



中藥與糖尿病

傳統醫學科 陳萍和醫師

糖尿病會有血糖增高，多飲、多食、多尿，疲乏無力和體重明顯減輕等症狀。與中醫病證中的消渴近似在《素問·奇病論》中，即有“此人必數食甘美而多肥也，肥者令人內熱，甘者令人中滿，故其氣上溢轉為消渴”的記載，說明古代的醫家已認識到此病與高熱量飲食直接有關；金元時代劉河間、朱丹溪等提倡三消燥熱學說，主張以清熱瀉火，養陰生津為治療原則；明代趙獻可、張景岳等提倡治三消當以治腎為本。

糖尿病常以陰虛燥熱開始，病程日久，可導致氣陰兩虛、陰陽兩虛，五臟受累，並常發生各種嚴重的併發症，如心腦血管病、腎病等。這些併發症是導致糖尿病人死亡的主要原因。因此，強調要早期治療，控制病情的發展。故現代多主張從燥熱傷陰、肝腎陰虛、脾胃虛弱、瘀血阻絡、陰陽兩虛方面，辨證論治。少數中年或老年患者，多飲、多食、多尿和消瘦的本證不明顯，常因一些併發症就醫而發現此病，臨床上必須詳為診察。

糖尿病的發病與飲食有直接關係。糖尿病患者應在醫生指導下，合理調整飲食結構，特別是食量的控制，適當配以新鮮蔬菜、豆類、瘦肉、雞蛋等。此外，保持精神愉快，起居有常，房事有節，積極參加體力所能及的運動和勞動，對於防治糖尿病也有不可忽視的意義。生活要有規律，避免緊張勞累，以防反覆。糖尿病患者易於出現皮膚感染，故原則上禁用針刺療法。久病臥床的病人要勤翻身擦澡，避免褥瘡的發生。

近年來中醫藥方面在防治糖尿病做了很多研究，發現人參、甘草、黃耆、梔子、黃芩、大黃、葛根、桑葉、蒲黃、槐花、銀杏葉、黃連等，許多中草藥可對胰島素敏感度有所影響，進而幫助血糖的控制與新陳代謝的運作。



槐花或槐米是中藥，其成分蘆丁近年有研究認為它能降低糖尿病大鼠的血清總膽固醇(total cholesterol, TC、血清脂蛋白(α)及載脂蛋白-B，升高高密度脂蛋白膽固醇(high density lipoprotein cholesterol, HDL-C)