纯中医逆转2型糖尿病方略构建

□庞国明 张 芳 张 侗

随着饮食与生活方式的改变，2型糖尿病（T2DM）的发病率越来越高。近年来，随着临床研究的不断深入，关于逆转的认识不断深入人心，特别是2021年以来国内外逆转糖尿病专家共识的陆续发布，需要终身服药的观念已经被打破，部分糖尿病患者达到“停用药物3个月以上，血糖仍然维持在正常水平”的逆转标准。

中医作为祖国传统医学，因其独特的治疗方法，深受糖尿病患者的追捧。全国名中医庞国明致力于纯中医治疗2型糖尿病30年，特别是近些年对纯中医逆转2型糖尿病的不断探索，提出逆转2型糖尿病的三大法则，创建辨病、辩证、辨体相结合的“三辨”诊疗模式，现将经验总结如下。

逆转2型糖尿病的三大法则

庞国明在逆转2型糖尿病的探索中发现：肥壅是T2DM萌发的基础土壤；痰湿中阻、湿热内蕴是T2DM的始动因素；土壅木郁是T2DM的重要发病环节；气阴两虚是T2DM病程中的枢机阶段；三脏气虚是T2DM迁延不愈的主要病证；瘀血贯穿T2DM的始终。全国名中医庞国明在上述基础上提出中医逆转T2DM应从“调和、消降、宣通”3个方面入手：1.从调补肺脾肾，激活布运精津之功；2.化痰消脂，祛膏减重，降浊排毒；3.痰瘀同治，扶正固本，化解“抵抗”。

“三辨”诊疗模式

先行辨病诊断，确定中医病名

“三辨”诊疗模式根据“体病相关”“体证相关”“体质可分”“体质可调”的理论，以辨体论治为核心，将辨病、辨证、辨体与治病、和证、调体相结合，进行综合诊疗的方法。将T2DM根据症状表现不同命名为5种。1.具有多饮、多食、多尿、消瘦或伴尿中甜味者，确诊为消渴病；2.对以口干渴、多饮者，确诊为上消病；3.对以多食易饥，或者伴消瘦者，确诊诊为中消病；4.对以小便频数，饮一斗（古时计量单位）、小便一斗者，确诊为下消病；5.对口中有甜味、伴形体肥胖，或体检发现血糖数值高且符合T2DM诊断者，确诊为脾瘅病。

次行辨证诊断，确立精准证型

庞国明在逆转糖尿病的探索中发现，6种证型更适合逆转，按照证型发病比率分别为：

痰浊中阻证

症状：形体肥胖，头身困重，口黏或口干渴，饮水量不多，脘腹痞闷，舌质淡胖、多有齿痕、苔白腻，脉滑缓。

治则：化痰降浊、和中调糖。

方药：和中降浊调糖饮加减。炒苍术30克，姜半夏10克~30克，炒白术30克，茯苓30克~60克，厚朴10克，泽泻30克，陈皮10克，猪苓30克，桂枝6克~10克，川牛膝30克，升麻3克~6克，生甘草3克~6克，生姜10克~15克。

湿热内蕴证

症状：口干口渴，饮水量多，口苦，口中有异味，大便黏腻不爽，舌质淡、苔黄腻，脉濡数。

治则：清热祛湿、畅中调糖。

方药：清热祛湿调糖饮加减。黄连15~30克，厚朴10克，姜半夏10克~20克，炒苍术10克~30克，芦根30克~50克，炒栀子10克，淡豆豉15克~30克，生薏苡仁30克~50克，石菖蒲10克，川牛膝30克~50克，生枳实10克，升麻3克。

气阴两虚证

症状：神疲乏力，气短懒言，咽干口燥，口渴多饮，形体消瘦，质淡红或舌红，舌体胖，苔薄白干或少苔，脉沉细。

治则：益气养阴、补虚调糖。

方药：益气养阴调糖饮加减。太子参30克，生地30克，生黄芪30克~60克，山茱萸30克，麦冬10克，生山药30克，苍术、白术各10克~30克，泽泻30克，丹参30克~50克，茯苓30克，炒枳壳10克，升麻6克~10克。

