

本书包含月经先期、月经后期、月经先后无定期、
月经延长、月经过多、月经过少、痛经、崩漏、闭经
9种病证，使读者了解月经病、清楚如何就诊、学会自
我调养



谈 名中医 月经病

主编 吴昆仑



科学出版社

名中医谈慢性病系列

名中医谈月经病

吴昆仑 主编

北 京

内 容 简 介

本书共分 10 个部分,包含对月经及月经病的概述,以及月经先期、月经后期、月经先后无定期、月经延长、月经过多、月经过少、痛经、崩漏、闭经 9 种病证的相关内容。本书系统介绍月经的由来及月经病发病的病因病机、治疗原则、自我预防等,并围绕各种月经病,对如何辨识该病、如何有效就诊、中医治疗的常用处方、怎样定期进行复查和家庭自我调养等基础知识展开详细介绍。全书图文并茂,还配以二维码扫描技术,为读者带来新颖的视读体验。

本书源于中医的临床实践,深入浅出,集科学性、知识性、实用性、新颖性于一体,力求理论与实践相结合,使患者能够了解自己的疾病,清楚治疗过程,懂得如何就诊,学会自我调理保养;也可供医护人员指导月经病患者诊疗调养时进行参考。

图书在版编目(CIP)数据

名中医谈月经病 / 吴昆仑主编. —北京: 科学出版社, 2017. 5

(名中医谈慢性病系列)

ISBN 978-7-03-052637-3

I. ①名… II. ①吴… III. ①月经病—中医疗法
IV. ①R271.11

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 089920 号

责任编辑: 朱 灵

责任印制: 谭宏宇 / 封面设计: 殷 靓

科学出版社 出版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码: 100717

<http://www.sciencep.com>

南京展望文化发展有限公司排版

上海叶大印务发展有限公司印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2017 年 5 月第 一 版 开本: A5(890×1240)

2017 年 5 月第一次印刷 印张: 3 3/4

字数: 61 000

定价: 25.00 元

(如有印装质量问题,我社负责调换)

《名中医谈月经病》

编委会

主 编：吴昆仑

副主编：范春香 唐苾苾 都乐亦

编 委：（按姓氏笔画排序）

卜林凌 叶 璐 李 菁 吴 眉

吴昆仑 忻玉荣 宋李冬 张 蓉

范春香 都乐亦 徐佩文 唐苾苾

蒋彩荣 潘樱稚

序

中医药是中华民族文化中的瑰宝,在漫长的繁衍生息中,中医药在防病治病中发挥了重要的作用。上海在发展中医药工作中,结合上海特点,发挥海派中医特色优势,以中医药内涵为重点,持续提升中医药服务能力,为加快推进中医药传承与创新建设,2016年上海市卫生和计划生育委员会、上海市中医药发展办公室,启动了上海市基层名老中医专家传承研究工作室建设工作,对基层名老中医专家学术经验进行系统整理、总结和研究,在更好地发扬和传承基层名老中医药专家的临床经验的同时,培养了一批基层中医临床业务骨干,建成一支医术精湛、特色明显、扎根基层、服务百姓的基层中医人才队伍。“吴昆仑上海市基层名老中医工作室”就是其中之一,在建设过程中充分发挥中医药传承作用,在人才培养和中医药服务能力提升上取得了成绩。

适逢“吴昆仑上海市基层名老中医专家传承工作室”团队根据多年来的临床实践经验,编撰出版《名中医谈月经病》一书,是基层名老中医专家传承工作室的重要成果。中医药对妇人疾病的治疗有其明显的优势和不可替代的作用,本书运用中医药理论基础结合现代医学生理病理知识,以及临床实践经验,着重阐述中医药对该疾病的治疗方法。更有特点的是,还从平时的情志起居调摄、保健按摩、运动饮食等方面对患者进行指导。此书的出版,既能使我们感受到团队的辛勤劳作,亦能提高读者对中医药治疗此类疾病的认知度,也有益于广大读者的防病治病,故为之作序。

张怀琼

前 言

中医中药在我国人民治病防病中发挥了重要作用,其中对妇科月经疾病的治疗更具其优势和疗效,深受人们认可。上海市卫生和计划生育委员会、上海市中医药发展办公室,为了发扬传承和建设创新上海市中医药事业的发展,于2016年初正式启动了上海市基层名老中医专家传承工作室建设工作,意在进一步发掘、整理名老中医专家们的学术思想和临床经验,以及加快年轻中医药人才队伍的培养、提高,更好地运用临床,服务社会百姓。

