

全生讲中医

糖尿病的中医防治

编者按：全生讲中医专栏的目的是普及中医知识，弘扬中医文化，介绍中医进展，传授专家经验，提高人们养生及防治疾病的能力。如果你热爱健康，喜欢养生，那就静下心来，和全生讲中医一起，探索中医奥秘，见证中医神奇，分享名医经验，寻找济世良方吧。

糖尿病是一组以高血糖为特征的代谢性疾病。特点是血糖过高、多尿、多饮、多食、消瘦。当体内胰岛素分泌缺陷或其生物学作用障碍就会引起高血糖。糖尿病患者体内长期持久的高血糖，将导致各种组织，特别是眼睛、肾脏、神经、心脏及血管的损伤、功能缺陷和衰竭。

据统计，现在全球糖尿病患者有约2个亿，且糖尿病的发病率正在以惊人的速度增加。中国70年代末，糖尿病的患病率还不足1%，目前已达3.2%。更为可怕的是至少有1/4到一半的糖尿病患者未被诊断，在已诊断的患者中只有1/3得到理想控制。糖

尿病诊断标准是：当空腹静脉血浆葡萄糖≥7.0mmol/l或葡萄糖负荷后2小时/或餐后随机血糖≥11.1mmol/l时可诊断为糖尿病。糖尿病的危险因素很多，如糖尿病家族史、不良饮食习惯、体力活动少、肥胖、大量饮酒、精神紧张等，都可能与糖尿病有关。

糖尿病与中医“消渴”相似，临床可按消渴辨证施治。消渴一证，多有情志失调，肝郁化火，消烁肺胃之阴；复加饮食不节，过食肥甘，酿成胃热；劳逸过度，肾阴被伤，水亏火浮，结果出现肺燥、胃热、肾虚，导致多饮、多食、多尿、消瘦“三多一少”诸症。治疗上，常以益气养阴为糖尿病的基本治疗大法。

北京中医药大学名老中医程士德教授，全国百名名老中医之一，积70余年临床经验，对糖尿病的治疗有丰富的临床经验。作者有幸跟随程老坐诊三年，治疗很多例糖尿病病人，且疗效极佳。现抄录一例，以食读者。

刘女士，43岁，1997年9月14日就诊。患者有糖尿病史6年，血糖209mg/dl，消瘦不明显，怕食冷食，心慌。程老根据辩证，给予三消降糖甘露方加减。方药：生黄芪30g，麦冬20g，鲜生地30g，五味子10g，炒山药20g，苍术10g，元参20g，天花粉10g，乌梅10g，石斛20g，知母10g，生石膏30g，肉桂1.5g，西洋参10g。服药30剂，血糖正常，症状消失。

针灸对糖尿病亦有很好疗效。针刺三阴交、脾俞、胃俞、行间、涌泉等穴对糖尿病有效。同时，有文献报道(Journal of Acupuncture and Meridian Studies, 2010 June)，针灸对糖尿病肾病亦有明显的治疗作用。

更多全生讲中医，敬请访问卢全生中西医结合博士的网站 www.wholelifeherb.com，或直接拨打中文热线电话301-340-1066约诊。全生中医针灸医疗中心址：Rockville office: 416 Hungerford Dr, Suite 300,



卢全生医师，北京中医药大学中医硕士，中国中医科学院中西医结合博士，美国乔治城大学医学院博士后，河南中医学院客座教授。

Rockville, MD 20850 (1个街区到Rockville地铁站，免费停车)。Ellicott City Office: 5022 Dorsey Hall Dr, Suite 101, Ellicott City, MD 21042, 免费停车。

哮喘的诊断和治疗

哮喘是常见的呼吸道疾病，在世界范围内影响成千上万人的生活。它主要由于肺脏内小气道的缩窄所引起。这种缩窄通常是可逆性的，但偶尔也可变成持续性的，又称为哮喘持续状态。哮喘由许多遗传和环境因素共同引起。其症状包括气喘、咳嗽、胸闷以及气短。

