

性功能障碍治疗丛书

女子性冷淡治疗

拐法

宁国强 刘建萍 主编



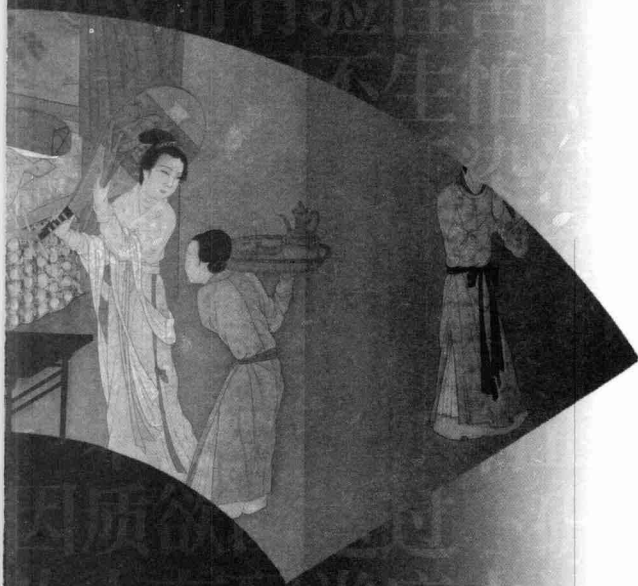
江西出版集团
江西科学技术出版社

性功能障碍治疗丛书

女子性冷淡治疗 拐法



江西出版集团
江西科学技术出版社



图书在版编目(CIP)数据

女子性冷淡治疗八法/宁国强等 主编. —南昌:江西科学技术出版社,2008.4

(性障碍治疗小丛书)

ISBN 978-7-5390-3327-3

I. 女… II. 宁… III. 妇科病—性功能障碍—治疗 IV. R711.770.5

中国版本图书馆CIP数据核字(2008)第038173号

国际互联网(Internet)地址:<http://www.jxkjcs.com>

选题序号:KX2006075

图书代码:D08044-101

女子性冷淡治疗八法

宁国强等 主编

出版	江西出版集团·江西科学技术出版社
发行	南昌市蓼洲街2号附1号
社址	邮编:330009 电话:(0791)6623491 6639342(传真)
印刷	江西农大印刷厂
经销	各地新华书店
开本	787mm×1092mm 1/16
字数	160千字
印张	7.5
印数	3000册
版次	2008年5月第1版 2008年5月第1次印刷
书号	ISBN 978-7-5390-3327-3
定价	15.00元

(赣科版图书凡属印装错误,可向承印厂调换)

主 编 宁国强 刘建萍
编著者 宁国强 刘建萍
黄婉象 范燕文
吴小霞 朱英姿



目录



◆有关女子性冷淡的基本知识 /001

◆女子性冷淡的中医分型治疗 /004

◆女子性冷淡治疗八法 /007

第一法:在医生指导下巧用中药治疗女子性冷淡 /007

第二法:巧用食品治疗女子性冷淡 /035

第三法:巧用药膳治疗女子性冷淡 /055

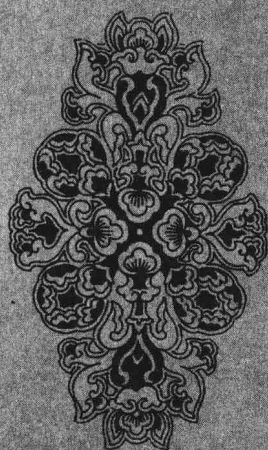
第四法:巧用药茶治疗女子性冷淡 /071

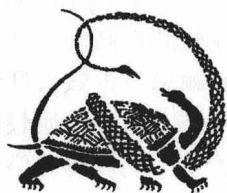
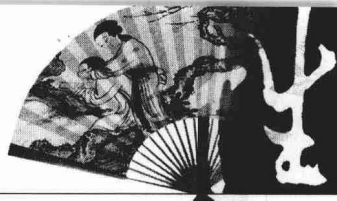
第五法:巧用药酒治疗女子性冷淡 /088

第六法:运用按摩法治疗女子性冷淡 /101

第七法:女子性冷淡的心理治疗 /111

第八法:其他的治疗女子性冷淡方法 /115





有关女子性冷淡的基本知识

1 概念

女子性冷淡包括性欲低下与性厌恶,以前者为主。

性欲低下又称之为“阴冷”,这是女性对性活动缺乏主观欲望,包括缺乏性梦和性幻想,缺乏参与性活动的意识,当剥夺其性活动的权力时感到无所谓,也无挫折感。就是说,性欲低下的人,在任何时间、任何情况下都不想参与性活动。

