

本文引用:邓奕辉,李钰佳,周 韩,李定祥.糖尿病的中医心身医学认识及治疗[J].湖南中医药大学学报,2017,37(6):693-696.

糖尿病的中医心身医学认识及治疗

邓奕辉,李钰佳,周 韩,李定祥*

(湖南中医药大学中西医结合学院,湖南 长沙 410208)

[摘要] 随着现代社会发展,人类生存环境的改变,来自于心理和社会环境的因素对疾病的影响开始逐渐显露。糖尿病作为一种典型的心身疾病,其发病率逐年上升,已严重威胁到人们的心身健康。中医的心身医学理论中对于消渴病的病因病机有独特的见解,其治疗多基于脏腑辨证和气血津液理论。糖尿病的中医心身医学理论值得我们进一步的挖掘和探讨。

[关键词] 糖尿病;心身医学;脏腑辨证;气血津液理论

[中图分类号]R259 **[文献标识码]**A **[文章编号]**doi:10.3969/j.issn.1674-070X.2017.06.031

Understanding and Treatment of Diabetes with Traditional Chinese Psychosomatic Medicine

DENG Yihui, LI Yujia, ZHOU Han, LI Dingxiang*

(College of Integrated Traditional Chinese and Western Medicine, Hunan University of Chinese Medicine, Changsha, Hunan 410208, China)

[Abstract] With the development of society and the change of human living environment, mentality and social environment are starting to affect the disease gradually. As a typical psychosomatic disease, diabetes, with its increasing incidence, is seriously threatening the people's mental and physical health. The psychosomatic medicine theory of Chinese Medicine has unique insights for the etiology and pathogenesis of diabetes and the treatment was based on viscera syndrome differentiation and Qi-blood fluid theory. It is worth to further research and discuss the theory of traditional Chinese psychosomatic medicine of diabetes.

[Keywords] diabetes; psychosomatic medicine; viscera syndrome differentiation; Qi-blood fluid theory

近年来,糖尿病在全球范围内的发病率正逐年攀升,截止至2008年,糖尿病的患病率已高达9.7%,其中前期患病率为15.5%^[1],现已成为当下一个日益严峻的社会公共卫生问题。心身疾病又称为心理生理疾病,是一组从发病、发展到转归和预防均与心理因素有密切关系的躯体疾病^[2],它强调的是心理和社会因素对机体的影响。糖尿病是目前所公认的一种典型的心身疾病。

“生物医学模式”普遍研究认为糖尿病的发生

主要是由遗传、免疫因素以及胰岛素抵抗等原因造成胰岛素分泌绝对或相对不足引起的^[3]。近年来随着“生物—心理—社会医学模式”的提出,人们开始逐渐认识到糖尿病患者的心理变化及社会环境因素在疾病的发展和转归过程中起到了重要的作用。早在数千年前,中医古籍中就已经出现有关于心身医学的记载,并提出心身同治、形神合一等思想,强调了情志与疾病之间的关系,从中医心身医学的角度对糖尿病的防治进行论述对临床具有较大的指

[收稿日期]2016-11-16

[基金项目]湖南省中医药科研基金资助项目(201606);湖南省教育厅资助项目(16K063)资助;湖南省学位与研究生教育教改课题资助项目(JG20168071);中西医结合临床湖南省重点学科资助。

[作者简介]邓奕辉,女,教授,医学博士,博士研究生导师,研究方向:中西医结合防治糖尿病血管并发症。

[通讯作者]*李定祥,男,副教授,医学博士,硕士研究生导师,E-mail:ldxlzy@hotmail.com。

导意义。

1 从心身医学角度中医对糖尿病病因病机的认识

糖尿病在中医属消渴病范畴,主要症状为“三多一少”,即多饮、多食、小便量多、消瘦。虽历代医家对于消渴病的病因病机有不同的见解,但普遍认为其与心理因素有密切联系。心理因素首先影响的是脏腑的功能,《灵枢·五变》中提到“人之善病消瘵者……其心刚,刚则多怒,怒则气上逆,胸中蓄积,气血逆留,髓皮充肌,血脉不行,转而为热,热则消肌肤,故为消瘵”,认为情志过极是引起消渴病发生的重要原因之一^[4]。消渴与心、肝、肺、脾、肾功能的失常密不可分,特别是心、肝、肾。心身疾病与五脏关系最为密切的是心,心为五脏的主宰,不良的情绪可直接影响心的正常功能,心神不安则五脏皆可受累,故曰:“心者,五脏六腑之主也,忧愁则心动,心动则五脏六腑皆摇。”叶天士所著的《临证指南医案·三消》中提到:“心境愁郁,内心自然,乃消渴大病”,说明情志的失调可引起脏腑功能的失调,尤其是肝的疏泄失常引起气机逆乱,肝阳上亢化火而伤阴,日久则阴虚燥热,发而为消渴。而肾为先天之本,生髓而出智,与消渴病的心身病证表现同样关系十分密切。《内经》中所提到“人有五脏化五气,以生喜怒思忧恐”即是指脏腑的病变可导致情志失调而引起气的运动失常,故所谓“怒则气上”“喜则气缓”“思则气结”“忧则气聚”“悲则气消”“恐则气下”“惊则气乱”。同时,情志过极也可引起体内气血津液的运行障碍,气机失调则耗伤气血津液,日久可变为痰和瘀,发为百病。

