

· 述 评 ·

《中国 2 型糖尿病防治指南（2020 年版）》亮点解读及糖尿病中医指南分析

赵能江¹ 张智海¹ 陈 薇² 刘建平² 杨叔禹¹

中国是糖尿病大国，中医药是我国糖尿病防治的重要手段，指南是临床诊疗的重要指导性文件。近年来，我国相关学术团体陆续发布了多部糖尿病中医药相关指南。本文结合近期发布的《中国 2 型糖尿病防治指南（2020 年版）》^[1]（以下简称 2020 版《指南》）中医学内容修订过程，对糖尿病中医药相关指南现状进行梳理分析。

1 2020 版《指南》中医药内容修订六大亮点

2017 年，中医药首次纳入《指南》，单列“糖尿病与中医药”一章。2020 版的修订，结合新的进展和需求，广泛征求中华医学会、中华中医药学会、中国中西医结合学会、中国医师协会、世界中医药联合会等学术组的 400 余位中西医专家意见，经过多次讨论成稿。

亮点之一：进一步明确肯定了中医药在糖尿病防治中的地位和作用，这是 2020 版《指南》最大的中医亮点^[2]。将第 19 章的标题，由原“糖尿病与中医药”修改为“糖尿病的中医药治疗”。在“要点提示”部分，清晰、明确地阐述了中医药的重要作用：中医药在糖尿病治疗中具有协同降糖、改善症状和体征、防治并发症、提高生活质量及三级预防中发挥重要作用。

亮点之二：重视中医学理论传承。2020 版《指南》概述了糖尿病的中医理论源流和传承脉络，补充了分类辨证（脾瘅、消瘅）、分期辨证（郁、热、虚、损）、三消辨证（上消、中消、下消）、三型辨证（阴虚燥热、气阴两虚、阴阳两虚）等临床常用辨证方

法和研究成果。

亮点之三：重视循证证据和中医学特色的结合。2020 版《指南》既遵循循证医学指南的要求和方法^[3]，选取高质量中国原创临床研究证据和高水平论文，同时也重视中医学特色，实事求是地客观看待传承千年的中医学经验和特色。

亮点之四：重视临床需求，解决防治问题。围绕着糖尿病前期、糖尿病期及并发症期各阶段的疾病特点与中医药现状，对优势病种和特色疗法进行了推荐。

亮点之五：增加了针灸、中药外治等非药物治疗手段。

亮点之六：为方便为非中医学专业人员学习和应用，增加了中医证候术语的注释。

2 糖尿病中医药相关指南现状

本次修订参考了既往多部糖尿病相关中医指南。通过检索知网（CNKI）、万方、维普等数据库、中华中医药学会标准化办公室等网站，排除无中医药内容/章节、重复发表等内容，共获取近年发布的 16 部糖尿病中医药相关指南，具体见表 1。

通过下表可看出，我国近 10 年来中医糖尿病相关指南得到高度重视和快速发展，有如下特点趋势：（1）指南制订受到中西医重视：糖尿病中医指南发布单位，除了中华中医药学会、中华医学会、中国医师协会等权威学术组织外，国家医学中心、国家中医临床研究基地等机构也参与指南编写和发布；同时外科、感染等学科的参与，体现糖尿病作为全身性疾病，得到中西医多学科的高度重视。（2）中医药内容纳入国家指南：近年来，糖尿病中医药防治内容逐步纳入现代医学指南中；近期发布的 2020 版《指南》^[1]、《中国老年糖尿病诊疗指南（2021 年版）》^[4]等指南，都纳入了中医药内容，尽管篇幅只占一个章节，但标志着中医药正融入国家糖尿病防治指南体系，提高了中医药的影响力和指导性。（3）制订方法和内容逐步规范：早期指南多以专家共识作为标准，近年来质量相对较高的随机对照研究和系统综述逐步增多；指南内容

基金项目：国家自然科学基金资助项目（No. 82074349）；第六批全国老中医药专家学术经验继承项目（No. 2017-29）；福建省名中医工作室项目（No. 2018-216）；厦门市自然科学基金资助项目（No. 3502220184013）

