗效。相关研究针对气阴两虚型的 II 型糖尿病患者采取针灸治疗，选穴气海、膻中、足三里、章门及脾俞等穴位治疗发现，通过针灸治疗可有效改善患者机体血糖水平，促进脂质代谢以及调整胰岛素抵抗。针灸疗法在本病治疗中具有重要作用。临幊上也有研究者针对糖尿病患者取穴太溪穴、劳宫穴、三焦俞穴、足三里穴、厥阴穴以及三阴交穴等穴位针灸治疗结合穴位注射治疗，结果发现，通过针灸上述穴位可有效调控患者血糖水平，并有效的纠正糖尿病患者的糖脂代谢紊乱情况，改善其第一时相的胰岛素分泌以及胰岛  $\beta$  细胞功能。此外，针灸治疗结合穴位注射治疗也有助于恢复患者机体对胰岛素敏感性，在本病治疗中，针灸、穴位注射外治方法具有推广应用的价值。

## 五、中、西医联合治疗

临床发现，中药治疗糖尿病的降血糖效果与西药治疗相比虽然效果存在差异，但中药治疗的疗效相对更为持久、缓和；西药治疗的降血糖作用虽然快速、效强，但常规西药治疗中存在一定的药物副作用，单独使用存在一定的风险。因此，在临幊实际应用中，常可采用中西联合治疗糖尿病，以期发挥中西医治疗的优势，达到最佳的治疗效果。当前临幊针糖尿病患者的中西结合治疗研究发现中西结合治疗相比于常规西医治疗的见效更明显。联合治疗能更好改善糖尿病患者血糖水平、改善其糖尿病临床症状并且可控制糖尿病并发症的发生。此外，中药联合西医非药物疗法也能在促进患者改善生活习惯的同时调控血糖，降低患者治疗后并发症发生风险。提示中、西医联合治疗糖尿病具有明确疗效。

## 六、总结

糖尿病是当前社会上一类发病率极高、患病人群极广的慢性疾病，本病的发生具有终身性。对于本病患者，及早发现，及早治疗，改善生活规律、日常适当进行运动、调控饮食以及合理用药等对于本病患者具有重要意义。临床发现，中医在改善本病患者症状、防治糖尿病并发症等方面具有较好疗效；在联合西医的快速降血糖方面具有更大的优势。中西医“降、调”治疗糖尿病的方法具有临床推广实践价值。