

Application and Research of “Temperature School, Big Circulation and Old Prescription” in the Conditioning of Diabetes

Xianhua Liu¹ Da Peng² Xianhua Xiao³ Xin Ding⁴ Qian Li⁵

1. Temperature School Traditional Chinese Medicine Hospital (Jiangsu) Co., Ltd., Nanjing, Jiangsu, 210000, China
2. Hunan Sanyi Health Management Co., Ltd., Changsha, Hunan, 410000, China
3. Hunan Temperature School Traditional Chinese Medicine Outpatient Co., Ltd., Changsha, Hunan, 410000, China
4. Hunan Feikuaihuo Traditional Chinese Medicine Co., Ltd., Changsha, Hunan, 410000, China
5. Hunan Kangqian Traditional Chinese Medicine Co., Ltd., Changsha, Hunan, 410000, China

Abstract

Diabetes is a disease caused by “more than three and less” symptoms due to bad living habits. Poor lifestyle habits can lead to qi stagnation, accumulation of dampness and turbidity, as well as loss of circulation of the three jiao, ultimately resulting in prolonged phlegm production in patients. The accumulation of sugar in the blood is increasing and cannot be absorbed by the five organs and six organs. Over time, sugar accumulates in the lower limbs, affecting the ability to return blood to the veins and resulting in symptoms of “three more and one less”. In this article, the temperature school of traditional Chinese medicine analyzes the blockage of cold and dampness in the body through the analysis of the surface temperature of the five organs and limbs, and uses the Big Circulation·Old Prescription Regulating Method, Pingzhen Guiding Technique, and the Five Elements and Eight Trigrams Diagram Arrangement Regulating Method to regulate thirst. Solve the problems of cold and dampness blockage, disharmony in ascending and descending, poor qi and blood circulation, and disharmony in the organs, meridians, and qi mechanisms in cancer patients, improve the internal environment of the patient's body, and enhance their own immunity.

Keywords

temperature school; traditional Chinese medicine; diabetes; large circulation; cancer treatment without chemotherapy

“温度学派·大循环与老药方”在糖尿病调理中的应用与研究

刘贤华¹ 彭达² 肖鲜华³ 丁昕⁴ 黎倩⁵

1. 温度学派中医院（江苏）有限公司，中国·江苏南京 210000
2. 湖南三医健康管理有限公司，中国·湖南长沙 410000
3. 湖南温度学派中医门诊有限公司，中国·湖南长沙 410000
4. 湖南肺快活中医有限公司，中国·湖南长沙 410000
5. 湖南康倩中医有限公司，中国·湖南长沙 410000

摘要

糖尿病是由于不良生活习惯引起“三多一少”症状的一种疾病。因为不良的生活习惯会导致气郁、湿浊聚积以及三焦运化失司，最终患者日久生痰。血液中的糖分积累越来越多且无法被五脏六腑吸收，日久后糖分堆积在下肢，影响到静脉回血能力，出现“三多一少”症状。论文中温度学派中医通过五脏四肢体表温度分析法对身体淤堵寒湿情况进行分析，并运用大循环·老药方调理法、平针导引术、五行八卦图形布阵调理法调理消渴。解决癌患者身体寒湿淤堵、升降不和、气血不畅、脏腑经络气机不和等问题，改善患者身体的内环境，提升患者自身的免疫力。

关键词

温度学派；中医；糖尿病；大循环；不化疗治癌症

1 引言

国际糖尿病联合会流行病学报告称，糖尿病患者人数呈现逐年上升趋势，预计到 2045 年将有 7 亿人患病。中国

是世界糖尿病病人最多的国家。由于该疾病的高患病率以及相关的残疾和死亡率，该疾病已成为世界范围内至关重要的健康问题。与中高收入国家相比，低收入和中等收入国家的糖尿病成年人患病率和数量增加的幅度更大，患病率的上升加剧了人口的增长和老龄化。且大部分患者目前的调理效果普遍偏差，整体的疾病负担比较大。温度学派中医，经过

