

借

效方·按摩·食疗丛书  
主编  
卢祥之  
杜惠芳  
编著

# 治疗 常见妇女病

## 效方·按摩·食疗



中国医药科技出版社

R271  
129  
效方·按摩·食疗丛书

卢祥之 主编

治疗常见妇女病效方·按摩·食疗

杜惠芳

杜竞成

编著

中国医药科技出版社

登记证号:(京)075号

## 内 容 提 要

常见妇女病很多,治疗方法也多。但通过中医中药的治疗,辅以按摩、食疗,方法简单、实用,疗效可靠,往往可收事半功倍之效。本书的作者,从简单、实用、有效三方面出发,将妇女病的诊断方法、治疗方法、用药遣方和注意事项,以及食疗效方、按摩手法均作了比较全面的说明,文字简浅,通俗易懂,取材容易而又经济实用,故可作为临床工作者参考,也可作为广大城乡一般群众的求医问药医疗科普读物。

### 治疗常见妇女病效方·按摩·食疗

卢祥之 主编 杜惠芳 杜竞成 编著

\*

中国医药科技出版社 出版

(北京西直门外北礼士路甲38号)

邮政编码 100180

山西新华书店 发行

山西省晋中日报印刷厂 印刷

\*

开本: 787×1092mm<sup>1</sup>/32 印张:5.5

字数:118千字 印数:1—7300册

1992年1月第1版 1992年1月第1次印刷

ISBN 7-5067-0451-X/R·0391

定价:3.40元

## 序

我在政府部门工作时，曾经常到省城各类医院了解情况，亲睹过医疗室外待诊的“长龙”，也曾深入乡村调查过尚待强化的医疗技术、尚待改进的医疗设施。其时，为百姓“解除病痛”的愿望久积在心，几乎成了我的心病。直至到新闻出版系统工作，当成摞的医学书籍搁置案头，从中我似乎看出了患者与医书之间的端倪：一是百姓缺乏卫生保健常识，致使患病率增加；二是大量的医书或为学术专著或理论争鸣，艰深晦涩，均是出版给医生们看的，群众得不到一般的医疗知识，病无巨细当然全得上医院。《效方·按摩·食疗》的主编卢祥之同志邀我为这套医疗科普丛书写个序，我想就从此谈起。

国家“八五”规划，把医疗卫生工作的重点放到农村，是从中国的国情出发的，有鲜明的群众观点，其意义的深远正在于要求医疗工作更好地为基层服务。党把为人民服务作为对出版工作的一个最根本要求，繁荣出版，就是满足人民群众不同层次的、多方面的、健康的精神需求。从目前的出版状况看，消遣性、娱乐性图书的比例不断增长，学术著作较少，即便出版也大都深奥难懂，不易为一般群众接受，而广大群众尤为需求的有很强知识性、适用性的普及类图书却寥

寥甚少，不尽合理的图书结构致使群众买称心书难的呼声也越来越高。

《效方·按摩·食疗》以常见的心脏病、肝肾病、妇女病、胃肠病、腰腿病、儿科病、癫痫瘕病等为主要内容，共七册，详尽介绍了治疗上述病症传统的和现代的有效方剂、按摩手法和食疗方法，每一分册均基本做到了有论述、有方法、有药剂。我推荐这类书，不仅仅因为它作为医疗科普读物，精方简药，实用有效，更主要的是因为它从酝酿到付梓出版始终本着“为读者着想，为群众服务”的原则，在编辑过程中尽量适应一般读者的阅读层次和水平，对病症分析的论述详细通俗，医疗方法也简便易行，本书作为医疗科普丛书，起了很好的导向作用，对于使图书结构日趋合理同样具有积极意义。

愿本书能做广大读者的良师益友，愿更多为人民群众服务的好书问世。

山西省新闻出版局局长 贾鸿鸣

一九九二年春于太原

# 目 次

第一章 妇女疾病的生理病理特点.....	(1)
第一节 生理特点.....	(1)
第二节 病理特点.....	(5)
第二章 诊法和辨证.....	(8)
第一节 问诊.....	(8)
第二节 望诊.....	(11)
第三节 闻诊.....	(13)
第四节 切诊.....	(13)
第三章 治疗方法.....	(16)
第一节 调气血.....	(16)
第二节 和脾胃.....	(17)
第三节 养肝肾.....	(17)
第四章 常见病治疗.....	(19)
第一节 月经病.....	(19)
月经不调.....	(20)
痛经.....	(33)
闭经.....	(37)
崩漏.....	(42)
附一：月经期用药注意事项.....	(47)