科学出版社启动“名中医谈慢性病”丛书项目,有幸我们团队参加了编写月经病方面的工作,经大家共同商议酝酿拟以女性生理、中医妇科基础知识、临床表现结合名老中医专家的临床治疗经验为主线展开,选择临床工作中常见的月经先期、月经后期、月经先后无定期、月经延长、月经过多、月经过少、痛经、崩漏、闭经9种病证,详细叙述疾

病的病因病机、治疗原则、自我防预、个人调养等,力求简单明了、通俗易懂地指导读者了解疾病,学会看病及自我调养。非专业人士对所述疾病的病因病机、辨证分型、治疗用药等事宜,须请教专业人员为宜。本书对专业院校的同学以及青年专业医生也是有益之参考书籍。

本书的出版得到上海市卫生和计划生育委员会、上海市中医药发展办公室立项的“上海市基层名老中医专家传承工作室”建设项目基金的资助,上海市卫生和计划生育委员会副主任、上海市中医药发展办公室副主任张怀琼先生为我们作序,一并致谢。

限于编者的水平,本书的不足之处在所难免,期待广大读者批评指正,以利于今后改进提高。

主 编

序	iii
前言	v
一、月经及月经病	1
二、月经先期	6
一、概述	6
二、诊疗过程	6
三、常用处方	9
四、定期复查	13
五、家庭自我调养	14
三、月经后期	16
一、概述	16
二、诊疗过程	17

三、常用处方	19
四、定期复查	23
五、家庭自我调养	23
 月经先后无定期	 26
一、概述	26
二、诊疗过程	27
三、常用处方	27
四、定期复查	31
五、家庭自我调养	31
 月经延长	 34
一、概述	34
二、诊疗过程	34
三、常用处方	36
四、定期复查	40
五、家庭自我调养	41
 月经过多	 46
一、概述	46
二、诊疗过程	47

三、常用处方	50
四、定期复查	55
五、家庭自我调养	55
 月经过少	 61
一、概述	61
二、诊疗过程	62
三、常用处方	63
四、定期复查	67
五、家庭自我调养	67
 痛经	 73
一、概述	73
二、诊疗过程	74
三、常用处方	76
四、定期复查	79
五、家庭自我调养	79
 崩漏	 83
一、概述	83
二、诊疗过程	84

三、常用处方	85
四、定期复查	89
五、家庭自我调养	89
闭经	94
一、概述	94
二、诊疗过程	95
三、常用处方	96
四、定期复查	100
五、家庭自我调养	101
附：耳穴图	103
参考文献	104

❧ 月经及月经病 ❧

月经,俗称例假、大姨妈、老朋友、月事、见红、月水等,中医称为经血,因多数人是每月出现1次而故称为月经,实际是指已经发育或生育期女性有规律的、周期性的子宫出血。这种出血是伴随女子体内卵巢的卵泡成熟、排卵和黄体形成,子宫内膜从增生到分泌的变化过程。在日常生活中也有不经过排卵而出现子宫出血的现象,称为无排卵性月经。身体健康女性,一般到了14岁左右,月经就开始来潮,称为“初潮”。初潮年龄早的为11~12岁,晚则迟至18岁左右,2000多年前的《素问·上古天真论》也有“女子七岁,肾气盛,齿更发长;二七而天癸至,任脉通,太冲脉盛,月事以时下,故有子……”的论述。除妊娠期、哺乳期无经行外,一般月经来潮1个月1次,按期来潮,前人谓之“如月之盈亏,潮之有信”,故称“月信”或“月水”。到了49岁左右,月经闭停,称为“绝经”或“经断”。绝经年龄也可以因个体差异而相应地提早或者推迟。此外,也有身体无病而每2个月月经来潮1次,称为“并月”(《医宗金鉴·妇科心法要诀》);3个月一行经者,称为“居经”或“季经”(《脉经》);1年只

有1次行经者,称为“避年”(《脉经》),与闭经不同,临床较为少见。还有终身无行经而能孕育者,称为“暗经”(《医宗金鉴·妇科心法要诀》);怀孕之初,按月行经而无损于胎儿者,称为“激经”(《脉经》),亦称“盛胎”或“垢胎”。也有的妇女在哺乳期仍按月行经者,这些均为生理上的个别现象,如在临床上不伴有明显症状者,一般不做疾病论治。

一般情况下,月经除有一定的周期外,月经量的多少也基本恒定,行经持续时间为3~7天,也可因情志或生活环境的改变,引起月经的经期和经量发生变化。月经的颜色多为暗红色,开始时色淡,中间逐渐加深,以后又呈淡红,不凝结,无血块,不稀不稠,无特殊的异常气味。