【作者简介】刘贤华（1980-），男，中国江苏南京人，博士，从事中医学研究。

12年的临床实践，运用大循环与老药方的方式对糖尿病患者进行调理，取得了实质性的成果。

2 糖尿病的理解

2.1 糖尿病在西医中的理解

糖尿病是一种以高血糖为特征的代谢性疾病。高血糖是由于胰岛素分泌缺陷或其生物作用受损，或两者兼有引起。长期存在的高血糖，导致各种组织，特别是眼、肾、心脏、血管、神经的慢性损害、功能障碍。从西医的角度来说，它根据指标把糖尿病分为1型和2型。到了2型就确定它是糖尿病了。西医就是通过打胰岛素来降低血糖。

主要表现为多饮、多尿、多食和消瘦，严重高血糖时出现典型的“三多一少”症状，多见于1型糖尿病。发生酮症或酮症酸中毒时“三多一少”症状更为明显。还可见疲乏无力，肥胖等症状，多见于2型糖尿病。2型糖尿病发病前常有肥胖，若得不到及时诊断，体重会逐渐下降。

2.2 糖尿病在中医中的理解

糖尿病在中医属“消渴”的范畴。在《黄帝内经》中认为与饮食有关。《素问·奇病论》曰：此肥美之所发也，此人必数食甘美而多肥也，肥者令人内热，甘者令人中满，故其气上溢，转为消渴。病因多为情志失调，受到长期过度的精神刺激，如郁怒伤肝，肝气郁结，或劳心竭虑，加上饮食肥甘厚腻，先天禀赋不足，易患糖尿病。

消渴症，顾名思义，也就是口渴，是以阴虚为主。上消渴是肺阴不足，中消渴是胃阴不足，下消渴是肾阴不足。

2.3 糖尿病在温度学派中医中的理解

温度学派中医认为，晚餐以后不要进食，进食后立刻睡眠，肠胃的消化速度就降下来，食物就会堵在肠胃里面，日久就是中消，这样的生活习惯形成糖尿病。

糖尿病典型症状就是“多饮、多尿、多食以及体重减少”。为什么口渴呢？因为身体缺乏水分，但有饮用的水又不能全部进入血液，没有办法补足血循环所需正常的含水量，需要食物里面的水同补，才可以补足血液所需水分。药食同补是温度学派治糖尿病的基础原理。

3 糖尿病症状以及导致的并发症

糖尿病带给我们的并不只是一个血糖指数高低的问题，除了“三多一少”、容易疲惫、肥胖等症状以外，还有一个接一个可怕并发症的出现，对健康的掠夺，对生命的啃噬，糖尿病有哪些可怕的慢性并发症呢？

3.1 视网膜病变

眼底微小血管病变可导致微血管瘤、棉絮状白斑、出血、硬性渗出、新生血管、纤维化、视网膜脱离等，使视力发生障碍，最终导致失明。失明患者中有30%是由于糖尿病眼底病变引起的。

3.2 糖尿病肾病

肾脏微血管病变会导致蛋白尿、肾功能损伤，可让糖

尿病患者因尿毒症而死亡。尿毒症患者中40%是由于糖尿病肾病引起的。

3.3 糖尿病足

糖尿病足表现为足部疼痛、皮肤深溃疡、肢端坏疽，严重者需要截肢，截肢率高达40%。

3.4 神经病变

糖尿病性神经系统病变，主要表现为手套、袜套样的四肢末端感觉异常，患者感觉痛苦万分。如果对糖尿病病情不加以控制，那么这将会是所有糖尿病患者的必经之路：最终走向残疾甚至死亡。因此，糖尿病是现代疾病中的第二杀手，对人体危害仅次于癌症。

4 糖尿病的治疗方法

4.1 经络疏通法和穴位疗法

治疗糖尿病，首先要解决回血问题。当心脏泵血出来之后下肢靠小肠把整个血液在身体进行循环。当血液和二氧化碳相结合的时候就进入了静脉回血。30%进入腹腔，30%进入肾，30%进入肝，10%进入头，也就是大脑回心血。

当回血问题出现问题，那么腹腔的压力会跟不上，静脉回血也会跟不上。静脉回血要靠小腿的比目鱼肌和腓肠肌带动。比目鱼肌和腓肠肌弹性的大小决定着静脉回血的血管弹性的强和弱。