第二节	盆腔炎 .....	(48)
第三节	带下病 .....	(54)
第四节	经前期紧张证 .....	(59)
第五节	阴痒 .....	(62)
第六节	妊娠恶阻 .....	(64)
第七节	胎漏 .....	(67)
第八节	习惯性流产 .....	(69)
第九节	难产 .....	(73)
第十节	产后病 .....	(75)
	恶露不下 .....	(77)
	恶露不绝 .....	(78)
	产后小便不通 .....	(81)
	产后发热 .....	(84)
	产后大便难 .....	(90)
	乳汁不行 .....	(91)
第十一节	子宫脱垂 .....	(95)
第十二节	乳痈 .....	(98)
第五章	妇女病常用中药选 .....	(105)
	附二：妊娠期用药禁忌 .....	(121)
第六章	妇女病常用中药成方选 .....	(124)
	附三：妇女病常用按摩经络穴位 .....	(145)

## 第一章 妇女疾病的生理病理特点

妇女病大致包括调经、崩漏、带下、种子、胎前、小产、临产、产后、杂病等类，一般归纳为经、带、胎、产、杂病五个方面。

由于妇女在生理上有经、孕、产、育等特点，因此，也就产生经、带、胎、产等一些特殊病变。如《千金要方》说：“夫妇人之别有方者，以其血气不调，胎妊、生产、崩伤之异故也。所以妇人病比男子十倍难疗……若四时节气为病、虚实冷热为患者，与丈夫同也；惟怀胎妊挟病者，避其毒药耳。”这说明妇女疾病确有其独特之处。

妇女疾病是相当复杂的，所以寇宗奭有“宁治十男子，莫治一妇人”之说。但是妇女担负着孕育乳哺延续后代的责任，唯有强壮的母亲，才有健康的子女，所以做好妇女疾病防治工作，对后代的优生和民族的健康，都有密切的关系。

### 第一节 生理特点

#### 女子胞

女子胞一名胞宫，又名子宫，它的位置在小腹的正中线，



膀胱的后面，直肠的前面，是女子生理的特殊器官。《内经》称它为“奇恒之府”，主月经和胎孕。它与冲脉和任脉有密切的联系，胞所以能够发挥它的生理作用，主要是受冲任的影响。《内经》上说：“任脉通、太冲脉盛，月事以时下”，就说明了它们的密切关系。

此外，胞的脉络又上通于心，下通于肾，和心肾也有联系。心生血，肾藏精，心肾功能正常，精血能达到胞中，则月经胎孕正常；如果胞脉阻塞，可以使心气不能下达于胞，发生经闭；或肾气不能上荣于舌，出现子暗。胞虽为“奇恒之府”，但不是孤立的，它与脏腑、经脉都互相联系，尤其和冲、任、心、肾的联系更为密切。

## 冲、任、督、带

冲、任、督、带是奇经八脉的一部分，它们在妇女的生理上，有着重要的作用，其中以冲、任的功用更为显著。

冲脉是总领十二经气血的要冲，起自胞中，上行至头，下行到足，前行于腹，后行于背，是五脏、六腑、十二经脉气血会聚的地方，古人称它为：“五脏六腑之海”或是“十二经之海”，又有称为“血海”的。妇女血海满盈，就能上行成为乳汁，下行成为月经。

任脉起自会阴，经过胞中，沿腹向下行，是全身阴脉总汇的地方，有总任一身阴脉的作用，古人称它是“阴脉之海”。因为它与胞宫相连接，又有主持女子生育的功能。

督脉亦从会阴出发，沿着脊柱向上行，有总督全身阳脉的作用，古人称它是“阳脉之海”。

带脉环绕腰部一周，它的主要作用是约束其它经脉，加强经脉间的相互联系。

冲、任、督、带，虽然各有不同的作用，但它们又是密切联系的。古人把冲、任、督、带的关系说成是：“三脉（冲、任、督）同起而异行，皆络于带脉”，就这样使它们紧密联系，相互影响，构成一个有机联系的系统，这个系统对于妇女的月经、生育等有直接的关系。

