



中西醫合治糖尿病 應在疾病早期就開始

譬如貨車，可別等引擎快報廢了才上點潤滑油！

文／中西醫結合科 主任 黃國欽

李先生最近食慾大增，既貪嘴又經常喊餓，吃得雖多卻瘦了一大圈，褲子變得鬆垮垮，還容易口渴、頻尿和覺得疲勞，在馬桶的四周，有時也會發現螞蟻出沒。他曾經買了一些電台推銷的成藥服用，但上述現象沒有改善。家人很擔心，於是陪他到中西醫結合科門診來檢查。

檢查發現，他的血糖382 mg/dL，糖化血色素11.2%，診斷為糖尿病。李先生問：「糖尿病不就是消渴症嗎？那我現在應該怎麼進補？」李太太埋怨他光想著吃，並

說：「糖尿病是要控制飲食的，醫師你說是不是？」李先生的弟弟接受糖尿病治療已有多年，他插嘴說：「我有糖尿病，但什麼症狀都沒有，還變胖呢！糖尿病不是消渴啦！」你一言我一語，診間裡好不熱鬧。

糖尿病是自古就有的文明病

糖尿病是現代的文明病，病人數不斷增加，根據國際糖尿病聯盟估計，到了西元2035年，全世界糖尿病人口將逼近6億。糖尿病又是一個古老的病種，古埃及的出

土文獻中，便有糖尿病的痕跡，中醫文獻也早在2000年前的《黃帝內經》就出現消渴的記載。消渴的口渴、易飢、多尿、消瘦等症狀與糖尿病的「三多一少」（多吃、多喝、多尿、體重減輕）頗為類似。唐代與宋代的中醫典籍，提及消渴病患的小便會是甜的；民國初年的中西醫匯通醫家張錫純在其著作《醫學衷中參西錄》中指出：「消渴，即西醫所謂糖尿病」，因此一般都是接受糖尿病在中醫屬於「消渴」範疇的看法。

中醫消渴方，並不適合所有糖尿病患

由於糖尿病「三多一少」的症狀表現的確與消渴類似，因而消渴在古代成為糖尿病的代名詞是合理的。然而糖尿病並不同於消渴，有不少糖尿病輕微的病患是在健康檢查篩檢時無意中發現的，這些病患很可能還沒有任何消渴的症狀，因此中醫的消渴與西醫的糖尿病，並非完全一致。

當糖尿病患沒有消渴表現時，治療消渴的處方就不見得適合了。從中醫的角度而言，第2型糖尿病前期至初期，病患體型傾向肥胖，容易倦怠，表現的證型是氣虛痰濕。這個情形就像一部引擎馬力不足的貨車，面對逐漸增多的載貨量及日漸泥濘的道路，自是無法順暢行駛。一開始可能是多開幾趟來達成預定的載送量，但車子的性能會越來越差。此時只是氣虛痰濕，尚不屬於消渴的範疇，中醫治療的主要方法為「健脾益氣、理氣化濁」。若以貨車來比喻，可說是從暢通引擎的輸油管路及改善道路品質來提高車子的行車效能。

至於消渴所表現的口渴、多尿等症狀，則是津液不足的問題。這就像是貨車引擎長期過度耗用及潤滑不足導致引擎發熱，中醫此時的主要治療方法是「清熱滋陰」，亦即加強引擎的潤滑與加水降溫，使引擎能夠繼續運轉，與初期治療的著眼點並不相同。

治療糖尿病，中西醫使用的方法大不同

近代西醫治療糖尿病著重在血糖的調節。縱使糖尿病很早便存在，但西醫真正能夠控制血糖的藥物是1921年胰島素發現以後才開始，而直到20世紀中葉，方有各種不同機轉的口服降血糖藥問世。再以貨車引擎為例，各種不同機轉的口服降血糖藥彷彿是從加大油門、加大氣缸、加大活塞壓縮比、加強引擎燃燒效率等各方面來強化引擎馬力，胰島素則是額外加個外部引擎以增加馬力。

比較中西醫治療，西醫針對血糖的治療是改善引擎馬力不足的問題，較為直接，中醫的治療方式就有點拐彎抹角，然而在尚未出現能直接降血糖藥物的19世紀之前，相較於西醫束手無策的無奈，卻也不失為別出心裁的方案。

時至今日，我們雖已有多種降血糖藥物可以使用，但中醫這些別出心裁的治療方案也不是沒有效，很多病患接受了中醫的治療之後，覺得口渴改善了，頻尿改善了，只是在現代研究著重的血糖數值上沒有立竿見影的效果，因而常為大多數人所忽略。

治療要有效，中西醫結合越早開始越好

我們必須承認，直接調降血糖是血糖治療最核心的角色，相較之下，中醫治療屬於

輔助方案，患者在糖尿病早期血糖值尚不甚高或中期已接受降血糖藥良好控制時，協同中醫調理可以有效的替代或輔助，可惜病人在這個時期因為感覺困擾不大，願意接受中醫協同調理的，只有寥寥少數。

大凡我們買了新車，即使性能正常，里程數一到，也會送廠保養，可是對於自己的身體卻往往要等到後期，口服降血糖藥效果不彰，醫師建議要使用胰島素時，才想試試中醫是否有回春妙手，能否救回瀕臨喪失的胰島腺功能。這就好像一部因使用過度，引擎已接近完全損壞的車子，才希望保養廠上上潤滑油之後還能再開個十幾二十萬公里，豈不令人啞然失笑。所以，**中西醫結合治療應始於早期而非晚期**。

調節身體機能，應是找中醫輔助的要點

中醫調理的長處也不是降低血糖數值。中醫善於觀察神色舌脈，乃是從微細的跡象去觀察身體運作的順暢與否。檢驗數據就好像汽車修配廠利用儀器去檢測車子的性能，但除此之外，經驗豐富的老師傅可以聽聽引擎聲、轉轉方向盤、踩踩煞車的鬆緊感，去體會車子是否不順，而不是光看數據上所呈現的馬力有多強，扭力有多大。雖然間或可能因為調節之後使引擎性能大幅提升，正如有些患者結合中醫調理而使血糖大幅改善，但那並不是我們的目的。簡言之，**結合中醫治療的要點是希望身體機能運作得更為順暢**，若純粹只是為了降血糖，西藥還是比較能夠直接見效。

更何況糖尿病患併發中風、冠心病、周邊動脈阻塞等心血管疾病的風險較高，這就好像是如果道路崎嶇難行，車子的性能再好，也難免發生突然翻車或中途遇到落石倒樹等意外。如何把行車道路整修妥當，是另一個重要的治療議題，也是中西醫結合的要點。

防病於未然，部分中藥有益於及早養生

目前西醫所採用的治療方式，例如使用降血壓、降血脂、抗血小板凝集等藥物，以心導管打通血管、放置支架，或血管繞道手術等，療效雖然顯著，但治療方法本身也存在風險性、副作用等問題，需要篩選適當的病人來使用。

中醫部分藥物也有降血脂、抗血小板凝集的功效，且因中藥來自天然，部分藥物可從養生的立場作為健康食品提供病患及早使用。此外，西醫目前已知的機轉也只能除去部分障礙，關於這一部分，博大的中醫藥寶庫或許還能提供額外的助力，是未來進一步研究的要點。🌿