想要解决回血问题，就可以用经络疏通法和穴位疗法。我们腿上有三条阴经（足厥阴肝经，足少阴肾经，足太阴脾经）和几处穴位（太冲穴、行间穴、涌泉穴、太溪穴、照海）特别重要。

足太阴脾经有一个阴陵泉，作用是消肿利湿，每次疏通两个小时左右，一条腿一个小时，坚持一个月，会有明显奇效。另外再涌泉和太冲对掐，太冲和照海轻轻点揉，手在小腿上来回疏通，也可以起到明显的作用。

4.2 从病机入手去调理糖尿病

糖尿病发病机制：其一，进入得太多；其二，排出的太少。

糖尿病的诊断标准之一，就是尿糖值高，从小便排出的糖太多。所以也不是排泄的问题，那究竟是什么问题呢？血糖太高，顾名思义，就是血液中的含糖量太高。血液其实就是一个运输载体，只负责运糖，而不使用糖，苗头就出来了。血管相当于自来水管，血液就相当于自来水。而我们身体的各个器官就像我们的每家每户，每天都在自来水管中获取（吸收）自来水，发挥各种功能。糖都停留在血液中，意味着各个器官都无法（或说只能少量），从血液中吸取到糖分。

原来是“吸收”的问题，这个“吸收”有个机关，就像水龙头。把“水龙头”修理好了，水自然就能喝到了。血糖又怎么能高得起来呢？

糖尿病患者其实是缺糖的。现代医学是怎么对待“缺

糖”的病人的：

①低糖饮食。

②降糖。用降糖药物把血管内的糖以“燃烧”的方式，是排除而不是促进吸收。导致血糖高居不下的原因不去处理，却让病人终其一生把吃进血管里的糖再弄出来，就像一个小朋友玩水，不停地把手舀进水缸里，再从水缸里舀出来一样。只不过，大人的游戏成本太昂贵。医师告诉你血糖过高，要你立刻开始服用降血糖的药物，然后又告诉你不控制血糖的话，容易导致心脏病，严重时还会得青光眼。

中医认为治糖尿病就必须先加强肾脏功能，高血糖必须先击溃肾脏之后，才会对心脏造成威胁，而所有的西药都伤害肾脏，因此服用降血糖的药越多就越容易得到心脏病。

中医对于糖尿病的治疗，其实很简单，只需要健脾胃助吸收，就可以了。

糖尿病患者只要早睡觉养血加水，糖尿病就会好了，根本不需要降糖。缺水的最直接表现就是“口渴”。到后期不渴了，是因为你的热量也不够了，高水平的不平衡，变成低水平平衡，人越来越虚，越来越容易疲劳了，肥胖了。前面只是缺水，现在连火（提供身体生长发育的热能）都不够了，再降下去，热能就会完全消耗。

食欲越来越好，脾（胰岛）的功能越来越强大，分解稀释能力越来越好，一边是嗷嗷待哺的五脏六腑，一边是富于糖分的血，两边一交接，这些问题就都可以迎刃而解。

糖尿病相当于中医的脾胃病，自古就没有脾胃病是绝症不可根治的说法。

4.3 通过补充身体的水来治疗糖尿病

为什么西医无法治愈糖尿病呢？就是因为西医都会把水分解出来，如果不断地用药物去控制、压制血糖，控制血糖会把血里面的水耗损得更多。导致血液中含糖量会越来越浓，非常容易引发心脏病。

中医治疗糖尿病的方法，讲究的是把水补足以后，让身体循环回来，病人多运动，把生活习惯改变过来，慢慢进行综合调理，就会完全恢复到正常。

怎么把血管里面的水加足呢？

①药物。如果你光是喝水，这个水不会进入血管里面，一定要吃食物，中药本身就是一种食物。比如有很多止渴的药，天花粉、西洋参、生地等等。

②用大剂的石膏，用白虎汤，比如说我们石膏用到三两四两以上，来止病人的渴。因为用了“白虎”，而“白虎”是寒凉的药，这个石膏是寒凉的。下去到胃里，不断地吸收，你不断地一直在吸收，胃的消化太快了，所以你吃热饭吃不饱。一直要吃，一直要吃，那寒凉的石膏一下去，瞬间胃温度下降，蠕动就下降了，吸收就下降了。