中医对于心身疾病的治疗强调心身同治。早在《内经》中就提出“天人相应”“形神统一”“五志七情致病”等疾病整体观,其中“形神合一论”被认为是情志理论的基础^[5],也是心身医学的核心。中医在心身病证的辨证施治方面积累了丰富的临床经验,取得了显著的疗效。

2 糖尿病的心身医学治疗

2.1 中医情志治疗

中医情志治疗是治疗以糖尿病为代表的各种心身疾病的重要方法,临床上常用的情志疗法常分为两类:一般治疗和特殊治疗^[6]。一般性心理治疗是指

患者在医护人员的鼓励和心理疏导下消除对疾病的恐惧,以达到治疗的目的。这是临床医生和护理人员都应掌握的中医基本情志疗法。对于刚确诊的患者,医护人员要向其介绍糖尿病的基本情况,包括主症及并发症、治疗方案和预后情况等等,让患者对疾病有一个初步的了解并做好长期治疗的心理准备。特殊治疗方法指的是医生根据患者的性格特点,帮助其了解自身的个性特征和性格缺陷,有针对性的为患者制定相应的自律训练法。马鑫^[7]为糖尿病患者制定气功应用、放松训练、生物反馈等自律训练,配合抗抑郁类药物,帮助患者调整身体机能状态,达到了治疗目的。并通过心理疏导和改善生活方式等手段纠正和控制患者的负面情绪和性格缺陷,以提高疾病的疗效。除此之外,常用的中医情志疗法还包括情志相胜疗法、说理开导法、暗示疗法、移情易性法、放松疗法、催眠疗法等^[8]。

2.2 中医辨证治疗

在中医理论指导下采用辨证论治的手段,不仅能治疗疾病本身,还能做到未病先防,起到预防作用。在对糖尿病高危人群进行生活干预时,可运用健脾化痰或调理肝肾等方法^[9],纠正脏腑功能的失调,延缓或防止其发展至糖尿病阶段。除此之外,中医认为消渴病总的治疗原则为补五脏、益精气^[10]。临床根据其不同的病因病机和发病特点,可以从以下几个方面进行论治。

2.2.1 五脏论治 (1)从心论治:心为五脏六腑之大主,能统摄喜怒忧思悲恐惊等七情变化。心藏神,心身疾病的发生和预后与心的功能失常密切相关。情志的失调可引起脏腑功能的失调并伤及心神,导致疾病的发生;而疾病又能反过来影响脏腑的正常功能,引起情绪失常,使消渴病迁延难愈。因此,从心论治是中医临床治疗消渴病的一个重要环节。消渴病辨证属心火亢盛者,多因肾阴不足而致心火独亢,蒋兆定等^[11]认为该证的治疗应以清心泻火、养阴生津为主。伴心血不足者,临床可伴有心悸怔忡,失眠多梦,面色不华等症,治疗以养心安神,常用天王补心丹或归脾汤。临床表现为精神恍惚,心神不宁,善惊易恐,少寐多梦而易惊醒,恶闻声响,食少纳呆者,辨证属心虚胆怯,治疗则以镇惊安神为主,方用安神定志丸。

(2)从肝论治:肝主疏泄,藏魂、藏血,若七情的

变化过极,超出了肝的调节范围,可引起肝的疏泄功能障碍,气机逆乱,脏腑功能失调,疾病随之发生。所以,从肝论治是包括糖尿病在内的各种心身疾病的一个重要治疗原则。肝气郁结证常见于糖尿病初期,郭玮^[12]以疏肝解郁为治疗原则,临床常选用柴胡疏肝散、越鞠丸等为主方。肝郁化火证常见于糖尿病中期,“三消”症状较为明显,治疗以清肝疏泄为主,敬姗姗等^[13]治疗该证主张用三黄四逆散加减。糖尿病中后期以虚证多见,多为肝肾阴虚,邹如政等^[14]治疗以养肝益肾、滋水涵木,药物多用枸杞子、熟地黄、旱莲草、山药、女贞子、当归、山茱萸、牡丹皮、何首乌、丹参等。

