

中医药治疗2型糖尿病的研究现状与展望

向淑珍¹, 王 祺^{2*}

¹十堰市中医医院内分泌科, 湖北 十堰

²十堰市中医医院脑病科, 湖北 十堰

收稿日期: 2025年12月29日; 录用日期: 2026年1月19日; 发布日期: 2026年2月2日

摘 要

2型糖尿病(T2DM)是一种以胰岛素抵抗和相对胰岛素分泌不足为特征的慢性代谢性疾病, 其发病率在全球范围内持续增高。现代医学治疗在控制血糖、延缓并发症方面取得了显著进展, 但仍面临着药物副作用、个体疗效差异及对部分患者生活质量影响等问题。中医药在T2DM的防治中积累了丰富的经验, 具有长期疗效高、副作用少的优势。本文旨在系统梳理近年来中医药治疗T2DM的研究现状, 从病因病机认识、常用治法方药、作用机制探索及临床研究进展等方面进行综述, 分析当前研究存在的问题与局限, 并对未来研究方向进行展望, 以期对中医药防治T2DM的深入研究与临床实践提供参考。

关键词

中医药, 2型糖尿病, 辨证论治, 作用机制, 临床研究, 展望

The Current Status and Prospects of Research on Traditional Chinese Medicine in the Treatment of Type 2 Diabetes

Shuzhen Xiang¹, Qi Wang^{2*}

¹Department of Endocrinology, Shiyan Traditional Chinese Medicine Hospital, Shiyan Hubei

²Department of Encephalopathy, Shiyan Traditional Chinese Medicine Hospital, Shiyan Hubei

Received: December 29, 2025; accepted: January 19, 2026; published: February 2, 2026

Abstract

Type 2 diabetes mellitus (T2DM) is a chronic metabolic disorder characterized by insulin resistance and relative insulin secretion deficiency, with its incidence rate continuing to rise globally. Modern

*通讯作者。

文章引用: 向淑珍, 王祺. 中医药治疗 2 型糖尿病的研究现状与展望[J]. 中医学, 2026, 15(2): 98-102.

DOI: 10.12677/tcm.2026.152080

medical treatments have achieved significant progress in blood glucose control and complication prevention, yet still face challenges such as drug side effects, individual efficacy variations, and impacts on patients' quality of life. Traditional Chinese medicine (TCM) has accumulated extensive experience in the prevention and treatment of T2DM, offering advantages of high long-term efficacy and minimal side effects. This article systematically reviews recent research on TCM treatments for T2DM, summarizing progress in understanding etiology and pathogenesis, common therapeutic methods and prescriptions, mechanism exploration, and clinical research advancements. It analyzes existing issues and limitations in current studies and proposes future research directions, aiming to provide references for in-depth TCM research and clinical practice in T2DM prevention and treatment.

Keywords

Traditional Chinese Medicine, Type 2 Diabetes, Syndrome Differentiation and Treatment, Mechanism of Action, Clinical Research, Prospect

Copyright © 2026 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

2 型糖尿病(T2DM)是一种以慢性高血糖为主要特征的代谢性疾病。国际糖尿病联盟(IDF)最新数据显示,全球成年糖尿病患者人数已超过 5.4 亿,其中 T2DM 高达 90%,且发病率仍在持续攀升,尤其在低收入国家呈现快速增长态势[1]。中国作为糖尿病负担最重的国家之一,患病率已超过 11%,患者总数逾 1.4 亿,其所导致的心脑血管疾病、糖尿病肾病、视网膜病变及周围神经病变等慢性并发症,不仅严重损害患者的健康与生活质量,也给家庭和社会带来了沉重的经济负担[2]。现代医学治疗 T2DM 主要采用药物治疗,从传统的双胍类、磺脲类药物,到近年广泛应用的二肽基肽酶-4 抑制剂、钠-葡萄糖协同转运蛋白 2 抑制剂及胰高血糖素样肽-1 受体激动剂等,在控制血糖、延缓并发症方面发挥了关键作用。但存在胃肠道反应、低血糖、体重增加或泌尿生殖系统感染等副作用[3]。因此,探索更为安全、有效的方法治疗 2 型糖尿病至关重要。中医文献虽无糖尿病之病名,但根据其多饮、多食、多尿、消瘦的典型症状,将其归入“消渴”的范畴,最早可追溯至《黄帝内经》。中医理论认为,消渴的基本病机以阴虚燥热为本,其病变脏腑主要与肺、胃、肾相关。目前,中医主要采用中药、针刺、艾灸等疗法,在协同降糖、改善胰岛素抵抗、减轻临床症状及提高生活质量方面发挥了重要的作用。本文就 T2DM 的中医药治疗进行综述,并对未来研究方向提出展望,以期为促进中医药在糖尿病防治领域的发展提供参考。

