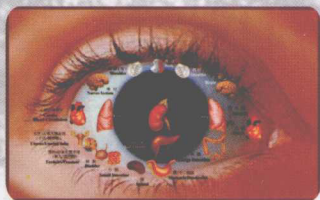




赠光盘



望眼辨治 老年疾病

郑德良◎著

老年疾病在眼睛上的表现

老年疾病诊断与治疗特点

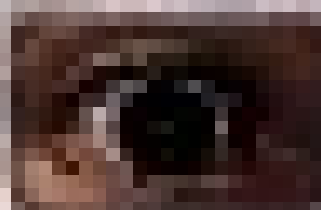
老年疾病望眼辨证论治

EYE DIAGNOSIS ON
SENILE DISEASES



辽宁科学技术出版社

LIAONING SCIENCE AND TECHNOLOGY PUBLISHING HOUSE



望眼辨治 老年疾病

张伯伦 著

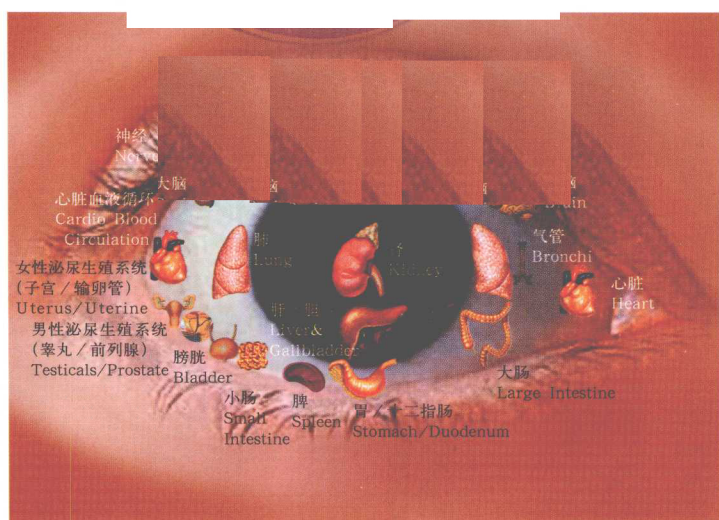
中国中医药出版社
CHINA TRADITIONAL CHINESE MEDICINE PRESS
100029 北京

ISBN 7-302-04511-1
定价：25.00元

Eye diagnosis on senile diseases

望眼辨治 老年疾病

(赠光盘)



辽宁科学技术出版社

· 沈 阳 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

望眼辨治老年疾病 / 郑德良著. — 沈阳: 辽宁科学技术出版社, 2010.2

ISBN 978-7-5381-6229-5

I. 望... II. 郑... III. 眼—望诊 (中医)—应用—老年病—辨证论治 IV. R259.92

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 234335 号

出版发行: 辽宁科学技术出版社

(地址: 沈阳市和平区十一纬路 29 号 邮编: 110003)

印刷者: 辽宁印刷集团美术印刷厂

经销者: 各地新华书店

幅面尺寸: 184mm × 260mm

印 张: 10

字 数: 150 千字

印 数: 1~4 000

出版时间: 2010 年 2 月第 1 版

印刷时间: 2010 年 2 月第 1 次印刷

责任编辑: 寿亚荷

封面设计: 翰鼎文化 / 达达

插图绘制: 李 斌 林思予 张 虹

光盘录制: 刘立克 刘美思 刘 实

版式设计: 袁 舒

责任校对: 周 文

书 号: ISBN 978-7-5381-6229-5

定 价: 65.00 元 (赠光盘)