女性性厌恶,是指女性厌恶性活动,憎恶性行为,是一种性心理障碍所造成的性功能障碍,它可以单独存在,也可以和其他性功能障碍共同发生。女性性厌恶患者,在实际或想象和伴侣发生性活动时,立刻产生强烈的消极情绪,并且非常厌恶性活动,出现排斥或憎恶的现象和行为,所以一般都极力回避所有的性活动。严重的患者,甚至对与异性接触都非常厌恶,并对性接触和性活动产生惊恐反应。

2 病因

(1) 性欲低下的原因:

性欲的内分泌基础是性激素,它将维持性欲的持续张力、紧张性和兴奋性;性欲的神经基础是神经反射弧,它由性敏感区、传入神经、脊髓低级性中枢和大脑高级性中枢、传出神经和效应器(如性器官和全身肌肉等)所组成。它的功能是保持机体对环境性刺激的有效反应,激发或形成突出的性欲冲动并导致性行为,即应激性性欲。总之,性欲可因肉体刺激引起,也可因视觉、听觉、嗅觉等特殊感觉的刺激引起,还可因单独的心理刺激所引起。性欲在个人之间存在相当显著的差异,即使是同一个人,性欲也会随时间、地点、情境、对象的不同而有所变化。性欲还受年龄、身体状况、工作压力、人际关系、意识形态、道德价值观念等多种因素的影响。性活动的频率不是判断性欲低下的可靠标准,但每月少于2次即有参考价值。

性欲低下多因女性对性生活持有不正确的看法;或因丈夫行房事时

急躁或粗鲁,使妻子产生了性反感心理;也可能是因没有掌握好性欲诱发“男快女慢”的特点,性生活不够协调,妻子从未体验到性高潮和性交的快感;或者性交时的环境不够理想,对外界干扰有顾忌。少数女性性欲低下可能是器质性原因所致,如生殖器官炎症、月经不调或体质较弱等。此外,性腺功能低下也是性欲低下的重要原因之一。药物等化学因素,如某些降压药或镇静药、酒精、嗜烟、大麻等均是性欲低下的可能因素之一。营养不良也可造成性欲低下;营养过盛、过度肥胖也可出现性欲低下。据报道,我国性欲低下的妇女发病率较国外高。有人对4700名我国的已婚妇女进行调查,性欲低下的占17.57%,性感不足的占5.66%,合计占23.23%。也就是说,我国已婚妇女近1/4的人,有不同程度的性欲低下。当然,女性更年期以后及身体衰弱、情绪欠佳时,性欲也会减退,这不属于本书所论述的性功能障碍。

(2) 性厌恶的原因:

女性性厌恶大都是精神心理因素所引起的。如少女时期受到不正确的性教育,认为性是罪恶,性活动是一种可怕的行为;也有些患者是由于青少年时有过创伤性性经历,如受到强暴、强奸、乱伦、失恋等精神打击常可诱发性厌恶。

3 诊断

(1) 性欲低下的诊断:

女性性欲低下的诊断似乎很容易,只要女性缺乏参与和接受性活动的欲望,就可以诊断为女性性欲低下。实际上对女性性欲低下的定量评价很困难,就像什么是正常性欲的定量评价一样,都很困难。有人提出,对女性性欲低下的评价,可用女性参加性活动的频率来衡量。如果女性参与性活动每月少于2次,即可诊断为性欲低下。但这种评价方法忽视了女性在性活动中的被动性地位,如女性因为屈从于配偶的某种压力而被动地接受性活动这一因素。事实上,女性性欲低下者在被动接受性活动时也可能达到性唤起。

现在诊断女性性欲低下时大多是靠主观评价,即以女性自我感觉性欲强弱来评价。一般分为无性欲、性欲低下、性欲一般、性欲较强、性欲亢进等几个等级。从女性自己能感受到的生殖器反应来评价要比主观评价要客观得多,这种评价主要从性冲动、阴道润滑、性高潮等几个方面来判断。女性在参与性活动时,性器官出现的反应越明显、越多,说明性欲越强烈。相反,在参与性活动时性器官出现的变化越小,说明性欲越