2. 2 型糖尿病的中医病因病机

中医认为,糖尿病归属于“消渴”的范畴,其记载渊源可追溯至《黄帝内经》。该书不仅首次提出“消渴”之名,更在《素问·奇病论》中提出:“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。”此论明确指出了饮食不节,过食膏粱厚味,导致脾胃积热、气机壅滞,进而化燥伤津,是发病的重要因素[4]。研究表明,糖尿病病因上消在肺,中消在胃,下消在肾,以阴虚为本,燥热为标。上消因肺燥津伤,失于敷布,故见口渴多饮;中消因胃热炽盛,消磨水谷,故见消谷善饥;下消因肾阴亏虚,固摄无权,或肾阳衰微,气化失司,故见尿多频数。《临证指南医案》中指出“饮啖酒面炙搏……脾胃干涸,遂成消渴”,现代医家如全小林院士则系统提出脾瘅理论,

认为过食少动导致的中满内热是 T2DM 前期的核心病机, 脾失健运, 转输失常, 致使水谷精微不归正化[5]。此外, 病程迁延, 气阴两耗, 气虚推动无力, 阴虚血行涩滞, 加之浊毒内蕴, 阻碍气机, 均可导致瘀血内生, 此即久病入络之谓。同时, 脾虚失运, 水湿不化, 聚湿生痰, 痰浊与瘀血互结, 形成痰瘀互结的复杂病理状态。

3. 中医药治疗 2 型糖尿病的临床应用

3.1. 中药方剂

3.1.1. 消渴方

消渴方是治疗糖尿病的经典方剂之一, 源自金元时期朱丹溪所著《丹溪心法》中“阳常有余, 阴常不足”学术思想在消渴病治疗中的具体应用。主要由黄连、天花粉、生地黄、藕汁、人乳汁、姜汁、蜂蜜等组成, 具有清热润肺、生津止渴的功效, 适用于肺热津伤型糖尿病。方中君药黄连, 性味苦寒, 功擅清心泻胃, 《名医别录》载其“主消渴”, 可改善中上二焦亢盛之火, 消除灼伤阴津之根源, 此即清热以存阴。臣药天花粉, 甘微苦寒, 归肺胃经, 《神农本草经》明言其“主消渴, 身热, 烦满”, 既能助黄连清泄肺胃之热, 又能生津止渴, 为治疗消渴之要药。生地黄汁甘寒, 滋阴凉血、生津润燥; 鲜藕汁甘寒, 清热生津、凉血散瘀; 牛乳甘平, 补虚损、润燥结。三者为佐使, 合力滋养已被热邪耗损的津液与阴血, 达到增液以润燥的目的。全方药简力专, 清补并行而以清为主, 泻中寓补, 共奏清热泻火、养阴生津之效, 治疗消渴病早中期以肺胃热盛、津液耗伤为主的特点。汪道贵等[6]选取 220 名气虚血瘀型 2 型糖尿病肾病患者, 随机分为两组。对照组采用西医常规治疗, 观察组在此基础上联合消渴方加减治疗, 治疗后观察组的总有效率为 97.28%, 优于对照组的 82.73%。吴秉司等[7]证实, 采用消渴方加减治疗的总有效率为 88.33%, 远高于对照组的 63.33%。不仅疗效较好, 还能改善患者的体重及体脂率。