联系电话: 024-23284370

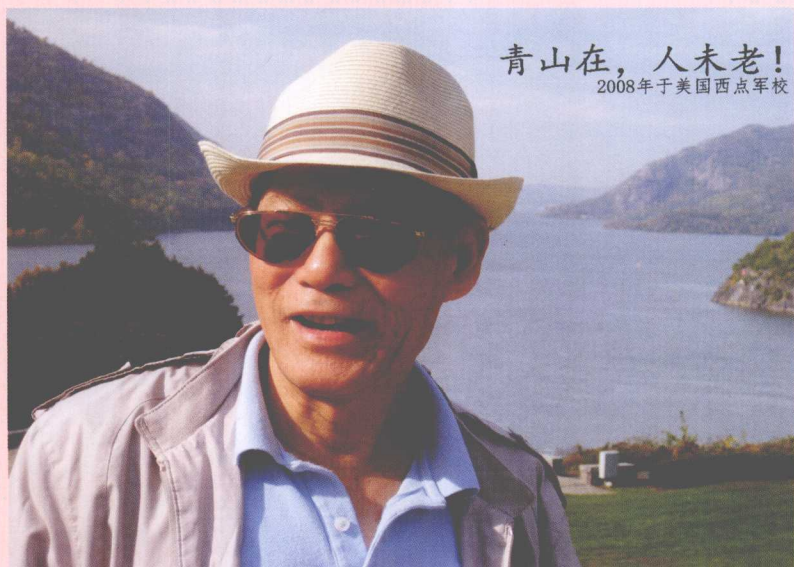
邮购热线: 024-23284502

E-mail: dlgsz@mail.lnpgc.com.cn

<http://www.lnkj.com.cn>

本书网址: www.lnkj.cn/uri.sh/6229

作者简介



郑德良，男，祖籍广东省中山市。曾任中山大学教授，现定居美国。

作者致力于眼与全身疾病关系的研究，始于1968年。初期借助传统中医眼科的理论框架，从临床上探索眼与脏腑之间“有其内，必形诸于外”的辩证关系。2000年以来，进一步吸收现代电脑科技的新成果，突破传统医学的技术局限。经过10年的反复研究，使望眼辨证的中医方法在实践中形成“数码眼影像、中医辨证论治”的现代方法，成为紧随欧洲虹膜诊断、中国眼针之后，又一个独具特色的眼诊学派。

从2003年起，作者在这个独特医学领域内的主要著作有：

(1)《中医望眼辨证图解》(郑德良/郑智峰著，辽宁科学技术出版社，2003/台湾楷博出版社，2006)。

(2)《望眼辨治女性疾病》(郑德良/郑智峰著，辽宁科学技术出版社，2006)。

(3)《望眼知健康》(郑德良著，辽宁科学技术出版社，2008)。

(4)《郑氏望眼诊病挂图》(郑德良/郑智峰著，辽宁科学技术出版社，2006)。

(5)《中医望诊彩色图谱》(望眼诊病部分主编，郑德良，辽宁科学技术出版社，2008)。

前言

最近这10年,我们已经将望眼辨证这个领域的研究成果陆续公之于众了。这对于一个幅员广大、人口众多、总体经济发展水平和人均国民收入都还比较低的国家来说,在改善其医疗管理体制和医疗技术进步方面也许会有些助益。作为炎黄子孙,在弘扬祖国优秀传统医药文化方面也算尽了自己的责任。在今天,即使像美国这样一个经济大国,不管专业人士或普通美国人也不像35年前那样,对东方特色的医疗技术不屑一顾了。也许读者没有想到,以哈佛大学医学院为首,全美竟然有34家主流大学开设有东方医学的选修课及相关的研究所。据著名的霍金斯医学院(JOHNS HOPKINS)最近公布一项调查表明,目前已有40%的美国人选择被他们称为替代医学(CAM)的东方医药技术治疗各种慢性病,在痛症方面更高达50%,半数以上美国人愿意使用(中)草药解决病症问题,大约2/3的美国人认为替代医学行之有效。从我们这些年的实际临床观察来看,可能比这个统计比例要高一些,来自各方面的信息表明,这种趋势还将持续下去。事实上,像曼哈顿这样一个资金和人才高度集中、商业成本极其高昂的地方,如果过不了市场检验这一关,没有被消费者反复认可的确凿疗效,我们这个被称为替代医学的小诊所,哪怕一天也难以维持下去。也许是这个原因,美国著名的《时尚》(Men's Vogue)杂志,于2008年第4期“健康专栏”上用了两个整版,对我们这种东方特色的“眼像辨证,中药治病”的方法作了一个专访报道,这也表明美国读者正需要更多地了解和接受东方的医药文化。