肝郁脾虚证

症状：常因精神刺激而诱发血糖升高，情志抑郁或烦躁易怒，胁痛，脘腹胀满，神疲食少，大便或干或溏，失眠，舌质 克。

治则：疏肝健脾、理气调糖。

方药：疏肝健脾调糖饮加减。柴胡10克~12克，当归10克，生白芍15克~30克，茯苓30克，苍术、白术各10克~30克，陈皮10克，薄荷10克（后下），生薏苡仁30克，川牛膝30克，生甘草6克，升麻6克~10克。

脾肾气虚证

症状：腰膝酸痛，倦怠乏力，眼睑或下肢水肿，时有五更泄泻或性功能减退，舌淡体胖有齿痕、苔薄白而滑，脉沉迟无力。

治则：健脾益肾、培本调糖。

方药：健脾益肾调糖饮加减。太子参30克~50克，生黄芪30克~60克，生地30克，山茱萸30克，生山药30克，炒白术10克~30克，泽泻30克，川牛膝、怀牛膝各30克，猪苓30克，茯苓30克~50克，升麻10克~30克，炒枳壳10克。

热盛伤津证

症状：口渴多饮，口苦，多食易饥，形体消瘦，心烦易怒，舌质红、苔薄黄而干，脉弦或数。

治则：清热生津、调糖止渴。

方药：清热养阴调糖饮加减。生石膏30克~50克，生地10克~30克，知母10克~15克，麦冬10克，川牛膝30克，太子参30克，葛根30克，天花粉15克~30克，炒苍术10克~30克，炒枳壳10克，升麻3克~6克，生甘草3克~6克。

临床无证可辨，再施精准辨体

对于无证可辨的T2DM患者，在运用纯中药治疗时，遵循“三辨”诊疗模式之“辨体调治”的学术思想，根据国医大师王琦提出的9种体质，选取适合逆转的6种体质。

痰湿体质

症状：体形肥胖，腹部肥满松软，面部皮肤油脂较多，口黏腻或甜，喜食肥甘甜黏，苔腻，脉滑。

治则：温化痰饮、降浊控糖。

方药：化痰祛湿调糖方。炒苍术10~20克，姜半夏6克~12克，炒白术10克~20克，茯苓15克~30克，厚朴10克，陈皮10克，桂枝6克~10克，川牛膝30克，柴胡6克~10克，生甘草3克，生甘草6克。

湿热体质

症状：形体中等或偏瘦，面垢油光，易生痤疮，身重困倦，大便黏滞不畅（男性易阴囊潮湿，女性易带下增多），心烦急躁，舌质偏红、苔黄腻，脉滑数。

治则：化湿清热、淡渗控糖。

方药：清热祛湿调糖方。黄连6克，黄芩10克，葛根30克，生薏苡仁30克，生栀子10克，厚朴10克，川木通6克，淡豆豉10克~20克，生地15克，生甘草6克。

气虚体质

症状：肌肉松软不实，平素语音低弱，气短懒言，容易疲乏，精神不振，易出汗，舌淡红、舌边有齿痕，脉弱。

调则：补气调体、扶正控糖。

方药：补气固本调糖方。太子参15克~30克，生黄芪30克~50克，炒白术6克~10克，茯苓15克~30克，陈皮6克~10克，怀牛膝15克~30克，升麻3克~6克，生甘草3克~6克。

阴虚体质

症状：体形偏瘦，手足心热，口燥咽干，鼻微干，喜冷饮，大便干燥，性情急躁，舌红少津，脉细数。

治则：滋阴补虚、清热控糖。

方药：养阴清热调糖方。枸杞子15克~30克，地黄30克，女贞子15克~30克，旱莲草15克~30克，生山药30克，山茱萸15克，牡丹皮12克，茯苓15克，泽泻10克，怀牛膝15克~30克，淡竹叶6克。

气郁体质

症状：神情抑郁，情感脆弱，烦闷不乐，性格内向不稳定、敏感多虑，舌淡红、苔薄白，脉弦。

治则：疏肝解郁、理气控糖。

方药：疏肝解郁调糖方。柴胡10克~15克，当归10克~15克，炒白芍10克，茯苓30克，炒白术10克，生姜10克，薄荷6克（后下），川牛膝15克，升麻6克，生甘草6克。