作者单位：1. 厦门大学附属第一医院中医工作室（福建 361003）；2. 北京中医药大学循证医学中心（北京 100029）

通讯作者：杨叔禹，Tel: 0592-2137973, E-mail: xmyangshuyu@126.com

DOI: 10. 7661/j. cjim. 20210520.084

表 1 2011—2021 年发布的糖尿病中医相关指南

指南名称	发布时间	制订机构	发布期刊	指南内容
中国 2 型糖尿病防治指南 (2020 年版) ^[1]	2021 年 4 月	中华医学会糖尿病学分会	中华糖尿病杂志 / 中华内分泌代谢杂志	中医章节: 第 19 章 “糖尿病的中医药治疗”
中国老年糖尿病诊疗指南 (2021 年版) ^[4]	2021 年 1 月	国家老年医学中心, 中华医学会老年医学分会	中华糖尿病杂志 / 中华老年医学杂志	中医章节: 第 19 章 “老年糖尿病和中医药学”
糖尿病前期病证结合诊疗指南 ^[5]	2021 年 3 月	中国医师协会中西医结合医师分会内分泌与代谢病专业委员会	世界中医药	中医指南
2 型糖尿病病证结合诊疗指南 ^[6]	2020 年 11 月	中国医师协会中西医结合医师分会内分泌代谢病专业委员会	中医杂志	中医指南
中医糖尿病临床诊疗指南 ^[7]	2019 年 1 月	中华中医药学会	中国中医药出版社 / 中华中医药学会网站	中医指南
中国糖尿病足防治指南 (2019 年版)(V) ^[8]	2019 年 6 月	中华医学会糖尿病学分会, 中华医学会感染病分会, 中华医学会组织修复与再生分会	中华糖尿病杂志	中医章节: 糖尿病足溃疡的中医药治疗
中医治未病实践指南 糖尿病足高危人群 ^[9]	2018 年 9 月	中华中医药学会	中华中医药学会网站发布	中医指南
国际中医药糖尿病诊疗指南 ^[10]	2017 年 10 月	世界中医药学会联合会	科学出版社	中医指南
糖尿病周围神经病变中医临床诊疗指南 (2016 年版) ^[11]	2017 年 4 月	中华中医药学会糖尿病分会	中医杂志	中医指南
糖尿病前期中医药循证临床实践指南 ^[12]	2017 年 3 月	中华中医药学会	中医杂志	中医指南
中医眼科临床诊疗指南 糖尿病视网膜病变 (2016) ^[13]	2016 年 10 月	中华中医药学会	中华中医药学会网站发布	中医指南
糖尿病中医药临床循证实践指南 (2016 版) ^[14]	2016 年 6 月	国家中医临床研究基地, 中医药防治糖尿病临床研究联盟	科学出版社	中医指南
糖尿病足溃疡中医循证临床实践指南 ^[15]	2015 年 10 月	中华中医药学会外科分会	中国中西医结合外科杂志	中医指南
糖尿病中医防治指南 ^[16]	2011 年 2 月	中华中医药学会	中国中医药现代远程教育	中医指南
糖尿病肾病中医防治指南 ^[17]	2011 年 2 月	中华中医药学会	中国中医药现代远程教育	中医指南
糖尿病视网膜病变 中医防治指南 ^[18]	2011 年 2 月	中华中医药学会	中国中医药现代远程教育	中医指南
糖尿病周围神经病变 中医防治指南 ^[19]	2011 年 2 月	中华中医药学会	中国中医药现代远程教育	中医指南

从糖尿病本病, 逐步扩展到糖尿病前期的“治未病”、糖尿病并发症的“防治结合”, 积累的证据日渐增多, 中医指南制订方法逐步规范; 同时接轨国际, 部分指南也同步发布英文版和国际指南^[20]。(4) 指南的使用人群逐步扩大: 指南的使用人群, 从局限于中医内分泌和中西医结合内分泌科专业医师, 逐步扩大非中医专业的内分泌科从业医师和其他学科中医师也可参照使用, 覆盖范围兼顾三级医院和基层医院。