就拿我们这几年相继出版的《中医望眼辨证图解》、《望眼辨治女性疾病》以及《望眼知健康》这几本书来说吧,尽管人们觉得在中国市场上的价格不菲,但如果美国或欧洲读者想直接从我们这里购买的话,按美元汇价却要花上近8倍的价钱,结果还是不断被读者买走。最近,加州一位医学博士来信说:“感谢您将您的望眼诊病的经验奉献给中医界。”他随信还附上支票,请我们将这3本书邮寄给他。可以设想,作为一位博览群书的医学专家,他只是对我们的研究成果略有所闻而已,在未曾真正见过这些书的情况下,愿意拿出一笔钱来买这些书,一定认为这些书有别于其他一般医学著作,在学术文化和临床研究方面有其值得关注的地方,否则他就绝不会如此费周章。

我曾经在最近出版的《望眼知健康》一书的序言中说过,我们尽管从不自觉到自觉地寻找眼睛与整体联系规律方面,断断续续花了40年的工夫,但到目前为止,还只是开了个头,要想让这项具有浓厚东方文化特色的医学研究成果真正能在医学进步中持续发扬光大,还有很多事情要做,其中之一就是从理论到临床实践上继续推及至各个医疗保健领域。在21世纪的今天,一个有史以来的庞大“银发”医疗保健市场正呈爆发式增长。西方国家正在“老年医学”方面千方百计动用各种资源加强研究和开发。出版社的同仁早就洞悉到了这种现象和发展趋势,特别建议作者在完成《望眼知健康》一书以后,立即着手将望眼辨证的临床研究推及至老年人医学领域。虽然本人随着年龄增长,加上日常繁忙的门诊业务,已颇有些倦意,但经再三考虑,我还是很乐意地接受了他们的计划安排。毕竟本人也算是个老年人了,对这方面的探索自然备感亲切,体会也更深一些。何况我们这个小诊所每天接触到的客人,大多

是年过70岁的耆老，最高是96岁的寿星，60~65岁这个年龄层次的就更多了。怎样才能为这些耆老们提供更适合于其生理特征的诊疗服务？这也正是我们每天都必须面对的课题。

这几年来，我们还发现了一个令人感到忧虑的医学现象，那就是单从生理年龄来看，无论如何都算不上“老”，可是有些人还不到35岁，甚至30岁左右的青壮年，其经脉气血已经出现严重的衰退现象，我们称之为“早老”或“早衰”。一位在纽约从事国际金融投资的客人，5年前陪太太来访时，还是一位英俊潇洒、体魄强健的青年才俊，今年初刚过30岁生日。可是不久前他来访时，同5年前那种充满活力的样子却大相径庭，只见他头发开始发白、形容憔悴，面部长满暗疮，声音低沉。我问他最近是否得过什么病？他告诉我说，两周前他不知什么原因突然上吐下泻，全身乏力，经过医院详细检查未发现任何胃及消化道感染。回家后，虽然全天卧床休息，但还是呕吐不止，3天之内瘦了7公斤，不知如何是好。我们通过望诊发现其虹膜已经变形，角膜缘出现大面积脂质沉淀，外眦呈充血性血管增生，巩结膜呈淡黄色。这显然属于肝经气血严重劳损、过早衰老的眼像。我告诉他，由于他每天几乎24小时在电脑面前监测全球各大金融市场的行情变化，平时更缺少运动，已导致脑神经过度疲劳，内分泌失调及免疫系统功能下降。如果按中医的说法则是劳心过度，乃至阴虚阳损，肝气衰弱，脏腑功能已迅速衰老。我考虑现代医学对这类功能失调症状的处理难有什么好办法，于是当机立断，采取类似对老年病一样回阳急救、填精益气、敛肝健脾的方法，让其从整体上回到中医说的阴平阳秘状态，也就是现代医学所说的，调整其神经系统和内分泌系统，改善其免疫功能，让其恢复体内酸碱平衡状态。经过一个多月的治疗和休息，他的体力和精神总算逐步恢复过来。这也许是一个很极端的病例，但绝不是唯一的一个。在当代社会中，老化或衰老已经不是一个单纯的生理年龄概念了，各种衰老的生理特征已不一定只在那些年过60岁的人身上出现，一些严重的老年性疾病，已在一些不到50岁，甚至更年轻一些人士身上发生。例如高血压、高血脂、高胆固醇、高血糖、中风等病症在当今一些青壮年人中同样存在。两年前，当我看到年仅37岁的温州籍上海中发电器集团董事长、南民先生因患脑血栓而突然死亡的消息后，为医学的无奈和人类面临的健康危机感到震惊。人们梦寐以求的社会经济繁荣发展，不但没有使自身的健康状况得到进一步改善，反而出现严重倒退。一个积累了亿万家财的企业家，其实际寿命竟然不及150年前的世界平均（45岁）数。这种在事业成功与健康之间的平衡过犹不及，严重违背正常人的生理和生活规律的现象，难道还不值得我们各个方面，包括医学和社会生活的各个领域深入思考吗？