## 月 经

健康的女子一般到 14 岁左右，就开始出现月经，月经的周期约为 1 月一次，日期大致不变。古人因为它每月到期即来，和月的到期必圆，经常不变一样，所以叫它是月经，又叫月信或月水、信水。

产生月经的机理，主要在于肾气和冲、任的作用。肾藏精，主持人体的生长发育，女子到 7 岁左右，肾气逐渐旺盛，身体上发生显著的变化，开始更换牙齿，这时头发也开始长得更好。到了 14 岁左右，肾气更加充沛，五脏、六腑都发育得更完善，生殖机能成熟，冲脉、任脉开始发挥它的作用，这时血海满溢，就出现月经。

正常的月经，平均约 28 天来一次（可能差错 2~3 天），排气时间一般是 3~5 天，排出量约 50~100 毫升，颜色呈暗红色，初来时较淡，逐渐加深，最后又转淡红，一般不凝结，无血块、无特殊臭味。

月经除了妊娠和哺乳期而外，都是有规律的按期而来，另外，也有每两个月来一次的，叫做“并月”，3 个月来一次的，叫

做“居经”(又叫“按季”或“季经),1年才来一次的叫做“避年”,终身不来月经又能受孕的叫做“暗经”,受孕以后仍然按期排出少量月经,并不影响胎儿的叫做“激经”(又叫“盛胎”或“垢胎”),这些都是生理的特殊现象,并非疾病。

在月经来潮及行经时,可能有轻微的小腹及腰背堕胀,头昏痛,乳房作胀,全身疲倦,饮食减少,情绪容易波动等现象,一般在月经过后自然消失,不属病理范围。

月经在初潮和经绝时期,往往出现不规则的情况。初潮期常有周期延迟或停闭2~3月的,如果没有特殊的症状,可以不必治疗,短期内即可达到正常。

## 妊 娠

胎孕的形成是男女之“精”的结合,“精”是构成人体的基本物质,它具有生殖和生长发育的能力。人的精是储藏在肾的,男女两性在发育成熟以后,肾精充足,这时两性相交,两精结合,就可以构成胎孕。

受孕以后,生理上起了一些特殊的变化。首先由于要供给胎儿的营养,就必须分一部分血来养胎,从全身的气血来说,就形成了血分不足,气分有余的现象。

还有月经停止,阴道分泌物增多,乳房逐渐膨大,乳头和乳晕的颜色加深,并有圆形颗粒突起。在妊娠初期,可以挤出一些乳汁,面部前额及腹部中线有色素沉着,呈棕褐色。在妊娠3个月后,随着胎儿的发育,子宫逐渐增大,小腹开始膨隆。4个月后,孕妇可以自觉胎动。在妊娠初期常有食欲异常,喜吃酸味饮食,并有轻度的恶心作呕,晨起头昏,末期常有小便

频数,大便秘结。

## 临产和产后

受孕到了280天左右(约9个半月)就要生产,正常的生产过程,是一种生理的自然现象,一般没有什么痛苦。在临产时,先出现腰部及腹部阵阵作胀,小腹亦感到重坠,这种堕胀开始较轻,间歇的时间亦较长,以后愈来愈紧,渐至肛门堕胀,产户窘迫,象大小便都急的样子,这时产门全开,胎儿头部首先露出,接着全身逐渐娩出体外。

由于生产时的疲乏和出血,使体内的阴血骤虚,津液不足,阴虚不能潜阳,阳气容易浮散,腠理不密。因此,在产后的第一天,可能出现轻微的发烧,怕冷,出汗,脉迟缓等现象,这种现象如果迅速消退,不作疾病处理。此外,因产时胞宫的损伤,产后阴道内有恶露流出,先是鲜红的血液,以后渐淡呈粉红色,一般在20天左右自止。