③白面白饭补充津液，我们通过补津液的这种方法去调理的时候，白面白面还是照吃。然后多运动，日久以后血糖就会恢复到正常。

④多运动，中医所谓运动就是阳气。多运动的话就燃烧血里面的糖，所以我们有体力能够运动，运动之后，当你把多余的糖分解、消耗掉以后，慢慢就会恢复正常。

4.4 糖尿病的其他解决方法

4.4.1 情志

情志，即喜、怒、忧、思、悲、惊、恐七种机体的精神状态。在正常情况下，七情一般不会致病。只有突然，强烈或长期的情志刺激，超过了机体的正常生理活动范围，使人体脏腑阴阳气血失调，才会引起疾病发生。

《内经·灵枢五变》曰：“怒则气上逆，胸中蓄积，血气逆流，髓皮充肌，血脉不行转而为热，热则消肌肤，故为消瘴。”张从正《儒门事亲》曰：“消渴一症，如果不减嗜欲，或不节喜怒，病虽一时治愈，终必复作。”

分析表明：60%的糖尿病可以找到心理社会性因素，糖尿病躁郁症的发生率比正常人高，尤其是抑郁症^[1]。

因此，无论健康或患病，应保持情绪的调畅，对糖尿病的治疗，应在常规补脾肾、益气养阴及活血化痰等基础上，重视调畅情志，以达到综合性的身心并治。

4.4.2 饮食

饮食上忌口，不吃白饭白面，这反而是得到治疗糖尿病相反的效果。因为白面白饭这些是可以补充津液的，中医治疗手段是补水，通过补津液的这种方法去调理的时候，白面白面还是照吃，平时配合运动。

4.4.3 睡眠

中医讲晚上生血，也就是肝生血，所以要早点睡觉帮助补肝经、生血。早睡早起是最好的健康生血的观念。如果睡得太晚或者通宵不睡觉，血就会丧失很多，比如你打个通宵麻将，第二天脸上的气色都是比较暗的。所以一定要充足的睡眠，半夜的时候给我们生血、造血，不仅如此，还要把血里面的毒素分解掉，都是靠晚上。

像凌晨一点到三点，是肝经气血流注的时间，这是肝脏最忙的时候，也就是说，我们睡觉的时候，最忙的是肝脏，肝脏一直在忙，把血里面的毒素代谢掉。三点到五点是肺经的时间，肺气流注积满的时候，能够把血里面的津液补足，如果这个时候我们能够协调这两个脏腑，那么清晨五点钟起床，五点到七点进入大肠经运行时间，起床运动以后能够排便，把浊物排掉，新陈代谢的整个系统就会完成。

十一点到一点，是胆经气血流注的时间，胆能够把肝脏里面的毒素，从胆汁排出来，那胆汁实际上是肝脏代谢的毒素，这个胆汁循环到我们的小肠、大肠里面，再帮助我们食物消化，所以最好十一点钟五点钟这一段时间是在睡眠的状态。而且应该是深度睡眠，因为浅睡眠没有用！如果说这个睡眠是真正的睡眠，而不是靠一些安眠药。患者本身舌苔厚腻，有中风脑梗的风险，属于肝阳上亢证，属于比较危险的情况，需要引起重视。

5 温度学派中医大循环调理糖尿病的方法

5.1 糖尿病的辨证分型

根据中医理论,糖尿病的辨证分为气虚、阴虚、阳虚和痰湿四种类型。气虚型糖尿病主要表现为疲乏无力、食欲不振、脾胃功能减弱等;阴虚型糖尿病主要表现为烦热口渴、消瘦、心烦健忘等;阳虚型糖尿病主要表现为畏寒肢冷、尿频、腰膝酸软等;痰湿型糖尿病主要表现为口干苔黄、体重增加、大便滑腻等。