虽然，从总的历史发展趋势来看，21世纪的人类平均寿命肯定会远高于过去，但是今天处在转型期的社会中，面对经济全球化发展，并不是人人都能如此，人们必须从防老抗衰中更好地把握自己的健康。正如球星姚明所说：健康比别的什么都重要。本书将秉承过去一贯的写作风格，充分运用我们的科技特色，尽可能采用通俗易懂的语言，简明的临床病例，坚持图文并茂的原则。当然，作为一种临床医学经验和理论，医学界的同道们如能合作和理解的话，一定能对人类健康长寿事业作出更大的贡献。

同过去一样，如果没有寿亚荷编审的热情推动以及辽宁科学技术出版社领导的支持，本书肯定不会如此顺利地与读者见面的，在此谨表谢意！

不久前，惊悉卓越的社会活动家、国际知名学者、我最亲密的导师**吴大琨**教授，在刚刚迈进90高龄时在北京与世长辞，我们全家为此感到非常难过，谨以此书作为对吴老先生的永远纪念！

郑和良

2009年3月15日于纽约

目 录

上篇 老年疾病的中医观念

第一章 新世纪的中医发展与望眼辨证	2
第一节 中医药发展的新世纪	2
第二节 传统中医与望眼辨证	3
第二章 衰老过程的生理特征	6
第一节 正常老化与病态老化	6
第二节 衰老的生理特征	7
第三节 祖国医学怎样认识老化	8
第四节 现代医学关于抗老防衰的研究	11
第三章 老年眼睛的形态特征及其临床意义	14
第一节 为什么会老眼昏花?	16
第二节 “老年环”的形成与发展	17
第三节 老年性白内障及其临床意义	18
第四节 巩结膜及周边眼组织的老化	18
第五节 老年眼底变化与全身病的关系	18
第四章 老年疾病诊断与治疗的特点	19
第一节 老年疾病的一般特点	19
第二节 老年疾病诊断难	21