3 糖尿病中医药指南内容分析

3.1 中医学理论和辨证治疗

中医学对糖尿病的认识积累了丰富的经验和理论, 如“三消理论”^[21]“三型辨证”^[22]“分期辨证”^[23]等; 对糖尿病的辨证治疗, 在部分指南中存在较大差异, 给临床决策带来一定困扰。早期指南制订多采用专家共识和建议, 以临床专家经验为主; 随着循证方法的引入, 高级别证据的不断增多, 指南证据和推荐意见逐步完善规范。中医传统经验和现代循证证据之间, 如何平衡, 需要根据指南使用对象和需求的不同,

进一步探索。

3.2 糖尿病中医学非药物治疗

非药物治疗手段是中医学特色疗法之一, 近年来越来越受到重视。如《中国糖尿病足防治指南 (2019 版)》纳入了中药外敷等疗法^[9]; 本次 2020 版《指南》修订, 也补充和推荐了针刺、中药熏洗等非药物疗法^[4]。尽管很多非药物疗法, 如针灸、中药熏洗等需要专业人士指导和操作, 但是通过指南的方式, 让临床医生知晓这些方法, 为临床治疗提供更多选择。

3.3 糖尿病预防调摄

中医饮食、情志疗法、生活调摄和养生, 内容丰富, 临床受到患者欢迎, 但是很多循证证据不多; 尽管多部指南有提及, 但是只是列入原则, 如“清淡饮食”^[24]“调和脾胃”^[25]“修身养性”^[16]等, 缺乏具体内容和操作方法, 值得今后研究者重视。

4 指南修订的思考和展望

近年来, 糖尿病中医指南的制订在我国学术界得到广泛关注, 指南数量日益增多, 但中医指南的制

订和现代医学指南有较大不同,无国内外成熟指南参考,高质量的循证证据不足,中医糖尿病指南在探索中前进,在传承中创新。

4.1 从“各美其美”到“美美与共”

尽管中西医的知识体系不同,但中西医指南都是为临床医生决策提供参考和依据。在“中西医并重”的方针指引下,中医指南既要独立发展,明确定位和作用,也应融入到现代慢病防控体系中来,与时俱进,发挥自身作用和优势。

在糖尿病整体防治体系中,中西医应该“美美与共”,各展所长,共同对抗糖尿病。中医药的特长和治疗目标,不是单纯降糖,更要在改善生活质量,防治糖尿病前期“治未病”,防治和延缓并发症这些方面发力,这些在 2020 版《指南》推荐意见中已经明确体现。

中医药逐渐被纳入现代医学糖尿病指南体系,需要实现“指南统一、培训统一、考核统一、宣教统一、评价统一”。本次 2020 版《指南》中医内容修订,是“指南统一”的重要标志,有力推动了中医药融入国家糖尿病综合防治体系,有利于中医药推广和糖尿病中西医协同防治。

4.2 从“少知少行”到“知行合一”

指南的落实推广和制订同样重要。笔者前期在修订《指南》中医学内容时,对临床医生调查发现,临床医生对中医药多持欢迎态度,对中医非药物治疗有较高兴趣,希望中医药能帮助解决现代医学疗效不佳的临床问题。尽管中医药逐步纳入现代医学指南,但是临床推广仍不理想,其中既有指南本身问题,如指南版本繁多、质量参差不齐、证据质量低、推荐意见不一致,中医学内容理解障碍等,也和宣传认知和推广不足密切相关^[26]。通过 2020 版《指南》修订和推广,让临床医生明确中医药在糖尿病防治中的作用,进而使用中医药解决临床问题,提高诊疗水平,达到“知行合一”的目的。

综上所述,我国糖尿病相关中医指南发展迅速,数量不断丰富,质量不断提升,但仍面临着循证证据不足、方法学有待完善、总体质量不高、临床推广不够等问题。在今后指南制订过程中,需要更多中西医专家学者参与,制订更贴近临床,能指导实践,可提高治疗水平的高质量糖尿病中医药相关指南。

参 考 文 献

[1] 中华医学会糖尿病学分会. 中国 2 型糖尿病防治指南 (2020 年版) [J]. 中华内分泌代谢杂志, 2021, 37 (4):

311-398.