(3)从肾论治:肾主藏精,为脏腑阴阳之本,与脑髓相通,生髓出智。肾在志为悲,情绪过极时易刺激大脑,引起肾的功能异常,肾脏发生病变是产生心身病证的主要原因之一。消渴病与肾脏的关系最为密切,故从肾论治既是消渴病心身病证治疗的重点,也是疾病全过程治疗的重点。若辨证属肾精亏虚证者,于明华^[15]在补肾阴的药物(熟地、天冬、山茱萸等)中加入补肾阳的药物(如淫羊藿、补骨脂、鹿茸等)以补肾中之阴阳。心肾不交证者,临床常见心悸失眠,头晕耳鸣,腰膝酸软,五心烦热,夜寐盗汗等症,治疗以交通心肾,方用交泰丸、知柏地黄丸、黄连阿胶汤等。

(4)从肺论治:梅妍等^[16]对临床236例伴有情绪障碍的糖尿病患者进行中医证型的分类,结果显示辨证属肺气上逆者数量最多。肺主气,调控全身的气机,而情志的活动与气机的关系最为密切,若气的运动受阻,则影响到肺的正常功能,故七情过极可直接影响到肺的宣发肃降。肺在志为悲,可等同于西医的忧郁状态,临床上长期忧郁或抑郁的糖尿病患者多出现此证相对应的症状。治疗该证患者,重点在于恢复气的正常运行,治疗以理气、降气之法为主。

2.2.2 调理气血津液 情志失调伤及脏腑,脏腑功能失调则气机逆乱、气血失和,是引起心身疾病发生的主要原因之一。气机阻滞郁结致使气、痰、火、湿等实邪结聚,产生一系列的病理证候^[17]。糖尿病辨证属气虚证者,临床常见头晕目眩,自汗,少气懒言,神疲乏力等症状,焦晓明^[18]用黄芪、太子参、麦冬、枸杞子、山茱萸、乌梅、生地黄、玉竹、玄参、女贞子、山药等药物治疗,取得了显著的疗效。属气郁津滞证者,气机不畅,津液输布紊乱,连建共等^[19]常用六磨汤合

六味地黄丸加减,以行气解郁、布津润燥。辨证属血瘀证的患者,可有精神异常,头刺痛,失眠健忘,或伴有胸胁刺痛,白卫莲等^[20]认为,即使疾病的全过程中没有明显的瘀血症状也可适当加入活血化瘀药物,以调和气血。

痰是由体内的水液异常停聚而形成的一种病理产物,痰的产生与脏腑功能失调、气血津液输布障碍密切相关。痰浊致病变化多端,故自古有“怪病多痰”一说。情志失调引起的气血不和、脏腑功能失调都可导致痰的形成,故在治疗心身疾病时也应注意清化痰邪。辨证属痰火扰心证者,治以清心化痰,张芳^[21]认为可选用涤痰汤合三仁汤加减以涤痰开窍。辨证属痰迷心窍证者,临床上常用导痰汤、礞石滚痰丸、半夏白术天麻汤等化痰开窍。

2.3 针灸及其他治疗方法

针灸治疗糖尿病在中医古代医籍中早有记载。针灸是中医学中重要的一部分,它遵循中医治疗的基本原则,同样要求在治疗的过程中天人合一、形神一体,强调整体观和心身同治。针灸治疗心身疾病强调“治神”^[22],《灵枢》中提到“凡刺之法,必先本于神”。临床研究证实,针灸治疗对于调整患者的精神和情绪方面有特殊的作用,如在治疗突发的焦虑和抑郁情绪等方面有特殊的疗效^[23],故针灸常用于治疗各类心身疾病,如脑血管病、各种急慢性疼痛、失眠、眩晕等。大量研究表明,针灸配合中药辨证论治对糖尿病及其并发症有显著的疗效,尤其是对糖尿病周围血管病变、末梢神经病变、胰岛素抵抗及视网膜病变等^[24-25]。