第三节	老年疾病的防治	23
第五章	望眼辨证与老年疾病的防治	25
第一节	中医望眼辨证论治方法	25
第二节	慎重选择诊断治疗方法	26

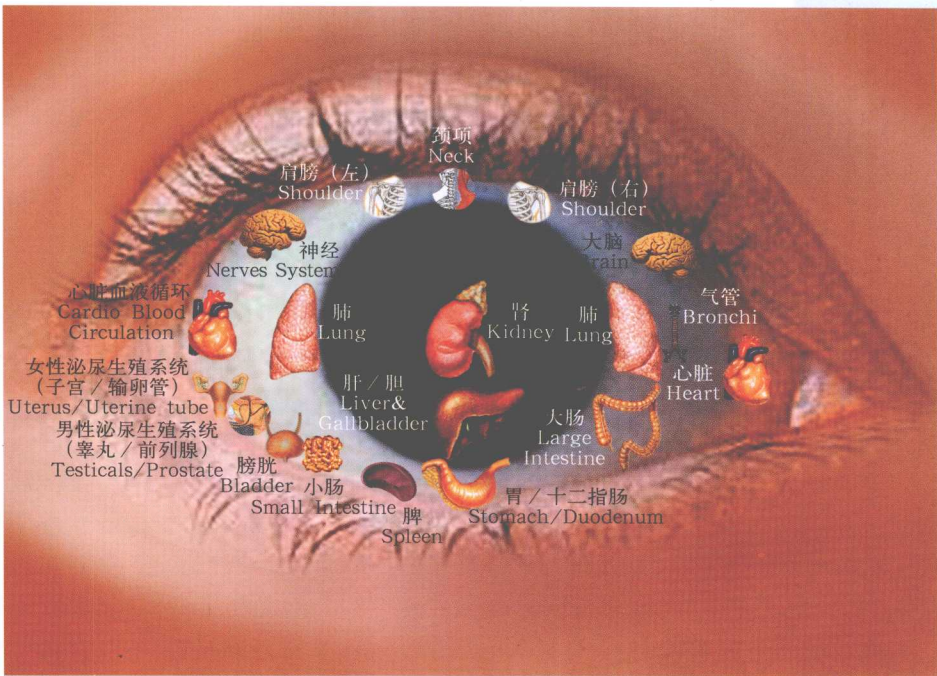
下篇 老年疾病望眼辨证论治

第六章	心脑血管系统疾病	30
第一节	中西医对心脑血管疾病防治的差异	30
第二节	心脑血管系统症状的眼像图谱	31
第三节	心脑血管及相关疾病临床案例	32
一、	心 / 肺呼吸功能衰竭	32
二、	心律失常	34
三、	痰阻脉络	35
四、	中风	37
五、	神志失常	39
六、	焦虑与紧张	41
七、	更年期综合征	42
八、	脑血管神经官能症	44
九、	小脑萎缩	45
第四节	心血管系统疾病的预防性检查与治疗	47
一、	胃肠系统疾病伴隐匿性心脏病	47
二、	肾囊肿伴心血管病	49
第五节	帕金森病的中医治疗原则	50

第七章 肺及上呼吸道系统感染疾病	57
第一节 家传奇效“秀珍树仔茶”	57
第二节 老年人肺及支气管感染的常见眼像图谱	59
第三节 肺及呼吸系统临床病案	60
一、肺癌	60
二、老年慢性支气管炎	63
三、支气管哮喘	68
第八章 胃及肠道系统疾病	70
胃及肠道系统疾病的眼像图谱与病案	70
一、胃虚疼痛	70
二、胃寒、胃溃疡	72
三、胃气郁结	72
四、疑似癌症的严重胃病	74
五、痞满、慢性胃炎	76
六、胃气损伤	77
七、滞胀、肥胖症	78
八、便秘	80
第九章 从肝肾辨证论治中老年人杂病	83
第一节 中医学关于肝肾功能的概念差异	83
第二节 肝肾功能衰变的眼像图谱	84
第三节 从肝肾望眼辨证论治病案	87
一、眩晕	87
二、高血压	89
三、睡眠障碍	92
四、肝郁诸症	95

五、肝虚肾亏	103
六、糖尿病	105
七、肾结石	106
八、尿频（糖尿症）	108
九、老年性腰腿痛	110
十、腰痛、腰椎间盘突出	112
十一、脚痛	113
十二、脚肿	116
十三、痿症	117
十四、老年性阴道炎	122
十五、老年男性前列腺癌	123
十六、老年性颈椎病	126
十七、风湿关节痛	129
十八、老年人飞蚊症	130
 附 录	 132
后 记	146

上篇



老年疾病的中医观念



新世纪的中医发展与望眼辨证

第一节

中医药发展的新世纪

近 10 年来，我发现在大中华文化地区（包括台湾、香港）有关中医、中药方面的书籍、文献，包括各种古籍、文献，医学新出版数量品种之多，学科题材之丰富和其广泛性都是旷世仅见，在印刷方面之精美，发行的数量之大也是我平生未见过，这种欣欣向荣之景象，预示着中医、中药发展的新世纪已经来临。我想，这种新局面，大致由以下几个方面汇聚而成。