哮喘的严重程度在决定哮喘的治疗中占有重要地位。哮喘一般分为轻型、中型和重型。此病的成功治疗取决于下列三个因素：(1). 控制引起哮喘的原因；(2). 定期监测症状和肺功能；(3). 药物治疗。

一. 控制哮喘诱发因素：常见的哮喘诱发因素包括下列五大类：过敏原(包括粉尘和动物皮毛等)、呼吸道感染、刺激因子(包

括吸烟或化学品)、运动以及精神紧张。在发现这些诱发因素后一般采取以下三项措施：(1). 设法完全避开诱发因素；(2). 如果无法完全避开，应当设法降低接触程度；(3). 在接触诱发因素前使用额外剂量的气道扩张剂。

二. 定期监测症状和肺功能：包括详细记录症状发作的频率和严重性以及定期测定肺功能。美国哮喘预防和教育机构向哪些中度和重度哮喘患者积极推荐每天使用便携式的仪器来监测自己的肺功能。每天写日记也可帮助你发现引起或加重病情的原因。进一步的诊断方法有呼吸量测定法(Spirometry)。利用此方法可以区别阻塞性肺疾患还是限制性肺疾患。还可以帮助

确定使用吸入性气道扩张剂前后有无改进。爱平诊所目前有进行呼吸量测定法的仪器和设备。

三. 药物治疗：药物是治疗哮喘的主要手段之一，包括气雾剂、吸入性粉剂和口服药物等。每个患者要根据病情的严重程度制定个人的用药方案，并与自己的医师仔细讨论具体的治疗步骤。

隋爱平医师目前担任乔治城大学医学院家庭医学科临床助理教授。电话：240-404-6423；电子邮件：peterasui@yahoo.com。欢迎您全家把爱平诊所作为您的医疗保健中心。爱平诊所的地址：604 South Frederick Avenue, Suite 200, Gaithersburg, MD 20877。



隋爱平医师 乔治城大学医学院家庭医学科临床助理教授

全生中医针灸 中医内科 中医妇科 主治：1. 各种关节疼痛, 过敏, 抑郁症 2. 心脑血管病: 高血压, 冠心病, 高血脂, 肥胖, 中风偏瘫等 3. 肝炎肾炎, 胃炎哮喘, 癌症副作用 4. 不孕症, 乳腺增生, 月经不调, 子宫肌瘤, 卵巢囊肿等 5. 针灸美容, 减肥 中西结合, 标本兼治 天人合一, 综合治疗 www.wholelifeherb.com

爱平诊所 Gaithersburg Family Medicine 美国家庭医师专科文凭、美国家庭医师协会会员 隋爱平医师 Aiping Sui MD 徐唯医师 Wei Xu MD 各种内科、外科、妇科、儿科、皮肤科、神经科、常见疾病。成人及儿童常规体检、预防接种、各种外科门诊手术及外伤缝合、清创。

中华堂中医馆 中医门诊 针灸 中药 推拿 刮痧 拔罐 中医养生 中医内科：心脑血管疾病、肠胃病、肝胆病、过敏、哮喘、妇女痛经、月经不调、不孕、乳腺病、更年期综合征、性功能障碍、慢性疲劳综合症、失眠、头痛、抑郁、等。

United Primary Care, LLC. 张宇 内科医师 Michael Zhang, M.D. 24年在美执业经验 医术精湛 服务全面 耐心周到 主治：内科各种慢性疾病(糖尿病, 高血压, 高胆固醇, 关节疼痛和病变), 专治:Lymes 病, 吗啡类戒瘾治疗

医生专版 资深教育, 传承中医精华, 主治内、外、妇、儿科各种常见病、多发病、疑难杂症, 对各种痛症、过敏症、不孕不育、肿瘤放疗化疗毒副作用等治疗有独到的见解。 www.chenmac.com

首都中医针灸 Capital Acupuncture & Herbal Care 陈智松 博士 预约电话：301-820-2528 接受 CareFirst, Aetna, Cigna, United Healthcare 以及车祸工伤等保险