3.1.2. 白虎加人参汤

白虎加人参汤作为中医经典名方, 源自张仲景《伤寒论》。白虎加人参汤由白虎汤(石膏、知母、粳米、甘草)加人参而成。方中君药生石膏, 辛甘大寒, 功专清解肺胃气分之实热, 以折其炎上之火势, 热退则津液得存。臣药知母, 苦甘寒, 既助石膏清热, 又具滋阴润燥之功, 针对消渴阴伤之本。石膏与知母相须为用, 大清气分燥热, 此乃“清热以保津”之策。然而, 热邪不仅耗阴, 亦易损伤人体正气, 尤其脾胃之气。故佐以人参, 甘微温, 大补元气、益气生津, 《神农本草经》谓其“补五脏, 安精神, 止惊悸, 除邪气, 明目, 开心益智”, 在此方中至关重要, 其意在于“益气以生津”、“扶正以助清”。使药粳米、甘草, 益胃和中, 既能顾护脾胃, 防止石膏、知母寒凉伤中, 又能助人参滋养胃气, 化生津液。全方配伍严谨, 清热不伤正, 补气不助火, 滋阴不碍脾, 共奏清热泻火、益气养阴之效。于红[8]等认为, 白虎加人参汤的功效契合阴虚燥热的核心病机, 疗效佳, 安全性较好。吕树泉[9]的大鼠实验表明, 白虎加人参汤对 T2DM 模型大鼠具有治疗作用, 其作用机制可能与调节肝组织中 AMPK/SREBP1 信号通路, 改善脂代谢有关。

3.1.3. 六味地黄丸

六味地黄丸源自宋代儿科医家钱乙所著《小儿药证直诀》。全方由熟地黄、山茱萸、山药、泽泻、牡丹皮、茯苓六味药组成, 其配伍精义在于三补三泻的有机结合。方中重用熟地为君, 味甘微温, 质地厚重, 功擅滋阴补肾、填精益髓, 为培补下元真阴之要药。臣以山茱萸酸温, 补养肝肾而涩精; 山药甘平, 补益脾阴而固精。此三药相合, 肝脾肾三阴并补, 而以补肾阴为主, 共成三补之功。然恐滋补之品滋腻碍胃, 且肾阴亏虚常虚火上炎、水湿留滞, 故佐以三泻。泽泻甘寒, 利湿泄浊, 并泻肾中虚火, 以防熟地之滋腻; 牡丹皮辛凉, 清泄肝火, 并制山茱萸之温湿; 茯苓甘淡, 渗湿健脾, 助山药健运以防壅滞。配伍

补泻兼施, 以补为主, 泻为佐用, 使得滋补而不留邪, 降泄而不伤正, 共奏滋阴补肾之效。赵杰[10]等采用六味地黄丸治疗 2 型糖尿病, 结果表明其总有效率为 93.48%, 远高于对照组的 78.26%。不良反应发生率为 4.35%, 低于对照组的 17.39%。

3.1.4. 金匱肾气丸

金匱肾气丸又称桂附地黄丸、崔氏八味丸, 作为温补肾阳的肇基之方, 其记载可追溯至东汉张仲景所著《金匱要略》。本方以六味地黄丸为基础, 加入少量附子与桂枝两味温阳之品。附子辛甘大热, 为回阳救逆第一品药, 力宏效捷, 温补肾中命门真火; 桂枝辛甘温, 温通阳气, 助附子鼓舞肾气, 宣化水液。全方配伍, 以六味滋阴为体, 以附子、桂枝温阳为用, 体用结合, 使阴阳相生, 阴得阳升而泉源不竭, 阳得阴助而生化无穷, 共奏补肾助阳、化气行水之功。荣红国等[11]的研究表明, 金匱肾气丸能显著提高 2 型糖尿病的临床有效率, 降低患者 PBG、FBG 及 HbA1c 指标, 治疗效果较好。金匱肾气丸不仅对于糖尿病的疗效较好, 丁文君[12]证实, 金匱肾气丸还可促进糖尿病大鼠骨生成, 调节骨代谢平衡。