第一，进入 21 世纪后，大批 70 岁上下、临床经验丰富、医术精湛、勤于思考和写作的名老中医，包括一批优秀的中西结合专家在退休和半退休状态下，自己亲自动手或在其晚辈的协助下撰写的专著，如雨后春笋般出现。其中有名医吕景山为其导师撰写的《施金墨医案解读》及《施金墨对药经验集》、董振华等精心之作《祝湛予验案精选》、张大钊编著的《中医文化对谈录》，中医眼科有《韦玉英眼科经验集》、张梅芳的《眼科血症》以及中国中医药出版社组织出版的《中国百年百名中医临床医家丛书》等。此外，像早年出版的《蒲辅周医案》、焦树德的《医学实践录》、蒋森的《血瘀论》、陆德铭的《中医外科诊疗图谱》等都是非常宝贵的中华医学文化财富，这一大批作者都是华夏文化承传的佼佼者，是推动这股世纪中医、中药发展新浪潮的主将。

第二，在保卫和促进中医、中药文化发展中，在中华大地上崛起的一批新力军锐不可当。众所周知，本世纪初，在国内外医学文化界，包括一些冠以科学家桂冠的少数人士，突然以中医“不科学”或“伪科学”的恶名攻击中医，鼓吹废除中医的时候，立即招来炎黄子孙们的奋起反击。其中一批年轻的中医学新秀包括他们的新著，例如唐云的《走近中医》、刘力红的《思考中医》、毛嘉陵的《第三只眼看中医》、廖育群的《医者意也》、高也陶的《看中医还是看西医》、宋福



印的《气血脉型辨证理论与临床》等都是思想活跃、充满哲理、见解独到的优秀中医学者，这些医学文化精英代表着中医学文化发展的希望和力量。

第三，西医在临床与教育中的主导地位，在实践中不断受到挑战。在整个现代医学体系中，西医在临床上不断暴露出来的缺陷已尽人皆知。例如，面对一个未婚未育女子月经不调导致的子宫积瘀，中医只要几贴“桃红四物汤”加味就可以了，但美国医生的做法是刮宫。美国一位专于医疗保健的记者写了一本书，名叫《处理过头》，详尽地揭示美国现行医学的种种问题，令人感到触目惊心。在中国从事临床医疗、教学和科研45年的著名医学专家温振英的《医话验案精选》一书，公开地、系统地揭露西医误诊误治的各种医案的情况，在过去的确是难得一见的。也许是为了避免正面冲击西医这种主导地位，或者从学术角度来说，在肯定西医的长处的同时，更多地肯定中医优势的书籍更是俯拾皆是。细读妇科专家朱南孙教授的《治病囊秘》、治疗冠心病的中医专家郭士魁的临床经验与学术思想后，颇为发人深省。

第四，现代中医已逐步成为预防医学、养生保健、防老抗衰的主力军。中医的生命力和优势在于治“未病”，也就是今天人们所说的预防和养生之道。这正好与近30年来人们生活水平和收入水平飞跃提高，对保健养生需求日益强烈的状况相适应。在中华大地上涌现出来的各种养生专著中，出现了一批现代医学出身，但善于扬中医之长、避西医之短的高级专家作者，这批不同凡响的专家所写的著作，诸如专门为第一代新中国领导人医疗保健服务的高级保健专家胡维勤的《将中医进行到底》、顾英奇等的《健康红宝书》、黄民杰主任医师编著的《老年健康忠告》以及台湾名医张步桃的《张步桃养生观》等绝不是那些缺少临床经验和学术思考、10天成一书的快餐读物可比拟的。除此之外，还有一大批医经和经方的研究和诠释、中医食疗、中西医结合的科普读物，其中尤以杨力教授的《中医运气学》以及陈树森教授的《百病良方中医辨病与辨证论治》、陆广莘等《在北大学中医》等。