- [2] 赵能江, 代春美, 孙文杰, 等. 《中国 2 型糖尿病防治指南 (2020 年版)》糖尿病的中医药治疗部分解读 [J]. 中华糖尿病杂志, 2021, 13 (4): 309-311.
- [3] 蒋朱明, 詹思延, 贾晓巍, 等. 制订 / 修订《临床诊疗指南》的基本方法及程序 [J]. 中华医学杂志, 2016, 96 (4): 250-253.
- [4] 国家老年医学中心, 中华医学会老年医学分会, 中国老年保健协会糖尿病专业委员会. 中国老年糖尿病诊疗指南 (2021 年版) [J]. 中华老年医学杂志, 2021, 40 (1): 1-33.
- [5] 中国医师协会中西医结合医师分会内分泌与代谢病专业委员会. 糖尿病前期病证结合诊疗指南 [J]. 世界中医药, 2021, 16 (4): 533-538.
- [6] 中国医师协会中西医结合医师分会内分泌与代谢病专业委员会. 2 型糖尿病病证结合诊疗指南 [J]. 中医杂志, 2021, 62 (4): 361-368.
- [7] 中华中医药学会主编. 中医糖尿病临床诊疗指南 [M]. 北京: 中国中医药出版社, 2020: 1-97.
- [8] 中华医学会糖尿病学分会, 中华医学会感染病学分会, 中华医学会组织修复与再生分会. 中国糖尿病足防治指南 (2019 版) (V) [J]. 中华糖尿病杂志, 2019, 11 (6): 387-397.
- [9] 中华中医药学会. 中医治未病实践指南·糖尿病足高危人群 (2018) [OL]. [2018-09-17] [2020-12-01]. <http://www.ttbz.org.cn/StandardManage/Detail/37134/>.
- [10] 世界中医药学会联合会. 国际中医药糖尿病诊疗指南 (2017) [OL]. [2017-08-09]. [2020-12-01]. <http://www.wfcm.org/department/mainCon.jsp?departid=298&titleid=310&id=8055>.
- [11] 中华中医药学会糖尿病分会. 糖尿病周围神经病变中医临床诊疗指南 (2016 年版) [J]. 中医杂志, 2017, 58 (7): 625-630.
- [12] 方朝晖, 仝小林, 段俊国, 等. 糖尿病前期中医药循证临床实践指南 [J]. 中医杂志, 2017, 58 (3): 268-272.
- [13] 中华中医药学会. 中医眼科临床诊疗指南·糖尿病视网膜病变 (2016) [OL]. [2016-10-24]. [2020-12-01]. <http://www.cacm.org.cn/2016/10/24/4738/>.
- [14] 国家中医临床研究基地, 中医药防治糖尿病临床研究联盟. 糖尿病中医药临床循证实践指南 (2016 版) [M]. 北京: 科学出版社, 2016: 1-72.
- [15] 中华中医药学会外科分会. 糖尿病足溃疡中医循证临

