

# 治疗老年 2 型糖尿病的中药方剂——健脾滋阴消渴方

▲ 北京中医药大学东方学院枣庄医院 廉士亮

## 老年气阴两虚证 2 型糖尿病

2 型糖尿病属于临床常见内分泌系统疾病。是胰岛素分泌不足或胰岛素抵抗致血糖水平升高，以多尿、多饮、多食、消瘦及体重减轻为主要特征，多发于成年人，由遗传、环境因素（生活方式、营养过剩、体力活动不足）等共同导致。但该病在发病早期往往症状较为轻微，随病情发展，高血糖症状将更明显，多数患者直到出现并发症或在常规体检中才被发现。当前西医治疗 2 型糖尿病主要以双胍类药物为主，旨在改善患者的胰岛素抵抗情况，改善血糖水平。但单一应用西药的方式进行治疗仍难以满足患者的治疗需求，且长期用药不可避免存在一定的不良反应，影响服药依从性，不利于获得理想的血糖控制效果。

中医认为，2 型糖尿病属于“消渴”症，是一种气血津液紊乱的病症，以气阴两虚证较为常见。中医认为该病主要病位在脾，病因多为先天禀赋不足，后因饮食不节、体型肥胖等导致脾运化功能失常；其主要病机为阴虚燥热，阴虚、燥热互为影响。阴虚生内热，热邪可损伤津液而导致燥热内生，燥热病邪损伤阴液，加重阴虚。故而临床应以健脾清热、滋阴补血为治则，兼顾患者气阴两虚的疾病特点。

## 健脾滋阴消渴方

健脾滋阴消渴方，方剂组成麸炒山药 30 g、黄芪、茯苓各 20 g，生地黄、麦冬、麸炒白术、丹参各 15 g，玉竹 10 g，甘草 5 g。由院内中药房统一煎煮，1 剂 / 日，2 次 / d，口服。

健脾滋阴消渴方由麸炒山药、黄芪、茯苓

等多味中成药制成，具有益气养阴之效，适用于血糖升高的糖尿病以及胰岛素功能减退而引起的物质代谢紊乱。方中黄芪为君药，可补益脾肺、固表；麸炒山药入脾肾两经，具有补益脾肾、止泻功效，与黄芪合用增强补益之力；茯苓渗湿健脾、安神消肿，与麸炒白术、黄芪合用，可增强健脾功效；麦冬、玉竹、生地黄养阴清热，入肺肾胃三经，使阴液化生充足，生地黄还有凉血散瘀，清解血分热邪；丹参活血化瘀、凉血散瘀，与生地黄合用可增强凉血、散瘀之效；甘草调和药性。全方共奏益气养阴、化瘀通络之效，从而有效改善患者气阴两虚的症状，降低患者的血糖水平。

现代药理学研究显示，健脾滋阴消渴方中麸炒山药中的中的多糖类物质能够延缓小肠对葡萄糖的吸收速度，进而起到降血糖作用，应用于

糖尿病患者中，适量摄入麸炒山药有助于控制餐后血糖水平；生地黄中的梓醇等生物碱类成分能改善胰岛细胞功能，提高机体对葡萄糖的利用效率，进而降低血糖水平。黄芪中含有多糖的成分，进入体内可以起到双向调节血糖作用，还可通过促进胰岛素的分泌，增强胰岛素的敏感性，抑制胰高血糖素的分泌，降低血糖水平。麦冬中含有大量的生物碱、甾体皂苷等成分，具有降血糖的作用。麸炒白术中含有有效成分在被人吸收后，可加快人体内葡萄糖的氧化和利用，防止糖类物质在身体内堆积，使血糖指数保持正常状态。玉竹中含有玉竹多糖，适当服用能促进胰岛素分泌，起到一定降低血糖效果。将健脾滋阴消渴方应用于老年气阴两虚证 2 型糖尿病，能够获得较好的降血糖效果，获得理想的血糖控制效果，利于疾病预后。