在这股大发展浪潮中，人们不断从各个方面探讨中医的创新发展，努力充实、完善各种行之有效的辨证方法体系，以便更好地发挥中医的优势。

第二节

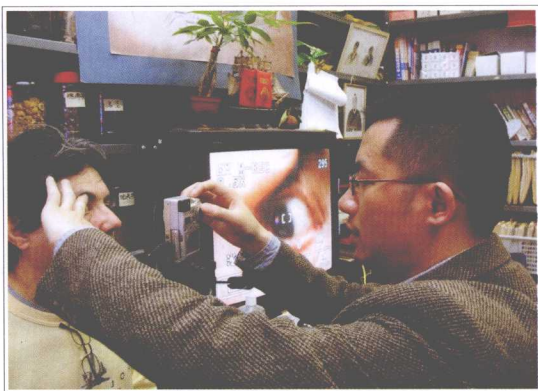
传统中医与望眼辨证

一、何谓望眼辨证

望眼辨证是在中国古代辩证唯物主义哲学思想启发下，从中医的整体观出发，在总结古代埃及、印度及中国医生观目诊病经验基础上，融入现代数码影像及医学科技作诊断，使用传统中草药治疗的一种简便、有效而成本低的诊疗方法。这种具有东方特色的临床理论和技术，其学术概念起源于20世纪60年代的中国，理论上在20世纪70—80年代得到进一步发展，经过本世纪在美国的实践研究，成为继欧洲虹膜诊断、中国眼针疗法之后的一个新的世界眼诊学派。



中医认为,人有五脏六腑、四肢百骸,但都是一个动态平衡的整体。中医说“有其内,必形诸外”,也就是说,“病在内,证在外”。中医师会通过望、闻、问、切的方法充分收集患者的各种外部症候,运用中医学理论加以综合分析,对其内在的疾病本质作出一个诊断,这就叫“辨证”。中医面对患者,通常不直接叫“诊病”,而是“诊证”或“辨证”,不同于西医专治“已病”,中医更擅长于治“未病”。



“数码眼影像、中医辨证论治”的现代方法示意图

经过将近40年的深入观察和研究,我们发现在古代中医理论中,特别是在中医眼科中,有不少关于眼睛与人体五脏六腑之间构成某种有规律的动态联系论述。通过视力正常眼睛的色泽、血管和形态变化,可以了解到人体五脏六腑的健康状况。

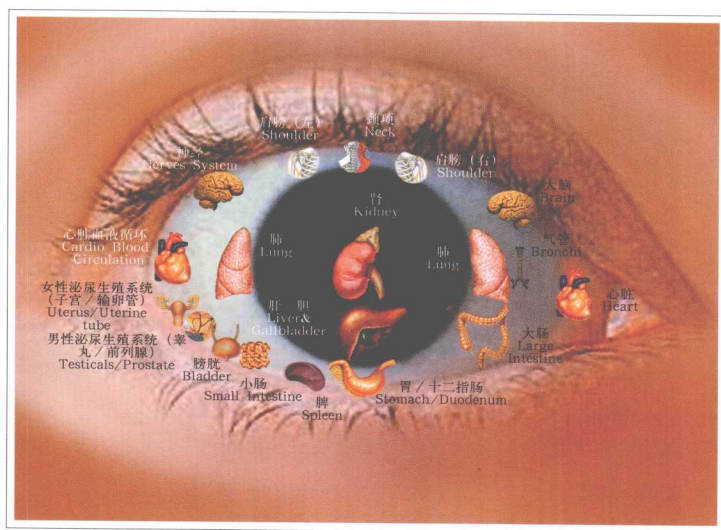
从本世纪开始,以纽约为基地所提供的望眼诊疗服务对象,以及中英文书籍资料传播,在美国已扩展到新泽西州、加州、夏威夷、华盛顿DC等十多个州郡,在国外有加拿大、南美洲、日本、马来西亚、印度尼西亚、英国、法国、德国、荷兰、以色列、土耳其、加纳、尼日利亚、南非等国家和地区。在中国,包括北京、上海、深圳、香港及台湾,总人次超过5万多,许多被西方医学视为无法医治的慢性、功能性障碍的患者,以及老年性、退行性病变的人士、不孕症人士得到有效服务。这种别具一格的辨证治病方法,在疾病预防和保健方面受到广泛的欢迎。