低。还可从女性对性活动情感的反应来评价,一般可以从对爱情、性接触、性活动的欲望来判断。其态度可以分为冷淡、无所谓、激奋、失控、亢进等几个等级。也可从女性对性活动所持的态度进行定性评价,从女性对性活动是感兴趣、有快感、惊奇、压抑、发怒、厌恶性活动、畏惧性活动、对性活动轻蔑、内疚、羞涩等几种态度来评价。从以上几个方面来评价女性性欲的高低,主观成份所占比例较大,而且也很难,所以判断女性是否存在性欲低下,只是相对而言。

(2) 性厌恶的诊断:

诊断女性性厌恶,一般困难不大。有些人因过度疲劳、工作繁重、睡眠过少,对性活动不感兴趣,性兴奋降低,这不算性厌恶。只有在性活动时产生强烈消极情绪,而排斥和憎恶性活动,竭力回避性接触,才能诊断为女性性厌恶。



女子性冷淡的中医分型治疗

女子性冷淡可由肾阳衰微、命火不足而致；可由气血不足、心脾双虚而致；可由心情不畅、肝气郁结而致。此病涉及脏腑，以肾、心、肝、脾为主。其分型治疗如下：

(一) 气血两虚型

1 临床症状

多见于素体虚弱，久病初愈，或思虑过度者。性欲淡漠，快感缺乏，伴面色萎黄无华，皮肤不泽，唇甲色淡，神疲乏力，纳呆便溏，月经量少色淡。舌质淡，脉沉细。

2 病因病机

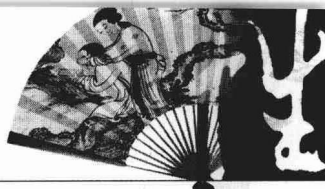
因久病迁延，思虑过度伤及心脾，气血不足，营养失职而致性欲冷淡，快感不足；血虚无以上荣而致面色无华，唇甲色淡，皮肤不泽；脾气受损，鼓动无力而致神疲乏力；脾失健运而致便溏纳呆；气血双虚，冲任不足而致月经量少色淡，舌淡，脉沉细，亦为气血两虚之象。

3 治疗原则

益气养血。

4 主治方剂及方解

方剂：归脾汤加味。方解：以人参、白术、黄芪补益脾气；当归、龙眼肉补血养荣；木香调气；茯神、远志安神；加鹿角胶、淫羊藿以助肾阳。



(二) 肾阴亏虚型

1 临床症状

多见于久病伤及阴津之人。性感缺乏,高潮障碍,前庭大腺分泌不足,伴急躁易怒,五心烦热,心悸盗汗,头晕目眩,腰腿酸软,溲黄便干,月经前期,色深红,舌红少苔,脉细数。

2 病因病机

因肾阴亏耗、濡润失职而致性冷淡,阴道分泌物减少;阴虚生内热而致五心烦热,急躁易怒;虚火内扰,心神失养而致心悸盗汗;阴精不足,髓海失养而致头晕目眩;肾府失养而致腰腿酸软;虚火扰及胞宫而致月经前期。舌红少苔,脉细数,亦为阴虚之象。

3 治疗原则

滋阴清热。

4 主治方剂及方解

方剂:知柏地黄汤加二至丸。

方解:熟地、山萸肉、山药滋补肾阴,补肝脾固肾;泽泻、茯苓、丹皮宣泻肾浊,淡渗利湿,清泻肝火;三补三泻,通补开合,补而不膩。知母、黄柏加强清热效力,加旱莲草、女贞子补益肾精阴血,共起滋阴清热之功效。

(三) 命门火衰型

1 临床症状

多见禀赋素虚者。性冷淡,高潮障碍,并多伴不孕,畏寒肢冷,腰膝酸冷,少气懒言,尿清便溏,月经量少,行经愆期,腹部冷痛,舌淡,脉沉迟。

2 病因病机

因禀赋不足、肾阳衰微而致性欲冷淡,高潮缺乏;肾阳不足、温煦失

职而致畏寒肢冷；肾府失养，气乏鼓动而致腰膝酸冷，少气懒言；阳虚不能化气而致小便清长；肾阳衰微，胞宫寒冷而致月经量少而愆期，腹冷不孕。舌淡，脉沉迟，亦为命门火衰之象。

3 治疗原则

温补肾阳。

4 主治方剂及方解

方剂：右归丸加味。

方解：熟地、山药、山萸肉、枸杞子滋补肾阴；肉桂、附子温养肾阳；菟丝子、鹿角胶填补，肾精；当归养血益阴，杜仲温肾强腰，加蛇床子壮肾益阳，共起温补肾阳、填充精血之功效。