## 第二节 病理特点

病因是产生妇女疾病的原因,和其它临证各科一样,不外六淫、七情以及饮食、劳倦、房室等所损伤,但是在这些原因中,妇科仍有它的特点。从外感六淫来说,往往容易侵害妇女的血分,血受热则流行加速,受寒就凝滞不通。热盛就会迫血妄行,常常引起月经先期、过多、崩漏、经行吐衄、经前便血等病。寒盛就会使血凝结壅塞,容易引起月经后期、量少、痛经、

经闭、症瘕等病。此外风和湿亦常常侵袭冲、任，引起瘕聚、白带、痛经、月经不调等病。

七情的刺激，是妇女疾病的主要因素。房室不节也是引起妇女病的一个重要因素，因为性生活过度，往往损伤冲、任和肝、肾，产生经、带、胎、产等方面的疾病。

病机妇女疾病的致病因素，虽然以六淫、七情、房室等为主，但是必须引起以下的病理变化，才能发生疾病。

1. 气血不调：这是产生妇女疾病的主要病机之一。因为月经、胎产都和血分有密切关系，在经期、胎产中容易伤血而引起疾病。血与气又有着不可分割的关系，血赖气来运行，气以血作依附，血的虚实、寒热、升降都随气而变化。一般说来，气虚血亦虚，气实血亦实；气寒血就寒，气热血就热；气升血就随气上升，气陷血就随气下陷。无论什么因素，只要影响了气或血，引起气血不调，就可以产生妇女疾病。

2. 五脏不和：也是产生妇女病的主要机理之一。妇女以血为本，血的来源又与五脏有密切关系，任何因素，只要影响到五脏的功能，引起血气的病变，就可以产生疾病。例如忧愁思虑伤心，致使心气不通或心血不足，常易发生月经不调、闭经、不孕等病；大怒伤肝，血不循经，或肝郁气滞，阻碍血行，常易引起月经不调、经闭、崩漏、经行吐衄、痛经等病；饮食劳倦或忧思伤脾，脾虚气弱，可以引起中气下陷，失去统摄血液的作用；或运化无力，血虚不足，发生崩漏、带下、经闭等病；外感六淫或悲哀过度，致使肺气损伤，不能运血，可以引起血虚或血枯，形成月经停闭，身体瘦弱，甚至成为癆瘵；久坐湿地或骤然受到惊骇，或性生活过度，都能耗伤肾气，引起月经不调、崩漏、带下、流产、不孕等病。

3. 冲、任二脉损伤：这是妇女病最主要机理。冲脉、任脉的功能正常，月经按时来潮，才能怀孕生子，如果受了各种不良因素的刺激，产生了病变，血海不能按时满盈，胞胎无所系，就会引起种种疾病。

气血、五脏、冲脉、任脉，虽是各有不同的作用，但其相互之间又有密切的联系，经、带、胎、产都为冲脉、任脉所主持，而二脉又必须接受来自脏腑的气血滋养，才能发挥它的作用。因此，无论何种因素，只要影响了其中之一，就可以引起冲、任二脉的病变而发生疾病。

## 第二章 诊法和辨证

妇女疾病的诊断,也和其它疾病一样,需要通过问、望、闻、切四诊。但由于妇女在生理、病理方面都有其特点,故在诊断上也有其特异之处,著名中医学者周凤梧教授,曾详论四诊之要,引述如下。

### 第一节 问诊

问诊是诊断疾病的重要方法之一,是作出正确诊断的必不可少的第一步。要确诊一个疾病,首先必须了解它的全部情况,辨证才有充分的根据。

**一、问诊的方法及注意事项** 在问诊时,医生必须有充分的耐心、同情心及责任感,态度要和蔼。要使病人毫无保留地、毫无顾虑地据实叙说,这样,得到的病史才真实可靠,有参考价值。

有的病人在陈述病史时杂乱无章,医生要抓住重点,深入追询。

**二、问年龄** 由于不同年龄的妇女其生理状态亦有所不同,因而在发病上亦有差异。有些疾病多发于青年,如痛经、月经先后无定期;有些病则多发于中年,如肝郁、崩漏,带下等;

有些病又多见于老年，如经断前后诸证及肿瘤。

**三、问月经** 首先问初潮年龄和初潮后的月经情况，包括月经周期、经期天数、血量多少、经色、经质、有无血块，行经时有无痛处等，行经时有无腰、腹、胸、肋、乳房疼痛，以及最后1次月经和日期等。如初潮年龄过迟，周期不定，量少，色淡，常为肾气未充，冲任不盛；或脾胃亏损，气血生化不足所致。