5.1.1 气虚型糖尿病的辨证施治

气虚型糖尿病是由于脾胃气虚引起的,主要治疗方法是益气健脾。患者可选择食用易于消化的食物,如山药、薏仁、白扁豆等,有助于补充气血;同时还可以进行适量的运动,促进气血的运行。

5.1.2 阴虚型糖尿病的辨证施治

阴虚型糖尿病是由于阴液亏损引起的,主要治疗方法是滋阴清热。患者可选择食用一些具有滋阴作用的食物,如绿豆、百合、枸杞等,有助于补充阴液;同时还要避免辛辣刺激性食物,避免过度劳累,保持情绪稳定。

5.1.3 阳虚型糖尿病的辨证施治

阳虚型糖尿病是由于阳气虚衰引起的,主要治疗方法是温补阳气。患者可选择食用具有温补功能的食物,如桂圆、杜仲、肉类等,有助于温补阳气;同时还可以进行适量的锻炼,如太极拳、气功等,有助于提升体内阳气水平。

5.1.4 痰湿型糖尿病的辨证施治

痰湿型糖尿病是由于体内湿气过多引起的,主要治疗方法是祛湿化痰。患者可选择食用一些具有利湿化痰作用的食物,如苦瓜、荷叶、山楂等,有助于祛除体内湿气;同时还要避免食用过多油腻、辛辣刺激性食物,保持肠道通畅。

5.2 大循环·老药方调理

温度学派中医刘贤华认为,免疫力是最好的治疗良药,正常人温度高免疫力就高。人体体温提高1℃,免疫力可以提升5~6倍。温度学派大循环·老药方的调理法,秉承中华老药工以及古人的做法通过五行八卦图形布阵调理法对人体的阴阳、五行、八卦进行整体的辩证哲学思想,使人体达到阴阳调和,提升人体内环境免疫力的方式调理108项疑难杂症。

糖尿病产生的原因是代谢出了问题,导致体内糖分沉积,同时有淤堵,导致了垃圾毒素无法正常排出体外,而人体温度高会大量出汗,出汗可以将体内的寒湿淤堵等垃圾物质排出体外。因此糖尿病调理首先需要做的就是提高代谢和解决淤堵问题。

温度学派中医大循环的调理方式是通过针、灸、药,以针灸导引入药,三者相结合的方式,即“活汤剂”导引入药调理法:

5.2.1 “活中药”导引入药调理法

活中药即药引子,药引子的核心是引药归经,起到向

导的作用。药引子是糖尿病患者按照医生要求的辅料经过煎煮后配合成药或成方食用的药物,是在“君、臣、佐、使”配伍原则和中药药物归经理论上发展起来的。运用的是药方+食方+温度学的原理来服用,用能量虾羹和药方一起服用。因为温度学派中医认为营养大于一切,能量大于营养,但任何食物都不能代替药用,故采用药方和食方同时调理的方式,起到最大的调理效果。另外,补充能量讲究时机,如果在补充能量的同时给身体升温,这时寒湿淤堵就可以排出体外,达到阴阳平衡的作用,提高调理功效^[2]。

5.2.2 “汤中药”导引入药调理法

温度学派中医刘贤华认为,汤药的煎、炖与煨、熬炮制是有区别的,而中药炮制方法将直接影响药效,比如水量、顺序、火候、时间等,如果炮制工艺或顺序不对,药效将大打折扣。温度学派熬中药,必须选用紫砂锅,因紫砂锅受热均匀,可以将药效成分保留全面,同时控制好火候,按先后顺序熬中药,根据中药本身的特性进行专业把控,同时根据患者病情,把控服药时间,使得中药效果得以最大限度发挥。