- 床实践指南 [J]. 中国中西医结合外科杂志, 2015, 21 (5): 540-543.
- [16] 中华中医药学会. 糖尿病中医防治指南 [J]. 中国中医药现代远程教育, 2011, 9 (4): 148-151.
- [17] 中华中医药学会. 糖尿病肾病中医防治指南 [J]. 中国中医药现代远程教育, 2011, 9 (4): 151-153.
- [18] 中华中医药学会. 糖尿病视网膜病变中医防治指南 [J]. 中国中医药现代远程教育, 2011, 9 (4): 154-155.
- [19] 中华中医药学会. 糖尿病周围神经病变中医防治指南 [J]. 中国中医药现代远程教育, 2011, 9 (22): 119-121.
- [20] 王佳, 吴浩然. 《国际中医药糖尿病诊疗指南》核心内容释义 [J]. 北京中医药, 2018, 37 (8): 730-732.
- [21] 周达君, 边江红, 雷鹏, 等. 从“三消”理论的病理基础看糖尿病的治疗策略 [J]. 现代中医药, 2004, 24 (3): 3-5.
- [22] 林兰, 倪青. 2 型糖尿病“三型辨证”的理论与实践 [J]. 科学中国人, 2011, (9): 78-81.
- [23] 全小林. 糖尿病中医认识及研究进展述评 [J]. 北京中医药, 2016, 35 (6): 509-512.
- [24] 中华中医药学会主编. 中医糖尿病临床诊疗指南·糖尿病合并心脏病 [M]. 北京: 中国中医药出版社, 2020: 23-31.
- [25] 冯兴中, 张宁, 谢春光. 糖尿病中医防治指南糖尿病合并脑血管病 [J]. 中国中医药现代远程教育, 2011, 9 (19): 138-140.
- [26] 陈耀龙, 刘萧, 王燕平, 等. 西医指南与中医药指南: 在相互学习中共同提高 [J]. 协和医学杂志, 2020, 11 (5): 615-620.
- (收稿: 2021-05-09 在线: 2021-06-09)
责任编辑: 汤 静

《中国中西医结合杂志》第八届编委会名单

总 编 辑 陈可冀

副总编辑 王文健 史大卓 吕爱平 肖培根 吴伟康 沈自尹 雷 燕

顾 问 王永炎 邓铁涛 吴咸中 辛育龄 张伯礼 陈香美 陈凯先 陈维养 唐由之

黄璐琦 曹洪欣 屠呦呦 韩济生

编辑委员

于德泉	王一涛	王卫霞	王宁生	王 伟	王 阶	王拥军 (上海)	王拥军 (北京)	王昌恩
王学美	王硕仁	王 舒	卞兆祥	方邦江	方敬爱	邓跃毅	叶文才	田金洲
史载祥	白彦萍	吕志平	吕维柏	朱 兵	朱明军	危北海	庄曾渊	刘干中
刘瓦利	刘龙涛	刘 平	刘 良	刘建平	刘建勋	刘保廷	刘鲁明	齐清会
阮新民	孙汉董	孙 燕	阳 晓	花宝金	苏 励	李乃卿	李大金	李廷谦
李军祥	李连达	李国栋	李国勤	李 恩	李 涛	李焕荣	杨任民	杨宇飞
杨秀伟	连 方	时毓民	吴大嵘	吴万垠	吴泰相	吴根诚	吴 烈	邱 峰
张大钊	张卫东	张允岭	张永贤	张永祥	张荣华	张俊华	张亭栋	张家庆
张敏州	张敏建	陆付耳	陈士奎	陈小野	范吉平	范维琥	林志彬	林 谦
林瑞超	郁仁存	果德安	季 光	周 俊	周霭祥	郑国庆	赵一鸣	赵伟康
赵芳芳	赵健雄	胡义扬	胡晓梅	胡镜清	侯凡凡	饶向荣	洪传岳	栗原 博 (日本)
夏城东	顾振纶	徐凤芹	徐 浩	殷惠军	凌昌全	高瑞兰	郭 军	郭 艳
郭赛珊	唐旭东	黄光英	黄 熙	梅之南	曹小定	崔 红	麻 柔	梁 春
梁挺雄	梁晓春	梁繁荣	董竞成	董福慧	谢竹藩	谢明村	谢 恬	蔡定芳
裴正学	廖福龙	衡先培	戴瑞鸿	Yung-chi CHENG (美国)	Sheng-xing MA (美国)	Qun-hao ZHANG (美国)		

(以上名单按姓氏笔画为序, 编委工作单位信息在本刊网站首页“下载专区”公布, 网址: <http://www.cjim.cn/zxyjhcncn/zxyjhcncn/ch/index.aspx>)