3.2. 现代中药复方的临床应用

3.2.1. 津力达颗粒

津力达颗粒在临床中适用于气阴两虚型糖尿病患者。其中人参大补元气、生津止渴, 黄精健脾润肺、益气养阴, 二者合力峻补已虚之气阴, 从本论治。生地、麦冬、地骨皮、知母、葛根、山茱萸滋阴清热、生津止渴、补肾填精, 旨在直接补充与清泄; 苍术、苦参、黄连健脾燥湿、清热燥湿, 旨在祛除碍脾之湿浊与郁热, 恢复脾的运化功能, 此即“运津”之关键; 丹参活血化瘀, 针对久病入络之血瘀。荔枝核理气散结, 助气机畅通; 茯苓健脾渗湿; 淫羊藿温补肾阳, 阳中求阴, 防滋腻太过。谈春燕[13]证实, 津力达颗粒可改善胰岛功能与临床症状, 恢复血糖水平, 有较好临床价值与应用前景。

3.2.2. 天芪降糖胶囊

天芪降糖胶囊是治疗 2 型糖尿病气阴两虚证的现代中药复方制剂, 全方由黄芪、天花粉等药物组成, 具有益气养阴、清热生津的功效, 用于改善倦怠乏力、口渴多饮等症。该方以黄芪、人参为君, 大补元气; 以天花粉、石斛等为臣, 滋阴清热、生津止渴; 佐以黄连、地骨皮清泄虚火, 共奏益气养阴、清热生津之效, 用于症见倦怠乏力、口渴喜饮、五心烦热、自汗盗汗的糖尿病患者。杨庆平[14]证实, 天芪降糖胶囊治疗 2 型糖尿病的有效率为 92.9%, 优于对照组的 76.2%, 能明显减轻患者高血糖症状, 维持血糖稳定。

3.3. 中医外治法的临床应用

针灸治疗是中医药治疗糖尿病的特色方法之一。在临床中可选取温针灸、电针、耳针等特色针法通过刺激人体特定穴位, 调节经络气血的运行, 从而改善脏腑功能, 达到降低血糖的目的。现代研究表明, 针灸治疗糖尿病可通过调节中枢神经系统、改善胰岛素抵抗与胰岛功能、调节肠道菌群等方面发挥作用。王晨洋等[15]证实, 在临床中针灸治疗肥胖合并 2 型糖尿病选穴频次前五位的为足三里、中脘、胃脘下俞、脾俞、天枢。经络选用以足阳明胃经、任脉、足太阳膀胱经、足太阴脾经为主。五输穴为使用频次最高的特定穴。中药足浴是将中药煎汤后浸泡双足, 通过足部穴位吸收药物有效成分, 达到治疗目的。在临床中可用于改善失眠、周围神经病变、足溃疡等糖尿病常见并发症。常选用黄芪、丹参等活血化瘀的中药, 能够促进下肢血液循环, 改善糖尿病周围神经病变症状。钱吟玲[16]证实, 中药足浴治疗糖尿病高危足患者的总有效率为 93.0%, 可减轻足部症状。

