

淺談糖尿病

糖尿病是一種慢性新陳代謝疾病，因胰島素分泌絕對或相對不足，或細胞變體對胰島素敏感性降低，引起糖、脂肪、蛋白水與電解質等一系列代謝紊亂，臨床上以高血糖為主要標識。糖與胰島素應相結合而得以進入細胞中代謝成為能量，當 Insulin 缺乏，糖分不能代謝利用，日積月累就會有慢性併發症的發生。如糖尿性的腎臟病、白內障、青光眼、視網膜病變，又如神經病變的肢端感覺異常、手套狀的麻木、刺痛、灼熱等等。所以血糖的降低與控制是極為重要的。

● 糖尿病的種類

糖尿病分為胰島素依賴型（IDDM I 型）及非胰島素依賴型（NIDDM II 型）兩種。

（一）依賴型：一般多發生在青幼年，起病急，多食、多尿、多飲，體重減輕等症狀明顯，發病原因機理未能確立，研究發現與人類第六對染色體短臂上的 HLA-D 基因易感性的遺傳有關。所以一經病毒、化學毒物或其他不明因素的刺激引起反應，直接或間接通過自身免疫反應，BETA-細胞被破壞，胰島素分泌不足，因而必須有胰島素的直接供應治療。

（二）非依賴型：可發生於任何年齡，但多見於四十歲以後，起病緩慢，病情相對較輕。發病原因有外來環境及遺傳（遺傳性很強），但其遺傳並不是自身免疫反應的 β -細胞被破壞，而是與受體基因、葡萄糖激酶基因、胰島素基因及粒線體基因的病變有關。另後天的飲食、生活習慣引起的肥胖或妊娠，亦是極為重要的誘因。此款型一般不需胰島素的直接治療。

這種慢性消耗疾病，目前中西醫尚無根治的方法。雙方皆採用藥物、飲食與運動的配合治療，良好的配合才能長期穩定的控制血糖，也才能有效的避免或延緩各種急慢性的併發症。

● 糖尿病的治療

西醫藥方面可分為：（一）直接胰島素的治療，（二）刺激 Beta-Cell 分泌胰島素的藥物，如 Chlorpropamide, Glibenclamide，（三）減少澱粉蛋白分解糖化，抑制糖的新生、增加組織對葡萄糖的利用等藥物，如 Phenformin, Metformin, Bufomin 等。

中醫方面：中醫首重辨症而論治，依病因、病機的不同，約可分為氣虛、陰虛、氣陰兩虛、氣血兩虛、痰濕、血瘀或兼證夾雜，給予不同的方藥，如甘露飲、竹葉石膏湯、大柴胡湯、玉泉丸、玉女煎、六味地黃、消渴方等等（當然要有醫師的診斷，不可自行購藥服用，延誤病情）。

中草藥方輔助方面：地骨皮、知母、玉竹、五味子、西洋參、枸杞子、二冬、二地、黃耆、

山藥、天花粉、葫蘆巴、苦瓜等。

另，新近常用效果不錯的，尚有維他命、鋅、硒、鉻、胺基酸、印度草藥、抗氧化劑等。

食療方面：冬瓜皮、西瓜皮、南瓜、苦瓜、Noni、海帶、海藻、甲魚等，若用法得當，亦有很好的幫助。

自然界給了人類這麼多寶貴的動植物與礦物，歷經千百年民間及醫家的體驗整理，現代科學的化驗分析，已逐漸揭開神祕大自然的一角，確定其成份，了解其作用，如早期民間用在治療糖尿病，卻知其然不知其所以然的「苦瓜」，現已分析出含有三種有效成份：Vicine, Charantin, Polypeptide P。Charantin 苦瓜素可活化胰臟 β -細胞，增強對糖的利用與吸收，Polypeptide P 有類似胰島素的分子結構，所以能有效降低糖。

原本中醫用在溫腎、祛寒、止痛入肝腎經的「葫蘆巴」，經分析含有葫蘆巴鹼、番木瓜鹼、膽鹼、皂甘等在多項人體試驗中發現有極為優秀的降糖作用。

善用這些自然資源，尋出各種優良配方來幫助改善各種病痛疾苦，把藥物的副作用降到最低，應是草藥專家、醫師、植物學家、化學家、藥劑師努力的目標方向。

●專家的建議

有家族糖尿病遺傳傾向者和過度肥胖者，尤其年過四十歲者，應該：

- (一) 尋求醫師做一正確的檢查、診斷與治療。
- (二) 應遵醫囑注意飲食。
- (三) 適當運動。
- (四) 最好能每天有血壓、血糖的自我監測。
- (五) 定期做膽固醇、三酸甘油脂、肝、腎功能檢查。
- (六) 培養嗜好，放鬆情緒（至為重要）。

若能早期預防，早期治療，糖尿病可以得到很好的控制，避免各種併發症的發生，您也能如常人一般，快樂生活無憂。

本文由美加健公司公司提供，美加健公司為美國衛生部登記核准之生產工廠，有先進的實驗室與高科技的各種化驗設備，除代為美國各大主流市場客戶生產加工外，並由公司數位博士，藥劑師共同研發多項獨家優秀功能性配方，多項有關健康資訊備索，讀者若有有關健康的問題，歡迎去電(626)279-5789 或函至 2602 Loma Ave., S. El Monte, CA 91733 洽詢。