月经先期，量多，色深红或紫，时夹血块，面红，喜凉畏热，大多属热；月经后期，量少，色黯红或淡，喜热畏凉，或小腹冷痛得热减轻，大都属寒。月经量多或日久不止，色红或紫，腰腹胀痛，头晕口干，多属血热；如血似黑豆汁，喜热畏凉，四肢清冷，小腹冷痛，喜得热按，多为虚寒。如行经时小腹冷痛拒按，大都属实；隐痛而喜按，大都属虚。经将行而腹先痛属气滞；经行后而腹作痛属血虚。行经期胀甚于痛为气滞，痛甚于胀为血瘀。

停经数月，面色苍白或青黄，头目眩晕，饮食减少，心悸气短，或腰腹胀痛，甚则形体消瘦，皮肤干燥，多为血虚经闭。

如停经2个月左右，嗜酸作呕，头昏头痛，倦怠嗜睡，不欲饮食，多为妊娠早期。停经4个月以上，腹部渐大，自觉有物微动，乳头色黑，乳房发胀，为妊娠中期。

如受孕后而按月行经为“盛胎”，不时下血为“胎漏”。

**四、问带下** 带下是妇女常有的现象。若平时津津常润，白带不多，仅在月经中期、经前或孕期，带下略多，无臭味，无不适，则属生理现象，不是病态。如带下过多，或色、质、味异常，则为病态，且可变生他疾。如带下量多色白，精神不振，胃纳不佳，多属脾虚湿注；如带下质稀如水，腰痛如折，小腹时觉冷感，小便清长，则为肾虚；如赤白杂下，淋漓不断，微有臭气，



多属肝经湿热。如带下量多、质稀、色黄绿，呈泡沫状，多为滴虫感染；若带下如豆腐渣状，伴有外阴、阴道作痒或疼痛，多为霉菌感染；若五色带下，秽臭异常，多为肿瘤或细菌感染。凡带下色白而清稀，其气腥臭，多为虚证、寒证；色黄或赤，稠粘臭秽，多为实证、热证。

**五、问妊娠** 诊断妇女疾病，除了问月经、带下之外，还要询问患者是否已婚。如已婚，应进一步询问有无生育史，生过几胎，有无小产、人工流产，以往分娩情况是否正常，现在有无胎动下血、头晕目眩、肢体浮肿等。

**六、问产后** 应问分娩情况是否正常，产时流血多少，恶露多少，颜色红淡，有无臭气，以及小腹有无胀痛，大便是否通畅等。

**七、问前后二阴** 在了解经、带、胎、产之后，还应询问前阴和后阴有无特殊感觉，如妊娠常感前后阴坠胀，腰部酸胀，此为肾虚，多主小产。妊娠早期，子宫增大而将膀胱向上推移，及妊娠晚期胎儿压迫膀胱，皆可引起尿频现象，产后可自愈。如小便滞涩，胀急而痛，倚息不得卧，为小便不通，多属气虚或胎儿下压膀胱。如怀孕而小便频数，淋漓涩痛，为妊娠淋证，多属虚热。产后自觉阴道肿胀，或有物附出阴道外，为子宫脱垂，多属气虚。外阴及阴道瘙痒疼痛，为阴痒，属湿热下注。

**八、问旧病** 除了解现在病情外，要进一步询问过去曾患何种疾病，以便分析病者气血的盛衰，体质的强弱，结合现在症状帮助诊断。

**九、问生活、职业、嗜好及家庭情况** 了解生活、职业、嗜好及家庭情况，对分析病情亦有参考价值。如久居湿地，或在水湿地区作业，常为寒湿所侵，易患带下及痛经。如在经期、产