4. 小结

2 型糖尿病作为全球范围内的重大公共卫生问题, 其防治已成为医学研究的重点领域。中医药在 2 型

糖尿病治疗中展现出独特优势, 本研究通过系统检索近年相关文献, 全面梳理中医药治疗 2 型糖尿病的临床疗效与作用机制研究进展。中医药治疗糖尿病已有两千多年的历史, 在长期的临床实践中积累了丰富的经验。中医将 2 型糖尿病归属于“消渴”范畴, 认为其基本病机为阴虚津亏、燥热偏盛。在临床中, 中医药发挥了重要的优势, 发挥了重要的作用。中医药治 T2DM 要重视肝肾监测, 部分含生物碱等成分的中药可能加重代谢负担。中西药联用有禁忌, 如甘草与降压药等。当前证据链有断裂点, 研究多小样本、短周期, 机制临床转化不足, 质量标准不统一。未来要加强研究, 提升科学性与普适性。

参考文献

- [1] 邓艳华, 马丽娟, 张宇浪, 等. 加味黄连温胆汤干预痰热互结型 2 型糖尿病证素及理化指标研究[J]. 辽宁中医杂志, 2025, 52(12): 96-100+224.
- [2] 文进博, 张婷, 赵倩, 等. 2 型糖尿病患者运动处方干预效果评价[J]. 预防医学, 2025, 37(12): 1211-1216.
- [3] 王冬香, 张劼. 中医药治疗 2 型糖尿病胰岛素抵抗的研究进展[J]. 医药前沿, 2025, 15(34): 29-32.
- [4] 陈瑞, 张朝宁, 余臣祖, 等. 2 型糖尿病合并肥胖的中医病因探讨[J]. 中医研究, 2024, 37(8): 5-7.
- [5] 闫沛静. 二型糖尿病病因网络的系统流行病学研究[D]: [博士学位论文]. 成都: 四川大学, 2024.
- [6] 汪道贵, 刘火锋, 周华. 消渴方加减治疗 2 型糖尿病肾病患者(气虚血瘀型)的临床研究[J]. 中华中医药学刊, 2025, 43(10): 49-53.
- [7] 吴秉司, 包薇萍, 梅海云. 消渴方加减治疗肥胖型 2 型糖尿病疗效及对胰岛功能的影响[J]. 现代中西医结合杂志, 2025, 34(18): 2550-2554.
- [8] 于红, 刘龙, 李延平. 白虎加人参汤治疗糖尿病的研究进展[J]. 糖尿病新世界, 2025, 28(11): 194-198.
- [9] 吕树泉, 张辉, 张淑芳, 等. 白虎加人参汤对 2 型糖尿病大鼠脂代谢的影响[J]. 世界中医药, 2024, 19(7): 962-968.
- [10] 赵杰, 徐薇. 六味地黄丸对 2 型糖尿病患者胰岛指数和血糖水平的影响[J]. 中国药物滥用防治杂志, 2025, 31(8): 1522-1524.
- [11] 荣红国, 武麟懿, 李馨羽, 等. 金匱肾气丸治疗 2 型糖尿病的系统评价与 Meta 分析[J]. 中国药物评价, 2024, 41(6): 501-508.
- [12] 丁文君, 沈明霞, 高永蕊. 金匱肾气丸对糖尿病肾病性骨质疏松大鼠的影响及机制[J]. 中国药房, 2025, 36(16): 2000-2004.
- [13] 谈春燕. 津力达颗粒对 II 型糖尿病胰岛 β 细胞功能的影响分析[J]. 内蒙古中医药, 2025, 44(10): 23-25.
- [14] 杨庆平, 王翼华, 梁元. 天芪降糖胶囊联合沙格列汀治疗 2 型糖尿病的临床研究[J]. 现代药物与临床, 2019, 34(3): 771-775.
- [15] 王晨洋, 杨小雪, 楚淑芳, 等. 基于 R 语言探究针灸治疗肥胖合并 2 型糖尿病的选穴规律[J]. 广州中医药大学学报, 2024, 41(9): 2381-2389.
- [16] 钱吟玲. 中药足浴治疗糖尿病高危足患者的疗效观察及其对血清 NSE 的影响[J]. 中国中医药科技, 2023, 30(1): 59-61.