除以上几种常用治疗方法外,中医运用心身医学理论治疗糖尿病的中医特色治疗方法还有推拿^[26]、气功、食物疗法等,配合中医药物的治疗,可以达到辅助治疗的效果。

3 展望

现代医学“生物—心理—社会医学模式”的提出为心身疾病的临床治疗提供了一个新的方向,使人们不再将目光只局限于疾病本身,而是开始将心理因素、社会因素等非生理因素考虑到疾病的发生和治疗过程中。但现阶段对于糖尿病的治疗主要还停留在药物控制阶段,对心身因素的影响考虑得不够充分,各种心身治疗方法在临床尚未得到大范围的

应用。中医具有其自身的特点和优势,对于心身疾病的治疗有独到的见解。今后可在中医心身医学的宝库中寻求更多新的治疗方法并运用于临床,为糖尿病患者制定出适合自己的最佳治疗方案,提高其生存质量,降低疾病的发病率和病死率,造福全人类。

参考文献:

- [1] 翁小容.从中医心身医学思想谈糖尿病从肝论治[J].中医临床研究,2014,6(9):58-59,61.
- [2] 施贝德,胡永年.心身疾病的中医研究进展[J].湖北中医学院学报,2007,9(4):59-60.
- [3] 闫 铺.试论糖尿病与中医心身医学的关系 [J]. 时珍国医国药,2005,16(7):694.
- [4] 冯兴中,卢 苇.糖尿病心身病证辨治初探[J].北京中医药大学学报,2003,26(2):68-70.
- [5] 李海宏,张永平.从中医对心身疾病的药物治疗看中医情志观[J].新疆中医药,2004,22(2):4-5.
- [6] 韩永刚,冯兴中.糖尿病“从气论治,心身并调”的探讨[J].北京中医药大学学报(中医临床版),2007,14(1):38-39.
- [7] 马 鑫.糖尿病的心身并治[J].天津中医,2000,17(6):39.
- [8] 熊抗美,赵志付,王彩凤.中医心身并治法在心身疾病康复中的应用[J].中国临床康复,2005,9(8):184-185.
- [9] 殷志建.中医药在社区糖尿病防治中的应用[J].中国当代医药,2011,18(33):95-96.
- [10] 尹洪娟.试析中医治疗糖尿病的临床疗效[J].临床心身疾病杂志,2015,21(2):302.
- [11] 蒋兆定,李灿华.糖尿病从心论治初探[J].辽宁中医学院学报,2004,6(2):98-98.
- [12] 郭 玮.疏肝解郁法治疗糖尿病[J].吉林中医药,2007,27(12):12.
- [13] 敬珊珊,艾志敏,孙 文,等.糖尿病从肝论治探析[J].国际中医药杂志,2012,34(12):1095-1097.
- [14] 邹如政,周水平,安峻青.糖尿病从肝辨治五法[J].湖北中医杂志,2001,23(10):21-22.
- [15] 于明华.从肾论治糖尿病[J].中国实用医药,2009,4(30):12.
- [16] 梅 妍,范玉强,韩 静,等.236例2型糖尿病心理因素相关的中医证候学临床研究[J].山东医药,2012,52(32):46-47.
- [17] 陶 怡,马 辉.谈谈糖尿病心身疾病[J].新疆中医药,2004,22(5):8-9.
- [18] 焦晓明.从气血津液辨证论治糖尿病 86 例疗效观察[J].新中医,2002,34(10):33-34.
- [19] 连建共,廖辉陵.气血津液辨证论治糖尿病 150 例[J].中国中医药现代远程教育,2010,8(7):168-169.
- [20] 白卫莲,赵莉娟.糖尿病从血瘀论治思路探讨[J].世界中西医结合杂志,2010,5(10):900-902.
- [21] 张 芳.从痰湿论治糖尿病合并高脂血症[J].河北中医,2013,35(10):1488-1489.
- [22] 刘海静,刘自力.针灸疗法治疗心身疾病优势浅析[J].河北中医,2010,32(9):1375-1376.
- [23] 汪卫东,伍 昱,田从豁.针灸医学与心身医学的关系探讨[J].中国医药学报,2001,16(4):17-19,20.
- [24] 张海燕,邹伟魁,李 芳,等.针药结合治疗糖尿病及其并发症研究进展[J].中国实验方剂学杂志,2012,18(4):260-264.
- [25] 陈海交,林亚平,杨建文,等.电针对糖尿病胃轻瘫大鼠胃排空率及胃电图的影响[J].湖南中医药大学学报,2016,36(12):63-67.
- [26] 仝小林,赵 昱,毕桂芝,等.试论中医“治未病”及“络病”理论在糖尿病微血管并发症治疗中的应用[J].中医杂志,2007,48(6):485-486,494.

(本文编辑 匡静之)