

中藥治療糖尿病患須知



長庚醫療財團法人 編印

壹、前言

糖尿病是因胰臟分泌的胰島素缺乏、供應不足或身體細胞對胰島素利用能力降低，導致醣類、脂肪及蛋白質代謝異常、血糖增高的疾病，一般在 40~60 歲之間發病者為多數。發病因素與遺傳、肥胖，飲食習慣等相關。

貳、中醫對糖尿病的認識

糖尿病的典型症狀是“三多一少”，即喝多、尿多、吃多及體重減少。隨著肥胖率上升、三高族群增加、飲食習慣西化，糖尿病在中醫學歸類由早期的「脾瘕」至中後期的「消渴病」，中醫認為其主要病因是飲食不節、情志失調、房勞過度，而根據症狀的不同分為上消、中消、下消三種類型：

一、上消：以口渴多飲為主要表現。

二、中消：以多食善飢為主要表現。

三、下消：以多尿為主要表現。

參、中醫在治療糖尿病的角色

中醫治療糖尿病，並不是像西藥快速的把血糖降至標準值以下，中藥治療糖尿病，在於使血糖漸趨平穩及減少併發症的不適感，調理

身體氣血使病人生活品質提升等。因此，服用西藥降血糖藥或注射胰島素的病人，合併中藥治療時，不可貿然停用西藥，需配合醫師指示並定期檢查血糖，以免發生高血糖或低血糖狀況。

一、幫助血糖控制平穩：

根據中醫辨證、三消理論與病人的身體症狀，治療上可採取清熱生津、益氣養陰、潤肺養胃、健脾化溼、滋補肝腎、活血化瘀等方法，來進行相應的治療，可幫助體內血糖濃度維持穩定，避免上下波動過大。

二、減少糖尿病的併發症

(一)糖尿病足：血糖控制不佳可能引起周邊動脈狹窄及末梢循環變

差，而使得傷口癒合不易，進一步造成二度感染，甚至需要清瘡、截肢等外科手術治療方法的介入。中藥採取內服、外敷等方法併用，有助於改善周邊血液循環、清除代謝廢物，輔助糖尿病足的治療。

(二)糖尿病神經病變：可採用益氣、養血及活血化瘀等方法，減少糖尿病神經病變所造成的肢體麻木或疼痛等症狀。

(三)糖尿病視網膜病變：可選用益氣養陰、滋補肝腎及活血化瘀等方法，並酌加枸杞、菊花、青箱子、穀精草、石菖蒲等藥物，加強明目功效。

(四)服用降血糖藥物:如有腸胃不適、食慾下降、噁心嘔吐、疲倦、味覺改變、頭痛、頭昏，可施以內服藥或針灸加以改善。

(五)因血管病變而造成的併發症，如腎臟病、中風、心臟病等疾病，除了以西藥控制追蹤外，亦可於醫師的評估下，使用中藥輔助治療。

三、改善症狀

臨床上常見病人使用西藥治療後，雖然血糖降至正常值，但仍有易飢、口渴、多飲、小便有泡沫等症狀，可做為輔助治療。

肆、日常生活保健

一、糖尿病病人須有規律的生活，三餐依據飲食計劃定時定量攝取六大類食物，以維持理想體重。

二、忌食油脂高、油膩、辛辣、煎炸、烤炙之食品，同時禁止飲酒，以防助長慢性發炎體質。

三、多吃蔬菜，禁食含糖多的水果及飲料，宜選用筊白筍、洋蔥、苦瓜、白菜、芹菜、蘑菇、木瓜、冬瓜、山藥、蕎麥、南瓜、薏苡仁等升糖指數低食材。

- 四、養成運動習慣，如步行、太極拳、八段錦，以每周 3-5 次，每次 30~40 分鐘，全身均勻出汗為佳，可諮詢衛教師運動建議，使血糖控制較佳。
- 五、遵從醫囑按時服用藥物，不可自行增減藥物劑量。
- 六、維持皮膚清潔及完整，避免受傷。
- 七、同時服用中藥與西藥，需間隔 1 小時以上。

伍、諮詢服務電話

基隆院區：(02)24313131 轉 2508

週一~週五 08：30~11：30、13：30~16：30

情人湖院區：(02)24329292 轉 2059

週一~週五 09：00~11：00

台北院區：(02)27135211 轉 3281

週一~週五 時間 09：00~12：00、13：30~17：00

林口院區：(03)3281200 轉 3554

週一~週五 08：30~12：00、13：30~16：30

土城醫院：(02)22630588 轉 2777

週一、週三、週四 08:30-17:00

桃園院區：(03)3196200 轉 2861 中醫病房

週一~週日 00:00~24:00

嘉義院區：(05)3621000 轉 2062 中醫報到櫃台

週一~週五 08：30~11：30、13：30~16：30

高雄院區：(07)7317123 轉 6290 中醫病房

週一~週日 00:00~24:00

伍、建議看診科別：中醫內科。

本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售。

著作權人：長庚醫療財團法人

長庚紀念醫院 N287 10.1*21.5cm 2021 年

<http://www.cgmh.org.tw>