## 月经不调有哪些危害？

▲ 深圳市龙岗区第五人民医院 吴军英

月经不调是影响女性身心健康的常见疾病，很多女性不以为意，认为月经月月都来，偶尔不来一次或是情况异常，并不会造成较大危害。但是，真的是如此吗？答案是否定的，很多妇科疾病的前兆就是月经不调。所以，我们必须提高重视。

## 月经不调的信号

**月经提前：**正常情况下，女性正常月经周期是一月 1 次，这也是月经被称作月经的原因。但很多女性在发生月经不调后，月经周期发生变化，不到一个月来 1 次月经，有时一个月来 2 次月经。若只是偶尔发生 1 次，下一个月经周期恢复正常，基本不会对人体造成影响。但这一现象持续发生，则代表发生月经不调，需要高度重视，尽量早点去医院就诊，及时配合临床治疗。

**月经推迟** 部分女性发生月经不调后，症状并非月经提前，而是月经推迟。也就是距离上一次月经结束已经达到一个月，但是依然没有来月经，部分女性甚至一年来两三次月经。很多女性在月经推迟后，尤其是性生活正常且没有防护的情况下，第一反应是担心怀孕，继而产生心理压力。若只是偶尔月经推迟，则无需担心。若经常发生月经推迟，则需及时看诊。

**月经量过大：**部分女性出现月经量过大问题，主要体现为月经每一天的量都和第一天或第二天一样多。在月经周期正常、标准的情况下，月经量过大会导致人体营养物质排出过多，甚至摄入的营养无法满足月经排出所消耗的营养，最终诱发贫血、营养不良等问题。很多女性发生月经不调后，主要症状就是月经量过多，需尽早诊断、尽早调理。

**月经颜色异常：**部分女性的症状以月经血颜色异常为主，颜色太浅或颜色太深。正常情况下，女性的月经血颜色以鲜红为主，偶尔存在一点暗色，血液中多伴有脱落子宫内膜碎片及其他组织。若颜色非常浅，甚至是透明，或是颜色发黑发紫，则代表月经异常。若月经血中携带大量凝血块，也代表月经不正常，需尽早看诊，及时治疗。

## 月经不调的危害

**诱发妇科炎症：**发生月经不调或长期月

经不调，均会导致身体出现炎症，诱发相关性疾病，比如月经性关节炎以及宫颈炎等。长期受炎症影响，会对女性身体健康造成较大影响，甚至诱发相关威胁，严重影响女性的正常生活。所以，千万不要小看月经不调。

**诱发头痛症状：**很多女性都有头痛这一症状，这和女性自身生理特点相关。诱发女性头痛的原因多种多样，其中和月经相关的头痛女性在所有头痛女性中占五分之一。

**诱发不孕不育：**受多种因素影响，我国女性发生不孕不育的概率日益升高。导致女性不孕不育的原因比较多，其中女性月经不调是主要诱发原因之一。若女性月经不调可诱发月经量过多、月经持续时间过长、月经量过少、月经期过短、月经周期延长、月经频繁等症状，这些症状均可诱发不规则子宫出血，最终导致不孕不育，严重影响女性家庭幸福与家庭和谐。

**影响女性美丽：**长期受月经不调影响，会对女性气色造成较大影响，诱发暗疮及色斑等多种影响美观的症状，这些症状短时间内难以消除，所以影响时间较长。月经不调的诱发原因多种多样，部分女性因身体内激素分泌导致月经不调。长期受激素影响，会导致长期月经不调，继而导致女性出现面色苍白、脸上长斑、脸上长暗疮等多种问题。若不能立刻处理月经不调问题，女性面部问题会持续加重，最终对女性面容美观度造成直接影响，加重女性的身心压力，最终对生理健康造成严重影响。

积极了解月经不调的各个信号及征兆，尽早识别月经不调，尽早进行治疗，可降低月经不调对人体造成的损伤。



## 揭秘输卵管 带你了解生育之路的关键一环

▲ 广州医科大学附属妇女儿童医疗中心 张伟娟

生育,对于一些人来说很容易,经常“中招”，不得不选择人流;对于另一些人来说，却那么难，每个月都怀着期待中奖的心情将验孕棒插入尿中，却总是看到可怜的一道杠，心想：传说中的“两条杠”什么时候才能出现啊？到底是什么原因导致没“好孕”呢？造成不孕不育的因素有很多，输卵管的因素更是其中比较重要的因素。今天,我们将通过造影超声技术,揭秘输卵管,带你了解生育之路的关键一环！

