

針灸防治糖尿病及併發症

陳先生，四十歲。主訴：視力差及腳腫，檢查後才知道患嚴重糖尿病，並引致視網膜病變，腎臟出現嚴重併發症。有見他視力減退（做過幾次激光手術）及腫得像冬瓜的雙腿，每星期洗腎兩次：「我好心痛，決定要寫這篇文章。」

糖尿病初期至併發症，需時十五年左右，如果陳先生及早發現治療，節制飲食，控制血糖，併發症完全可以預防。糖尿病最可怕是併發症：微血管病變及大血管病變。如眼底血管瘤、出血、白內障、視網膜病變、肺結核、皮膚搔癢、腎臟病變、糖尿病足等等，甚至血壓及血脂也與糖尿病有關。

糖尿病，中醫稱為「消渴症」。中醫《素問·奇病論篇》等古著說：「此病美之所致也，此人必數食甘美而多肥也，肥者令人內熱，甘者令人甘滿，故其氣上溢，轉為消渴。」又「消渴者：久不治，則經絡壅滯，留於肌肉，變為癰疽。」「心境愁鬱，內火自然，乃消症大病。」等論述。歸納病因機多因體質陰虛、遺熱燥、胃熱、腎虛為主症。多因飲食不節，過量飲食肥膩食物，脾胃運化失調，積熱內蘊，熱燥傷津等。同時影響到肝，「肝主情志」，情志抑鬱也可引致糖尿病。現代人工作壓力大，精神緊張，肝氣鬱結，鬱火傷津，導致臟燥而肝渴。

糖尿病患者越來越年輕化，香港人的生活方式大多是：早餐及午餐食

得簡單，晚餐食得豐富，晚上九點之後火窩有特價，肥牛肉、海鮮如：啤酒、汽水任吃、任飲，更是其門如市，座無虛席，但這正是隱藏着引發疾病的危機。

中醫的健康之道是：早上吃得飽，中午吃得好，晚上吃得少。

糖尿病和肥胖決有關，我的糖尿病患者及有親屬潛伏在基因中多是肥胖者，有些肥胖女孩，下巴及脖子皮膚會偏黑，有些月經不調，血糖高，如能減肥，減體重，節制食慾，血糖會正常。

中醫對消渴症雖有上、中、下三消之分，但症狀常有互生。《醫學心悟·三消》篇說：「治上消者宜潤其肺，兼清治其胃」；「治中消者宜消其胃，兼滋其腎」；「治下消者宜滋其腎，兼補其肺」。說明中醫治療糖尿病是辨症施治，給予整體調理，根據不同病因、體質取穴。

張小姐，四十歲。一九九六年來診時體型肥胖。當時她已由糖尿病併發上肺結核及眼底病變，白內障等，已做過十四次激光手術，身體虛弱，眼睛痛及視物不清，非常辛苦，煩躁，在不相信中醫針灸的情況下只好聽其姊（也是我的病人）來接受針灸治療。第二天，她來覆診，說針灸後已舒服些……。

張小姐接受針灸後，症狀逐步改善，有天她因腳生一粒疣，足部治療師幫她治療，後來她告訴我，她腳

痛，我預感不妙，叫她馬上到醫院檢查，她說沒事，是自己九三年腳外傷引起的舊患……。自行找鐵打醫師敷藥，三日後腳發臭，細菌感染，要住院。醫生說要切除感染的腳趾，不久，她又來電說腳趾不用切了，已長出新肉，她當時聽到教授對實習醫生說：「很少像她這樣的糖尿病腳感染不用切除。」張小姐心裏知道，是因為這幾年的針灸令腳血液循環好，才能生展新肉，不用切除腳趾。：。至今她還每星期來針灸，也沒有做過激光手術，肺結核病也早已痊癒。

糖尿病絕對和肥胖有關，預防糖須從小開始控制體重，多吃五穀雜糧，五色豆及蔬菜，水果，不能喝太多汽水。得糖尿病後一定要節制飲食及控制血糖，預防併發症。中醫認為糖尿病與肺燥、胃熱、腎虛及肝鬱有關，針灸之所以能防治糖尿病及併發症，是根據各人不同體質辨證取穴，如治眼病局部的穴有：太陽、攢竹、絲竹空及在手腳的養老穴、光明穴等。體穴的整體調理：有脾俞、肺俞、脾俞、腎俞、養老穴、足三里、太溪等益血生津，疏肝解鬱明目，滋補腎陽等。

余德賢

以上資料由雅賢針灸院
余德賢中醫師提供。

如要查詢可致電 2391 8447 或
瀏覽網頁 www.nyabchk.com。