阳虚体质

症状：肌肉松软不实，平素畏冷，手足不温，喜热饮食，舌淡胖嫩，脉沉迟。

治则：温阳益肾、固本控糖。

方药：温阳益肾调糖方。淡附片6克，肉桂3克~6克，山茱萸30克，熟地30克，炒山药30克，茯苓30克，牡丹皮10克，泽泻10克，怀牛膝30克，升麻3克~6克。

庞国明带领开封市中医院内分泌团队研发出十几种治疗糖尿病及并发症的院内制剂，依据患者血糖、症状、体征等，制定或调整“专药、专方、专茶”具体应用方案，形成动态循环的“序贯三法”；并且采取“内外同治”的方法，使用火龙罐、中药膏摩、隔物灸、铜砭刮痧等20余项中医特色技术，帮助治疗糖尿病患者。

体会

1.庞国明团队整理了近几年的逆转糖尿病患者的数据，发布了国内首篇纯中医逆转糖尿病的论文，为中医界治疗糖尿病注入信心。

2.经过30年的探索，纯中医逆转2型糖尿病已初步构建出一套相对完善的诊疗体系。开封市中医院内分泌科已发展为具有120余名医务人员的国家重点专科，下开设16个门诊，5个病区，开放200余张床位。慕名前来就诊的患者来自全国各地，以及韩国、新加坡等13个国家。

3.基于纯中医治疗2型糖尿病的不断实践与总结，庞国明团队发表相关论文100余篇，获科研成果奖26项，牵头组建的纯中医治疗2型糖尿病联盟覆盖26个省份136家二级以上医疗机构。

4.纯中医逆转2型糖尿病任重而道远，需要全体中医人的共同努力。庞国明团队在逆转糖尿病的道路上继续前行。

（作者供职于河南省开封市中医院）

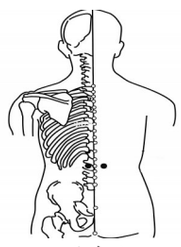
中医外治

三焦俞穴和石门穴的外治法

□王小翠 文/图

在临床上经常同时取三焦俞穴与石门穴进行中医外治，可以调理肠道、通腑散结理气、调经导滞。

三焦俞穴



三焦俞穴

定位：在腰部，第1腰椎棘突下，旁开1.5寸（此为同身寸，下同）。

功效：三焦俞穴，可以疏调三焦、通利水道、补益元气、壮腰健肾。

主治：肠鸣、腹胀、腹泻、水肿等脾胃疾病，以及腰背强痛，腹水，神经衰弱，腰肌劳损。

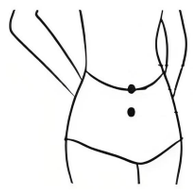
临床应用

按摩法：两手掌撑住腰部，以拇指指尖用力向下按压。

灸法：艾炷灸或温针灸5壮~7壮，或艾条温灸10分钟~15分钟。

刺法：向内斜刺0.5寸~0.8寸。不宜深刺，以免损伤肾脏，造成肾脏出血，尿血、尿液外溢，甚至继发感染。

石门穴



石门穴

定位：在下腹部，前正中线上，脐中下2寸。

功效：石门穴，可以益肾兴阳、理气止痛、通利水道。

主治：遗精、阳痿等男科疾病，以及月经不调、崩漏、产后恶露不尽、带下、子宫内膜炎等妇科疾病。

临床应用

按摩法：用食指和中指指腹对石门穴进行环状按揉，每次可以按摩9分钟。

灸法：艾炷灸或温针灸3壮~7壮，艾条灸10分钟~20分钟。孕妇不能灸此穴。

刺法：直刺0.5寸~1寸，局部有酸胀感，可向外阴部放散。孕妇慎用。

注意事项

1.按摩时，医者用力要均匀、柔和、持久，禁止暴力操作，防止损伤患者皮肤。

2.艾灸时，医者要及时清理艾灰，防止烫伤患者皮肤。

3.穴位的特殊应用方法，需要专科医务人员进行操作。

（作者供职于河南省鹤壁市中医院）

经验之谈

辨治眼周皮肤过敏

□强新民

皮肤过敏为常见病，中医认为是体表营卫失调、气血不足、血虚生风所致。

初诊，患者郭某，女性，51岁，于2021年2月24日就诊。患者双眼周围皮肤发红、发痒、浮肿，如佩戴有色眼镜一样，有两个圆圈，症状已经持续7天，舌淡，脉浮弱。

辨证 血虚生风。

方药 当归引子。首乌10克，黄芪10克，当归10克，白芍10克，川芎6克，熟地10克，荆芥10克，防风10克，白蒺藜10克，甘草10克。共3剂。

二诊 2月28日复诊，患者眼周已不痒，皮色正常。

按语 当归饮子是笔者临床治疗皮肤过敏的常用方剂。笔者曾经在1980年10月治疗过一位11岁的女孩，该患者荨麻疹1年，皮肤发痒，皮肤颜色如彩云样呈片状肿起、红白相兼，反复发作。用此方治疗2周后，患者痊愈。