(四)肝气郁结型

1 临床症状

常见于夫妻感情不和，情志不舒者。性欲淡漠或无快感，性交不适，伴抑郁不舒，烦躁易怒，胸闷长叹，经期乳房胀痛，行经时腹痛，月经不调，舌苔薄，脉沉弦。

2 病因病机

因情志不和，肝失条达则性欲淡漠；肝失疏泄而致烦躁易怒；气机不畅而致胸闷不舒，喜长叹息；气滞肝脉，则行经乳房及小腹胀痛。苔薄，脉弦，亦为肝郁之象。

3 治疗原则

疏肝解郁。

4 主治方剂及方解

方剂：柴胡舒肝散。

方解：柴胡舒肝解郁；枳壳、香附、陈皮疏解肝经气滞；川芎活血行滞，开肝经之血而解郁；芍药甘草和血缓急，调和肝脾，共起疏肝解郁之功效。



女子性冷淡治疗八法

第一法：在医生指导下巧用 中药治疗女子性冷淡

(一) 当 归

当归，又名西归、秦归等。

当归为伞形科草本植物当归的根。主产于甘肃省东南部的岷县，产量多，质量好，世称“西归”。其次，陕西、四川、云南、湖北等省也有栽培。以主根肥大、身长、支根少、断面黄白色、气味浓厚者为佳。秋天采挖，除尽芦头、须根，待水分稍行蒸发后，按大小粗细分别捆成小把，用微火缓缓熏干或用硫黄烟熏干。切片生用，或经酒拌、酒炒用。

1 主要成分

当归含挥发油，油中主要成分为具特殊香气的正丁烯内脂、藁木内脂、正中十二烷醇、佛手柑内酯等，同时还含微量维生素 B₁₂、维生素 E、阿魏酸、烟酸、丁二酸、胆碱、多种氨基酸、蔗糖等。

2 现代药理学研究发现

- (1) 当归有兴奋子宫作用。
- (2) 当归有补血作用。
- (3) 当归有保护肝脏，防止肝糖元降低的作用。
- (4) 当归有提高全身代谢镇痛、镇静及抗炎作用。
- (5) 当归有抗心律不齐作用。
- (6) 当归对外周血管有明显扩张作用，有抑制血小板凝集作用。
- (7) 当归对痢疾杆菌、伤寒杆菌、大肠杆菌、溶血性链球菌等有一定抑制作用。

3 性味、归经及主治

(1)性味:甘、辛,温。

(2)归经:归心、肝、脾经。

(3)主治:各种贫血症;妇女月经不调、经闭、痛经、胎前产后诸疾;因血津枯而致的肠燥便秘;跌打损伤,痹痛麻木,淤血作痛。

4 用法、用量与配伍

(1)用法:补血用当归身,破血用当归尾,和血(补血活血)用全当归。

(2)用量:常用量5~15克。

(3)配伍:

①当归配川芎、地黄、芍药等,治疗妇女月经不调、经闭痛经及胎前产后等。

②当归配黄芪、熟地、制何首乌等,治疗血虚萎黄。

③当归配桂枝、白芍、甘草、饴糖等,治疗虚寒腹痛。

④当归配鸡血藤、桑寄生等,治疗血虚所致的痹痛麻木。

⑤当归配羌活、独活、威灵仙、海风藤等,治疗血虚所致的风寒湿痹。

⑥当归配丹参、桃仁、红花、炒山甲等,治疗淤血作痛或跌打损伤肿痛等。

⑦当归配生何首乌、肉苁蓉、火麻仁等,治疗血虚肠燥便秘。

⑧当归配银花、甘草、天花粉、炮山甲等,治疗疮疡痈疽症。

5 治疗女子性冷淡举例

(1)治疗妇女因血虚所致的月经不调及性欲低下:

主证:经行延后,量少,色淡红,质清稀,无淤血块,面色萎黄,心烦少寐,性欲淡漠,舌质淡,苔薄白,脉细弱。

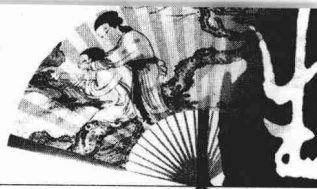
处方:当归15克,白芍12克,熟地12克,川芎5克。

用法:每日1剂,水煎服。

(2)治疗肝肾精血亏虚所致的女子体弱、早衰、性快感缺乏:

主证:头晕眼花,须发早白,性冷淡,腰膝酸软,月经量少色淡,面容少华,皮肤粗糙,性快感缺乏,无主动的性欲要求,舌淡,脉细。

处方:全当归25克,枸杞子15克,制首乌15克,鸡肉250克,精盐、味精各适量。



用法:将鸡肉洗净,切块,与当归等3味中药一次置于砂锅中,加清水,用文火炖至鸡肉熟烂时即可吃。

每日1剂,分早、晚2次温服。喝药汤,吃鸡肉。每10剂为一个疗程。

(3)辅助治疗有气血两虚表现的女子性欲低下:

主证:面色少华,神疲肢软,形体瘦弱,畏风怕冷,性欲低下,月经后期、经血少,舌质淡,苔薄白,脉细。

处方:当归50克,续断50克,白芍60克,熟地黄100克,川芎40克,黄芪40克,肉桂40克,麦冬40克,干姜40克,吴茱萸100克,甘草25克,大枣20个,白酒2500克。

用法:将以上中药捣碎,用细纱布袋包扎好,放入盛有白酒的瓦酒坛中浸泡,12小时后,加水1000克,置文火上煮至取1500克药酒时取下待冷,隔日摇动数下,10~15天即可开封取饮。

每日早、中、晚饭前各温饮15毫升。

6 禁忌

- (1)妇女月经血量多时慎用。
- (2)湿盛中满及便溏者均不宜用。
- (3)脘腹胀满、食欲缺乏、舌苔厚腻者忌服。

(二)熟地

熟地为玄参科草本植物地黄根的加工品,通常以酒、砂仁、陈皮为辅料,将干生地反复蒸熟至内外都成为黑色,质地柔软黏腻并显油润光泽时即成,用时切片。主产于河南、浙江等省;河北、湖南、湖北、四川等地亦产。以体大质重,断面油润乌黑、味甘甜者为佳。

1 主要成分

熟地主要含环烯醚萜甙类之梓醇、p-谷甾醇及甘露醇,少量豆甾醇,以及地黄素、生物碱、脂肪酸、蔗糖、果糖、葡萄糖等多种糖类及多种氨基酸,尤以精氨酸含量最高。

2 现代药理学研究发现

- (1)熟地有改善肾功能、降低血压作用。
- (2)熟地有强心、止血、利尿及迟效性缓和泻下作用。

- (3) 熟地有降血糖作用。
- (4) 熟地有抗衰老及延缓、减轻皮肤老化作用。
- (5) 熟地有保肝及防止肝糖原减少的作用。
- (6) 熟地有抗血栓形成的作用。

3 性味、归经及主治

- (1) 性味:甘,微温。
- (2) 归经:归肝、肾经。
- (3) 主治:精血双亏,瘦弱,须发早白,耳鸣耳聋等;血虚萎黄,眩晕心悸,肾阴不足,腰膝酸软。

4 用法、用量与配伍

- (1) 用法:宜与砂仁、陈皮等健脾开胃药同用,以防黏腻碍胃。
- (2) 用量:常用量 10~30 克。
- (3) 配伍:
 - ① 熟地配山药、山药、山萸肉、丹皮、茯苓、泽泻,治疗肾阴亏虚,潮热盗汗,遗精及消渴等证。
 - ② 熟地配何首乌、女贞子、早莲草、山萸肉等,治疗精血亏虚,头晕眼花,耳鸣耳聋,须发早白等。
 - ③ 熟地配制何首乌、当归、白芍、龙眼肉,枣仁等,治疗血虚萎黄,眩晕心悸。
 - ④ 熟地配当归、芍药、川芎等,治疗妇女血虚月经不调,痛经等证。

5 治疗女子性冷淡举例

- (1) 治疗有血虚表现的月经不调、性欲低下女子:
 - 主证:月经迟后,量少,色淡红,伴小腹不适,头晕眼花,失眠多梦,性欲低下,舌淡,脉细弱。
 - 处方:熟地黄 15 克,丹参 10 克,玫瑰花 5 克。
 - 用法:每日 1 剂,水煎,每日分早、晚各一次,用温糯米酒兑服。15 剂为一个疗程。
- (2) 治疗女子宫冷带下、性欲低下等:
 - 主证:下腹冷痛,白带清稀,性欲低下,腰酸肢软,面容苍白,月经量少,经血色淡,舌淡,苔白,脉细。
 - 处方:熟地 90 克,胡桃肉 60 克,白术 90 克,温胞脐(海狗肾)60 克,



