

糖尿病

糖尿病是一種既常見又嚴重的內分泌疾病，且不管男女老少，任何年齡均可能患上，而女性由於生理結構的特點，在臨床上，患病率大大高於男性，因此，若發現自己出現口乾、口渴、飲水量多、無明顯誘因的情況下體重緩慢地減輕，且經常覺得疲乏、飢餓、出汗、乏力、心悸、顫抖、低血糖等症狀，這是身體向你發出的警號，提示可能已患上糖尿病，應及早就醫，以免加重病情。

Eily 問：「譚博士，我半年前被診斷患有糖尿病，於是開始服用降糖藥和胰島素，情況有所好轉，但我還是想用傳統中醫方法去固本培元，希望中西結合一起治療我的病情。請問在中醫角度，糖尿病是怎麼回事？」

經詳細診斷後，我答：「糖尿病屬於中醫的消渴病範疇，主要是由於先天父母遺傳不足，再加上後天情緒失調、飲食習慣差等原因導致身體陰虛燥熱，出現多尿、多飲、多食、乏力、消瘦，或尿有甜味為典型臨床表現的一種疾病。消渴病主要與肺、脾、腎三臟有關，其中以腎為關鍵。」

強化腎機能

- 1.肺主氣，主散布津液。肺受燥熱所傷，則津液不能散布，於是口渴多飲，若直趨下行，隨小便排出體外，則小便頻數量多。
- 2.胃主腐熟水穀（食物），脾主運化，為胃提供津液。若脾胃受燥熱所傷，胃火過盛，脾陰不足，則口渴多飲，食慾旺盛飢餓；脾氣虛不能轉輸水穀精微（營養物質），則水穀精微下流注入小便，故小便味甜；水穀精微（營養物質）不能濡養肌肉，故形體日漸消瘦。
- 3.腎陰虧虛，津液不足，則虛火內生，上達心肺則口渴多飲水，中焦火灼脾胃則胃熱炙盛，腎失去濡養，固攝功能下降，則水穀精微直趨下泄，隨小便而排出體外，故尿多味甜。

Eily 問：「我平時也容易腰痠腳軟，走不了多久路就覺得乏力，偶爾也頭暈耳鳴，口乾唇燥，這又是為什麼？」

我答：「你屬於腎陰虧虛症，中醫理論認為，腎主骨，腎藏精，精生骨髓，骨髓充實，骨骼強壯，運動捷健。腎的精氣盛衰，直接影響骨骼的生長、結構、營養和功能，因此腎陰不足，無法營養骨髓，便出現腰痠腳軟、乏力的症狀，而陰虛則會生內熱，則口乾唇燥。」

Eily 續問：「原來這就是腎陰虛，請問有什麼方法可以幫助我的病情？」

我答：「你可以嘗試以下方法。」

隔一天針灸

針刺：太溪、復溜、三陰交、腎腧和氣海等穴，佐以艾灸，隔日一次，7次為一療程，可滋陰補腎，養陰潤燥。

頻率電磁療：在腎臟對應皮膚表面的腎腧穴使用頻率電磁療，利用生物醫療頻率幫助經絡疏通，營養帶動，強化臟腑與穴位功能，從而有助提升腎功能，除可補充腎陰，還可調理五臟六腑，增強體質和抵抗力，從而將糖尿病改善過來。