当归饮子原方为10味药，内含四物汤养血活血，符合中医“祛风先活血，血和风自灭”的理论。方中黄芪、甘草，益气固表，有玉屏风之功效；首乌，补益肝肾、强精血、滋养皮肤；荆芥、防风、白蒺藜，祛风邪。正气复、风邪祛，患者痊愈。

（作者供职于河南省洛阳市涧西区珠江路第二社区卫生服务中心）

泻白散治疗鼻疳

□赵彦秋

鼻疳是以鼻前孔附近皮肤红肿、糜烂、结痂、灼痒，经久不愈，反复发作为特点的常见鼻病，又名鼻疮。相当于西医的鼻前庭炎及鼻前庭湿疹，多由肺经伏热所致。

案例 丁某，女性，35岁，鼻腔干燥伴有疼痛1年多，症状加重7天，鼻前庭黏膜粗糙、糜烂，诊断为鼻前庭炎。因黏膜溃烂日久不愈，患者精神压力较大，怀疑有恶性病变，寻求中医治疗。

辨证 鼻疳（肺胃伏热、火热上蒸）。

治则 清泻肺胃、燥湿解毒。

方药 泻白散加减。桑白皮、地骨皮各15克，甘草6克，山药20克，玄参、金银花、蒲公英、生石膏各18克，苦参、黄柏、黄芩各9克。水煎服。共6剂。

外用 鼻炎灵滴鼻。每次3滴，每天3次。

二诊 患者鼻前庭黏膜转润，干燥疼痛减轻。在上方基础上加麦冬15克，患者服药6剂后痊愈。

按语 肺开窍于鼻，胃脉起于鼻。若肺胃伏热上蒸，热袭黏膜则糜烂，热郁肺络则鼻黏膜充血；热灼津液，故鼻腔干燥而痛；湿热熏蒸则流黄鼻涕，有脓痂残留；胃热上蒸则舌苔腻黄而渴。泻白散由桑白皮、地骨皮、甘草、粳米组成，为泻肺清热、止咳平喘的良方。笔者用山药代替粳米，加玄参、生石膏、金银花、蒲公英等，清肺胃热而生津；加苦参、黄柏、黄芩，清利湿热。这几种药合用，可清泻肺胃、燥湿解毒。

（作者供职于河南省濮阳市中医医院）

四诊合参

辨证论治出血症（上）

□郭俊田

出血症是一个广泛而复杂的病证，是指人体在病理状态下血液不循常规运行，血溢于血管之外。血行向上而外溢，则有衄血、呕血等；血停留肌肉之内，为瘀血；血渗于肌肤则成肌衄，血溢于下则尿血、便血等，这些统称为出血。它概括了人体内部和外部出血的症状，但是外伤出血不属于本文讨论的范围。

鼻出血

鼻出血（也称鼻衄），一般分为3种。

一是风热燥邪致鼻出血。鼻出血一年四季均可以发生，但以春秋季节较为常见。风热或燥热袭于肺部，导致鼻黏膜干燥破裂出血。表现为口鼻干燥，心烦口干，呼出的气体有热灼感，初始点点滴滴出血；如果治疗不当或误治，出血反复发作，经久不愈，就会出血不止，用棉球堵塞鼻孔则血从口腔内溢出。

检查发现，鼻中有溃疡性出血区，符合中医说的“阳络伤，则血外溢，血外溢则衄血”的理论。脉弦细微数，舌质红、苔薄黄。这是风邪燥热袭于肺部，鼻腔黏膜干燥，阳络损伤而出血。

治则 宜清热、润燥、化瘀、凉血。

方药 当归12克，白芍12克，田三七12克（分3次冲服），广地龙20克，生地20克，麦冬15克，牡丹皮12克，荆芥穗15克，金银花15克，连翘15克，栀子12克，蒲公英30克。每剂3煎，混合后取澄清液，早、中、晚饭前各服药1次。另外，用红霉素软膏涂抹鼻腔，使鼻腔内润泽。