人参 60 克,白茯苓 60 克,当归 60 克,川芎 60 克,枸杞 60 克,小茴香 60 克,白芍 60 克,黄芪 60 克,杜仲 60 克,牛膝 60 克,破故纸 60 克,川芎 60 克,远志 60 克,木香 30 克,茯神 30 克,炙甘草 30 克,沉香 15 克。

用法:将以上各中药共研为细末,用制脘脐酒煮糊为丸,如梧桐子大,密封于干净瓶中。

每日 2 次,每次 50 粒,空腹用米酒送服。

(3) 辅助治疗精血亏虚所致的性欲减退:

主证:女子性欲减退,月经不调,须发早白,头发枯脆易脱,舌质淡,脉细。

处方:熟地黄 80 克,枸杞子 80 克,甘菊花 60 克,肉苁蓉 30 克,炒陈曲 40 克,白酒 2000 克。

用法:将以上中药捣成细末,用细纱布袋包扎好,放入干净容器中,倒入白酒,加盖密封,置阴凉干燥处,常摇动,14 天后即可开封取饮。

每日 2 次,早、晚各温饮 15 毫升。

(4) 辅助治疗伴有腰膝冷痛的中年女子气血不足性欲缺乏:

主证:腰膝冷痛,遇寒及冬天加重,四肢乏力,性欲缺乏,性交时及性交后感气短,舌质淡、脉细。

熟地 100 克,乌蛇 1 条,续断 15 克,赤箭 15 克,党参 30 克,桂心 15 克,当归 30 克,萆薢 15 克,川芎 15 克,酸枣仁 15 克,山萸肉 15 克,五味子 15 克,漏芦 15 克,五加皮 15 克,制附子 15 克,仙灵脾 15 克,骨碎补 15 克,荆芥 7 克,川椒 7 克,肉苁蓉 15 克,木香 15 克,石斛 5 克,防风 15 克,牛膝 15 克,白酒 2 公斤。

处方:将乌蛇去头尾,焙干。

用法:将以上各药共捣碎,加乌蛇,用白布袋装好,置干净器中以酒浸泡,封口,7 日后即可开取,去渣备用。

每日 3 次,每次饭前温饮 10~20 克。

6 禁忌

(1) 熟地忌用铜器煎熬。

(2) 熟地不宜与萝卜、葱、蒜、猪血同食。

(3) 熟地性质滋腻,有碍消化,故气滞痰多、脘腹胀满及食少便溏者忌服。

(三)阿 胶

阿胶又名驴皮胶、阿胶珠、陈阿胶、蛤蜊粉炒阿胶、蒲黄炒阿胶。

阿胶为马科动物驴的皮,经漂泡去毛后熬制而成的胶块。古时以产于东阿(即今山东东阿县)而得名。主产山东、河北、浙江、江苏等地。以色乌黑光亮,断面紫红,质地硬脆无腥气者为佳。以原胶块用;或将胶块打碎,用蛤蜊粉炒成阿胶珠用。

1 主要成分

阿胶主含胶原、钙、硫。胶原水解后成明胶蛋白,明胶蛋白水解产生多种氨基酸,如赖氨酸、精氨酸、组氨酸、胱氨酸等。

2 现代药理学研究发现

- (1) 阿胶有加速红细胞和血红蛋白的生成,有抗贫血作用。
- (2) 阿胶有促进血液凝固作用。
- (3) 阿胶有对抗创伤性休克,使血压上升的作用。
- (4) 阿胶可改善人体内钙的平衡,能促进钙的吸收、留存,使血钙增高。

3 性味、归经及主治

- (1) 性味:甘,平。
- (2) 归经:归肝、胃、肺经。
- (3) 主治:女人血痛血枯、血淋血尿、吐血衄血等。

4 用法、用量与配伍

(1) 用法:用开水或黄酒化服,入汤剂应烊化冲服,用于止血宜蒲黄炒,润肺宜蛤蜊粉炒。

(2) 用量:常用量 5~10 克。

(3) 配伍:

- ① 阿胶配熟地、当归、黄芪、党参、枣仁等,治疗血虚眩晕心悸。
- ② 阿胶配生地、麦冬、丹参、白芍等,治疗阴虚心烦失眠。
- ③ 阿胶配牡蛎、鳖甲、白芍、麦冬等,治疗热病伤阴,虚风内动。
- ④ 阿胶配甜杏仁、百部、沙参等,治疗虚劳咳。