

多病也可以用一个方

本报记者 王激文 白茹图



3月31日,患者通过腹灸治疗改善代谢功能。



3月31日,患者在接受耳穴治疗。

3月31日,记者在银川市中医医院见到了正在进行针灸治疗的张先生。这已经是他第二次接受中医综合治疗。

张先生身患高血压、高脂血症、糖尿病、高尿酸、肥胖等多种代谢性疾病,曾经每天都要面对一大把花花绿绿的药片,还得算着间隔时间和餐前后顺序,“身体压力大,经济压力也大”。

在该院接诊的患者中,像张先生这样“多病共存”的患者不在少数。现代医学分科越来越细,患者常常要辗转于内分泌科、心血管科、风湿免疫科等科室之间。而中医智慧——“异病同治”,正在为这一现代医学难题提供全新的解决思路。

药当饭吃

患者走不出的吃药困境

“说实话,我常年不锻炼,不注意饮食控制,作息不规律,工作压力大,应酬也多,可以说是自己把身体折腾坏了。”张先生向记者讲述自己的患病经历。他先后去了几家医院,不同的科室开出了不同的药方:高血压控制药、高血糖控制药、高血脂控制药……每天服药成了一场精密的“时间管理”,餐前吃什么、餐后吃什么,稍有不慎就会出错。

这种“多病缠身、多药并用”的状况,在代谢性疾病患者群体中普遍存在。记者在走访中发现,与张先生有类似经历的患者不在少数。

53岁的王先生也有着相似的遭遇。5年前被确诊为糖尿病后,他的身体状况每况愈下,后来又陆续被查出高血脂、高尿酸、动脉硬化,长期服用3种降糖药、1种降脂药、1种降尿酸药,但各项指标控制还是不达标,频繁出现的乏力、口干、肢体沉重、头晕等症,让他身心俱疲。“每天大把吃药,感觉心情越来越糟,各项指标只能得到控制,但是时不时还会冒高。”王先生坦言,“我一直在想,这些病到底有没有关联?为什么我吃了这么多药,身体还是觉得不舒服?”

这种困惑,正是当下代谢性疾病患者群体的普遍心声。高血压看心血管科,高血糖看内分泌科,高血脂可能又回到心血管科,高尿酸还得去风湿免疫科——患者辗转于不同科室之间,不仅承受着沉重的经济和身体负担,更面临着“头痛医头、脚痛医脚”的诊疗困境。

患者们渴望找到一种更简单、更整体的治疗方式。

中医智慧

一方如何治多病

带着患者的困惑,记者走进银川市中医医院内分泌科,在门诊室见到了内分泌科主任汪燕燕。刚刚做完针灸、耳穴等治疗的张先生,此刻正坐在诊室里,等待复诊。

在汪燕燕看来,现代医院大部分都是把指标控制住,还有很多症状,比如失眠、便秘等难以改善。中医能够从身体脏腑功能上进行全面调理。

汪燕燕仔细查看了张先生的各项指标,又为他把了脉、看了舌苔,分析得出这是一个比较典型的代谢综合征——高血糖、高血脂、高血压、高尿酸,还有肥胖,按照标准体重来算,张先生超重了25公斤。此外,舌胖大,有齿痕,舌苔白腻,舌下络脉有点粗,出汗多,脉也偏沉——中医辨证属于脾虚湿浊重,痰浊气滞塞在中焦,时间长了就是脾虚湿浊、痰瘀内阻、痰毒内生。

中医并不将这些疾病割裂开来分别处理,而是抓住共同的病机进行异病同治。

异病同治并非字面意义上的“一味药治百病”,而是指不同的疾病,当它们出现相同的病理变化,表现为相同的“证候”时,在治疗上可以采用相同的治法和组方。高血压、高血糖、高血脂、肥胖、高尿酸,在现代医学看来是几种不同的疾病,分属不同科室。但在中医眼里,这些病的背后往往有着共同的“病根”——“病机”。