5.2.3 “活汤剂”导引入药调理法具体方法

首先把患者的中药处方(即汤中药)放至44℃~46℃的泡脚桶中,这时患者把双手双脚放入泡脚桶中进行归经入药调理导引,此时的汤中药经过持续的加热,发挥到最大药效导引归经,同时服用虾羹(活中药)导引调理法,活中药的导引的温度在55℃~65℃,此时通过同频共振调动气血运行,对全身进行疏通,可以快速将药在一个小时之内进行代谢和循环,体内气血在外界高温以及同频共振下升温,此种导引调理法比传统中药效果提高8~10倍,且相较于普通中药服用无法进行代谢和循环反而伤害脾胃的问题来说,此种方式无毒副作用。大循环的方式是运用平针导引术、五行八卦图形的图形布阵,以及活汤剂导引入药的调理法,其一用针进行导引打通气脉;其二针对穴位、经络、气脉而进行的温度提升调理;其三用高温的艾灸通过五行八卦针把药导引入体内,运用身体循环系统,借力打力到身体问题点处,以提升身体温度、改善温差、增大身体空间的方式,来改善身体内环境,提升身体内在免疫力,改善调理癌症的方式。

大循环提升温度调理,如果在对症的情况下,三个月左右就可以见到效果,根据不同的病情轻重情况,调理的时间也会有所差异。这种升阳调理法,通过提高人体温度、减小温差、优化空间的方式,调整人体内环境,提高自身免疫力。

6 糖尿病的预防与调摄

中医讲糖尿病强调预防重于治疗。糖尿病与中医之“消渴”相对应,早在2000多年前,古人就已认识到控制饮食、控制体重对预防糖尿病的重要性,中医理论认为,长期嗜食肥甘厚味,使形体肥胖,生湿生痰,蕴而为热,痰湿阻滞气机,进而发展转为消渴^[3]。

据此提出有中医特色的三焦养生说,上焦养生养心肺、中焦养生护脾胃、下焦养生调肝肾。这与当今对全民进行糖尿病防治知识教育的观点不谋而合。适用于每一位糖尿病患者:严格控制饮食,适量运动,保持大便通畅,戒烟禁酒,养成健康的生活饮食习惯,保持思想愉快、情绪稳定。

因此对于糖尿病的预防,要做好以下几个方面:

①饮食方面:中医早就提出:“饮食自倍,肠胃乃伤”“高粱之变,足生大丁”。这些说法都提示我们:如果你是注意饮食平衡的,不暴饮暴食,那么你的饮食就做到科学了。

②运动方面:中医创造了很多像五禽戏、八段锦这样的运动项目,让气流畅起来。古人主张“日出而作,日落而息。”体现了作息要规律,要顺应自然,在自然界,阳气生发的时候,你也应该去运动,去劳作。

③心理方面中医讲“恬淡虚无,真气从之”“精神内守,病安从来”,要求人心态平和、平静,少一些贪欲。

7 结语

由于约有半数以上的早期糖尿病患者并无症状或症状轻微,常不能及时确诊和得到防治,不少患者一发现有糖尿病就已经有了糖尿病并发症,且国人对于中医治标又治本的调理方式知之甚少。我们要积极开展糖尿病预防,让全民了

解糖尿病的诱发因素,增强群众的自觉防治意识,及时控制发病因素,可大大降低糖尿病特别是2型糖尿病的发病。因而要大力开展糖尿病宣传教育,让已确诊的患者了解糖尿病并逐渐熟悉饮食,运动,用药和尿糖、血糖监测等基本措施的综合治疗原则。

温度学派中医,通过12年的临床实验,总结出了针对糖尿病的大循环调理方式,并就糖尿病这一目前发病率比较高的代谢性疾病,通过众多的调理案例,讲明了温度学派中医大循环的调理过程。让我们在中医的诊疗中,可以通过望、闻、问、切等方式进行诊断,在把脉时加以患者的舌苔、脉象以及其他症状,对病症及产生原因进行诊断,早于西医5~15年发现自己的身体健康状况,并以扶正固本、阴阳调和为方向,调整人身体的内环境。代谢性疾病主要靠补充身体水分,广大国人应重在平常,关注身体的保养工作,同时也建议增加中医方面的知识,正确认识疾病发病原因,正确认识调理方式,正确就医。

参考文献

- [1] 沈玲,杨帆.情志精神因素对糖尿病防治的作用与意义[J].实用中医内科杂志,2010,24(5):67.
- [2] 苏颖.《黄帝内经素问》译注[M].北京:中国中医药出版社,2022.
- [3] 黄礼明,马武开.白血病的中医药诊治[M].北京:科学出版社,2010.