## 输卵管的结构与功能

输卵管由外层肌肉和内层黏膜组成，具有丰富的血管和神经分布。输卵管是一对细长而弯曲的管道，位于子宫的两侧，全长约 8~14 厘米。它的内壁具有丰富的纤毛细胞，能够推动卵子向子宫方向移动。在生育过程中，输卵管起着至关重要的作用。首先，输卵管负责接收从卵巢释放出的卵子，并将其输送到子宫。其次，输卵管内壁分泌的液体有助于卵子的运输和受精。最后，输卵管还能通过蠕动作用，协助受精卵进入子宫腔，实现着床和妊娠。此外，输卵管还具有分泌液体、调节内分泌等功能，为受精和早期胚胎发育提供必要的环境。

## 输卵管异常与生育问题的关联

常见的输卵管异常包括输卵管堵塞、输卵管粘连、输卵管积水等，这些异常会严重影响卵子的输送和受精过程，导致不孕或反复流产。普通超声检查仅能发现部分明显的输卵管异常，例如输卵管积水，积水很明确了，普通超声才能发现。输卵管造影检查却能够及时发现输卵管堵塞，粘连等异常，让临床及时治疗，维护女性生育健康。因此，对于不孕症患者来说，进行造影超声检查是生育路上的一项必不可少的医学检查。

## 造影超声：揭秘输卵管的新工具

造影超声是一种先进的医学影像技术，无创、无痛、安全、准确、简便，通过向输卵管内注入造影剂，再利用超声波进行检查，可以清晰地观察到输卵管的形态、走行及通畅情况。该技术具有高度的准确

性和敏感性，对于输卵管疾病的诊断具有重要意义，已成为现代妇科领域重要的诊断手段。

**造影剂的选择与注射** 造影剂的选择对于造影超声技术的成功应用至关重要。目前，临床上常用的造影剂主要包括生理盐水、造影剂溶液和气体等。在选择造影剂时，医生会综合考虑患者的体质、过敏史、输卵管情况等因素，以确保检查的顺利进行。造影剂一般选用生理盐水或造影剂溶液，通过宫颈口注入输卵管内。注射过程中，医生会密切观察患者的反应，确保安全。

**超声检查与观察** 在进行造影超声检查时，我们需保持平静，避免过度紧张导致肌肉收缩影响检查结果。在造影剂注入后，医生会使用超声检查设备对输卵管进行检查。通过观察造影剂在输卵管内的流动情况，可以判断输卵管的通畅度、有无粘连、积水等问题。

## 输卵管疾病的预防与治疗

在预防输卵管健康方面，首先需要保持良好的生活习惯和饮食习惯，注意经期卫生和同房卫生，避免盆腔感染。避免过度劳累、压力过大等不良生活习惯，有助于维护女性生殖系统的健康。同时，均衡饮食、补充足够的水分和营养，增强免疫力，减少盆腔感染风险，也有助于增强输卵管的功能。此外，定期进行妇科检查，特别是育龄女性，应关注输卵管健康。通过造影超声等检查手段，及时发现并处理输卵管异常，对于预防不孕症和提高生育率具有重要意义。在治疗方面，医生会根据造影超声的检查结果，针对不同的输卵管问题制定个性化的治疗方案。对于输卵管阻塞，可采用腹腔镜手术或宫腔镜手术进行疏通；对于输卵管积水，可进行抗感染治疗或穿刺引流；对于发育异常，需根据具体情况制定治疗方案，而我们需要做的就是严格遵守医生的治疗计划。

综上所述，输卵管作为生育之路的关键一环，其结构和功能的正常与否直接关系到女性的生育健康。通过造影超声技术，我们可以更加清晰地了解输卵管的结构和通畅情况，为女性生育健康的维护提供有力支持。希望本文能为您提供有关输卵管的知识，帮助您更好地关爱自己的生育健康。