汪燕燕用一个形象的比喻说明:“就像一条河流,上游、中游、下游都出了问题,但根本原因是河道堵塞

了。如果我们只去清理某一处的垃圾,而不解决根本的堵塞问题,其他地方很快又会出现新的问题。”

基于“异病同治”的理念,银川市中医医院内分泌科针对代谢综合征患者,制定了一套系统的诊疗方案,通过辨证论治,抓住核心病机,采用相同的治法和组方。

针对张先生的病情,汪燕燕给出了具体的治疗思路:“一方面生活饮食要给他指导,不能单纯靠药。中医讲‘五谷为养,五菜为充,五果为助,五畜为益’——菜肉粮食都要吃,但要把把握总热量不超标的原则。中医辨证属于脾虚湿浊,偏脾虚,就以健脾化湿、化浊为主;偏湿热,则用清热祛湿法。除了中药里用健脾运脾的药,还要配合减重。”

减重是治疗代谢综合征的关键一环。“减重采用阶梯疗法。”汪燕燕介绍,“一方面可以用中医的外治法,偏寒湿的,可以用腹部铺灸;偏湿热的用针刺辨证治疗。”

在银川市中医医院,针对代谢综合征患者,科室会制定个性化的中医综合方案:中药汤剂辨证组方,健脾补肾、祛痰化痰泄浊,调理代谢、平衡脏腑;针灸、艾灸疏通经络,改善循环;穴位贴敷、耳穴压豆温和调理,辅助控糖、控压、降脂;中药熏蒸、拔罐疗法祛除痰湿、改善体质。多疗法协同作用,从根源上调理体质,而非单纯对症降指标。科室以糖尿病及各类并发症为优势病种,自主研发了一系列院内制剂与协定处方,精准覆盖糖尿病、糖尿病周围神经病变、糖尿病肾病等全周期病症。

张先生告诉记者,经过一段时间的中医系统治疗,他的身体感受有了明显变化:“之前失眠多梦,大便黏腻,现在睡眠好了,自己感觉身体变轻了,大夫又给我配了日常茶饮的中药帮助调理。”

中医的“整体观”智慧

糖、酸、脂、压同调

在汪燕燕看来,张先生的案例恰恰体现了中医“异病同治”的核心价值,即立足整体、抓住核心病机,实现“一法统多病、一方调整体”。而这也得到了全国名中医、国家中医药管理局“糖脂代谢病国家中医诊疗模式”创新推广联盟副主席庞国明教授的认可。

“去年开始到今年,国家卫生健康委开展‘体重管理年’行动,这是国家层面的智慧。”汪燕燕说,“我们发现现在的这些‘三高’人群,甚至高尿酸、脂肪肝等整个代谢失衡的人群,跟体重都息息相关。”

庞国明进一步阐释:“对于这些肥胖、超重的病人,糖尿病、脂肪肝、高脂血症等代谢病不是分开治疗的,而是糖、酸、脂、压代谢同调。我们希望把预防治疗的关口前移——不是确诊糖尿病的时候才开始诊治。在超重,有脂肪肝、血脂高、尿酸偏高的时候,可能就已经出现了血糖的异常。比如血糖没有达到诊断标准,但已经出现了糖前期。这时候,我们早早抓住核心病机,进行中医‘异病同治’,能够未病先防,已病防变。”

这一理念有着深厚的中医根基。庞国明引用《黄帝内经·素问》中记载的“有病口甘者,病名为何?何以得之?岐伯曰:此五气之溢也,名曰脾瘅”,就是病人为什么觉得口干渴、黏腻,包括肥胖,“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”。他解释说,这些人喜欢吃肥甘厚味的东西,加上现代人压力大,情志失调,核心病机就导致了脾气的运化功能失调。

“脾在我们中医脏腑里,起到一个非常关键的调节精微代谢的作用。”汪燕燕进一步阐述,“脾气要散精,要把我们吃到体内的食物变成精微,运化到脏腑,进化到气血。但是脾气功能失调了,这些精微就可能变成糖毒、脂毒,还包括尿酸浊毒,这些痰浊、瘀血就跟咱们这些代谢的垃圾有关系。”