二是胃火壅盛鼻衄。长期饮酒，嗜食辛辣食物，或夜晚暴食油炸、烧烤等食物。食物停留胃肠，致胃肠不通，口鼻干燥，嗳气频作，或嗳腐吞酸等。脉沉数，舌苔厚而燥。这是胃肠积滞，生热化火上逆而致鼻黏膜干燥，损伤阳络而鼻衄。

方药 生四物汤合大承气汤加减。当归12克，白芍12克，生地15克，川厚朴12克，广地龙20克，栀子12克，枳实12克，大黄40克，芒硝15克。服药1剂。患者下泻两三次后，如果需要，可服第二剂，应减去大黄和芒硝。

三是月经期鼻衄。月经期鼻衄即妇女经期鼻出血，每次月经来潮，血少下行或不下行，血从鼻孔而出，呈规律性发作，称为“逆经”“倒经”。因日常生活嗜食辛辣，或性情易怒急躁，心烦不安。多在经前或经期呈周期性发作，经血不下行而从鼻腔内溢出。脉弦数或滑数，这是燥热或肝火上逆，损伤阳络，迫血妄行。

治则 宜清热、活瘀、凉血。

方药 生四物汤加减。当归12克，白芍15克，生地15克，田三七12克，炒栀子12克，牡丹皮12克，牛膝15克，炒大黄10克，广地龙20克。每剂3煎，混合后取澄清液约1000毫升，早、中、晚饭前各服1次。

过敏性紫癜

过敏性紫癜因出血留于肌肤，中医称为肌衄。

过敏性紫癜多发生于儿童，青年人也有发生，但比较少。过敏性紫癜以四肢同时发病为特点。双下肢自两踝关节至膝关节，向上延至两髋关节；上肢自两腕关节至两肘关节，向上发展至两肩关节，四肢呈对称同时发病，初始紫癜稀疏，逐渐稠密。紫癜皮疹大小不一。大者如1分硬币大小，边缘不齐，呈青色或暗红色斑块；小者如高粱米大小，其色泽有少量鲜红色，大部分呈暗红色，略出皮肤，触之稍有碍手感；癜与癜之间仍有健康皮肤存在，无疼痛症状。个别患者关节有疼痛感。血常规、血小板均在正常范围内。

紫癜也称紫癜，是毛细血管中毒症。由于毛细血管广泛病变，血管通透性和脆性增高而使皮肤出现瘀血癜，属中医出血肌衄，热邪蕴结的范畴。

治则 宜化瘀、清热、凉血。

方药 当归10克，牡丹皮10克，红花6克，田三七10克，丹参12克，赤芍10克，生地15克，广地龙12克，炒大黄6克，金银花15克，栀子12克，紫草12克。每剂用水煎3次，混合后取澄清液约1000毫升，早饭、中饭、晚饭前各服药1次。

紫癜型肾炎

紫癜型肾炎的症状为两眼皮和双下肢踝关节肿胀，四肢相继出现瘀血癜。双下肢自臀部以下至踝关节均有暗红色瘀血癜，两踝关节疼痛肿胀，发热，体温37.5摄氏度~38摄氏度。血常规在正常范围内，尿色发黄。这是热邪郁而化火，内陷伤及肾脏，热邪迫血妄行，溢于肌肤。

治则 化瘀凉血、清热利水。

方药 当归12克，赤芍10克，牡丹皮12克，牛膝15克，田三七10克，金银花15克，焦生地15克，焦栀子12克，黄柏12克，蒲公英30克，连翘15克，猪苓12克，滑石12克，车前子12克。水煎2次，混合后取澄清液约1000毫升，早饭、中饭、晚饭前各服药1次。

（作者供职于河南省西华县人民医院）

征 稿

本版是以中医药为主要内容的“医生园地”，设有《名医堂》《中西合璧》《中医特色技术》《中医外治》《针推治验》《四诊合参》《临证心语》《中药用法》《验案举隅》《经验之谈》等栏目。

稿件要求：一定是原创，言之有物，具体可行；1000字以内；可以用小故事开头，以增加趣味性。

联系人：朱老师 **电话：**13783596707

投稿邮箱：5615865@qq.com