二、郑氏望眼诊病图

郑氏望眼诊病图是根据传统中医“有其内,必形诸于外”的原理,借助中医眼科“五轮”学说,从形态上进一步确定眼与人体五脏六腑关系的临床实用模拟图。本图定位清楚,容易掌握,自我检测直观、方便,人人都可以掌握,适合各种人种,可以作为了解整体身体健康状况,及时发现健康隐患的指南。作为医者,也是我们在临床上进行辨证论治的基本依据。曾在中南海专门为中央领导人服务多年的保健专家胡维勤医生,今年初在《将中医进行到底》一书中说:“根据我多年的临床经验,眼睛几乎与全身疾病都有关。”可惜,由于篇幅关系,他未能在这方面进一步展开阐述。读者会问,为什么会有这种关系?以及如何具体利用这种关系作为自我健康管理的窗口?其基本原理我已分别在拙作《中医望眼辨证图解》及《望眼知健康》中讲得比较详尽。当今许多中医学者,在讲到眼对整体健康的信息反映时,大多都会引用《黄帝内经》“五脏六腑之精气,皆上注于目而为之精”这个经典命题,其所表达的意思是说,人的眼睛,包括瞳孔、巩结膜、虹膜、晶状体及视觉神经系统的组织和视力功能都是由五脏六腑的精气所汇注而成的,反过来说,眼睛的各个部分蕴涵着人体五脏六腑的精气。不过各个不



同部分构成精气的形态不同，具体地说，“骨之精为瞳孔、筋之精为黑眼、血之精为络、气之精为白眼、肌肉之精为约束”。中医的藏象理论讲肾主骨，所以瞳孔为骨之精气所聚反映于肾。同理，心主血，血中之精气会聚于双眦成脉络反映于心；肺主气，气之精会聚成白睛反映于肺；脾主肌肉，肌肉（脾）之精气会聚成眼睑反映于脾。根据这个中医学原理，中医不但在内科辨证论治上建立科学理论基础，而且中医眼科还在这个基础上，进一步从形态学上产生一个独特的辨证论治框架，那就是“五轮学说”。五轮学说直接将五脏六腑定位于眼睛的各个部位，用中医的藏象学说进行辨证论治。我们根据这个道理，经过长期的研究，融合电脑科技将这种复杂的关系图像化。读者只要依照图示指引，初步掌握眼睛异常的色素、血管和形态变化特征，就可以获得身体各种健康状况信息。



2009年修订版眼诊图





衰老过程的生理特征

第一节

正常老化与病态老化

人的一生从婴儿开始,经历童年、少年、青年、壮年到暮年的几个不同阶段。虽然按照科学家的说法,人可以活到120岁,甚至可以活得更长一些,事实上,也的确有人达到或接近科学家初步认定的120岁的自然年龄。据调查,目前全球110岁以上、120岁以下的寿星只有75人(女64人,男11人)。不过,虽然在人间出现这种超乎寻常的长寿者,但就人的普遍自然成长规律来看,现阶段110岁以上高寿者当属例外。不过人到了60~65岁就进入老年期,无论从外在的形态特征和内在的生理机能以及精神心理状态,这种由于年龄的自然增长而出现身体功能下降的现象,医学上称之为正常老化或生理性老化。这种老化是不会停止,也不会逆转,直到生命之终结,这是一个不可抗拒的自然发展过程,任何先进医学也无能为力。千百年来人们所追求的“长生不老”,也只是一种美好愿望而已。

根据现代医学的研究,人类的年龄已经被区分为“生理年龄”和“实际年龄”,前者是从脱离母体那天起计算的自然年龄,称为生理年龄;后者是根据人的实际身体机能表现,并参照其生理年龄而说的实际年龄。这两者之间往往会由于自然环境、职业以及社会生活方面的影响而出现很大差距。例如,我们最近接待一位女性客人,无论从神色、形态看上去只有30岁出头,但其生理年龄已快50岁了,原因是她从30岁开始,每次月经前就服3剂中药活血通经,月经干净后连服5剂八珍汤补益气血,20年从不间断。她把这些药叫做健康茶,长时间坚持下去,这位女士的生理年龄大于实际年龄,做到许多女性梦寐以求的“青春常驻”状态。相反,有的人由于过于操劳,实际年龄大于生理年龄,医学上称为“早老”或“病态老化”。