因此,中医治疗代谢性疾病,一般以脾为核心。“我们采取健脾运脾,包括补脾、燥湿健脾这些方法来调节脏腑的失衡。然后再祛化痰、解毒,达到‘异病同治’的效果。”她说,这类疾病多数与生活习惯息息相关,属于慢性的常见病,病程较长。“我们采取一个综合治疗的方法——通过饮食、运动干预指导,进行辨证以后的中药调节,同时选用非药物疗法。”

患者的新体验

从“一把药”到“一方药”

52岁的王先生是这一治疗方案的受益者之一。来到银川市中医医院内分泌科后,医生并没有简单地给他增加西药种类,而是进行了全面的中医辨证治疗。

“医生告诉我,我的问题虽然表现为多种疾病,但根源都是脾肾两虚、痰湿内蕴、瘀血阻络。”王先生回忆道,“我当时将信将疑——这几种病,真的能一起治吗?”

随后,医院为他制定了整体调理、标本兼顾的一体化中医综合干预方案:中药内服以健脾益肾、祛湿化痰、活血通络为核心法则,配合特色院内制剂;结合针灸、穴位埋线、匀气散加味熏蒸等特色技术,疏通经络,调和气血;在严密监测下逐步优化西药方案。

经过3个月系统的干预,王先生的各项指标全面达标,并且困扰他多年的乏力、头晕、肢体沉重等症得到显著改善,西药服用种类由4种减至2种。“现在每天吃的药少了,身体反而更舒服了。我终于明白,中医不是在压制指标,而是在调理整个身体。”

王先生也在治疗中体会到了这种变化:以前总觉得身体像一团乱麻,每种病都要管,每个科都要跑。现在感觉中医帮我理清了这团乱麻——原来这些病都是一个根上的。

科学吃药

整体调理背后的医学逻辑

对于“异病同治”能否让患者“少吃药、不吃药”的问题,接受采访的专家们给出了审慎而专业的回答。

“异病同治并不是让患者立即全部停用西药。”自治区名中医党毓起明确表示,“它是在规范用药的基础上,通过整体调理,逐步改善代谢状态,在医生的严密监测下,根据病情变化实现西药的减量甚至停药。”

减药的背后,是中医与现代医学的深度融合与动态配合。治疗过程中,医生会定期监测患者的血糖、血压、血脂等关键指标,根据病情变化动态调整方案,确保治疗安全有效。“我们强调‘中西结合’,而不是‘中西对立’。”党毓起认为,中医“异病同治”的优势在于抓住核心病机,从根源上改善人体代谢内环境,而非单纯压制指标。“当身体的自我调节能力恢复后,对外源性药物的依赖自然就会降低。”

记者从自治区卫生健康委了解到,近年来,我区各中医医院与时俱进,不断创新服务模式。比如,自治区中医医院、银川市中医医院等多家医院通过开设“代谢病专病门诊”或“联合门诊”等方式,为患者提供更丰富的就诊服务。

银川市中医医院院长丁雪松告诉记者,该院已经开设了“代谢病专病门诊”,即将开展“多学科联合门诊”,采取“多专家坐诊”等方式,让“三高”病人少走弯路,让“糖、酸、脂、压、胖”等常见的现代疾病更早、更精准地被发现。

“治疗糖尿病等代谢性疾病不再是‘单纯降低增高的临床指标’,而是‘淤堵’得到疏通。”丁雪松说,“这正是中国传统中医智慧的现代价值——不是对抗疾病,而是恢复平衡。”

从“药当饭吃”到“一方调多病”,从分科割裂到整体调理,中医“异病同治”理念在现代代谢性疾病诊疗中的实践,不仅展现了传统中医的深厚智慧,更体现了中医药与时俱进的生命力:面对日益复杂的代谢性疾病,与其在单一指标的“压制”中疲于奔命,不如回归本源,抓住核心病机,实现化繁为简、标本兼治。