妇女在日常生活中临经前或行经期间,可能伴有轻微的神疲乏力,小腹坠胀,腰酸肢软,乳房作胀,头晕纳差等现象,一般无须处理,待行经过后,其症状就自然消失。另外,也有部分青年女子,初潮以后,月经不按周期来潮或停闭一段时间后再行者,中医学认为这是因为肾气初盛,冲任二脉尚未充盈的关系。又当年岁到了绝经期前后时常表现有月经周期紊乱,月经量减少,以致逐渐终止。也有部分妇女在这一期间会出现头晕心悸、烘热汗出、烦躁失眠、口干盗汗等症。症状明显,甚至影响正常生活的患者,应予适当治疗。也有绝经一段时间,而后来又来潮的患者,称“经断复来”,应引起重视,及早进行检查,排除异常出血,以免贻误病情。

据统计显示我国现代的女性月经初潮平均年龄约为 12.5 岁,绝经年龄通常为 45~55 岁,其原因与个人体质差异、生活环境、饮食营养、排卵功能老化、雌激素分泌降低等各方面因素相关。

月经病,是指月经的周期、行经期、经量、经色、经质的异常改变,或伴随月经周期出现不适症状为特征的疾病,是女性常见的多发病之一。中医妇科学认为这种现象多因七情所伤或外感六淫,或先天肾气不足、后天失于调养、多产房劳、劳倦过度,使脏气受损、肾肝脾功能失常、气血失调,导致冲任二脉损伤而发病。

常见的月经病有月经先期、月经后期、月经先后无定期、月经过少、月经过多、经期延长、痛经、崩漏、闭经、经间期出血、经行发热、经行头痛、经行腹泻、经行浮肿、经行情志异常、经行乳房胀痛、经断前后诸证、经行感冒等。

以中医学辨证分析,常见月经病的主要病因有寒热湿邪、内伤七情、房劳多产、跌打损伤、饮食不节、劳逸过度和体质因素等。主要病机是正气不足,脏腑功能失调,气血不和,导致冲任二脉损伤,以及肾气—天癸—冲任—胞宫轴功能失常。此外,月经前后诸证、痛经等之所以伴随月经周期而作,除各致病因素外,又与经期前后的特殊生理状态有关。经间期,冲任气血较为平和,致病因素尚不足以引起病变发生;而行经期前后,血海由满而溢,又因溢而虚,冲任二脉气血变化急骤易致病;然

经断前后诸证,则因肾气渐衰,天癸将竭,冲任二脉虚衰,肾之阴阳失调,故发而为病。

医生在月经病诊疗中会着重辨别月经的行经期、经量、经色、经质的异常,伴随月经周期或经断前后出现的症状,结合全身证候,运用脏腑气血辨证进行综合分析。同时会与相关疾病进行鉴别,如经间期出血应与月经先期、赤带相鉴别等;同时也会与发生在月经期间的内、外科病证进行鉴别。因此患者在就诊时要详细回答医生的询问,并尽量提供相关的情况或检查报告等。治疗首先要分清月经病与其他症状相似的疾病,以免混淆误诊,如因月经不调而引发其他疾病,应先调经,经调也利于其他疾病的康复;若因他病而致月经不调者,应治他病,病除则月经自调和。其次要辨清标本缓急,急则治标,缓则治本。如经血暴下,当先止血,若经行腹痛剧烈,应当先止痛,待症状缓解后,再审证求因而治其本。

月经病常见治法有滋肾补肾、疏肝养肝、健脾和胃、调理气血、温经散寒、清热解毒、渗利水湿、理气行滞、活血化瘀等。肾为先天之本,补肾以填补精血为主,佐以助阳益气之品,使阴生阳长,肾气充盛,精血俱旺则月经自调。又调经理血,必先扶脾。扶脾旨在益气血之源,以健脾益气或除湿升阳为主。脾为后天之本,脾气健运,生化有源,统摄有权,则血海充盛,经流自畅。调经肝为先,疏肝则经自调。疏肝意于畅达气机,以开郁行气为主,佐以养血柔肝,使肝气得疏,肝体得养,血海蓄溢有

常,则经病可愈。调理气血应辨气病、血病。病在气,则以治气为主,佐以理血;病在血,则以治血为主,佐以调气。气血为脏腑功能之基础,调理气血亦寓于补肾、扶脾、疏肝之法。调经诸法,又常以补肾扶脾为首。如《景岳全书·妇人规》说:“故调经之事,贵在补脾胃以资血之源,养肾气以安血之室,知斯二者,则尽善矣。”

月经病治疗先贤即有“少年滋肾,中年疏肝,老年扶脾”之论。治疗月经病又要审时度势,因人而异,因时而异。一是治疗时应遵循月经周期各阶段的不同生理特点,疾病的性质,或调和气血,或补肾疏肝,均应补益得当,疏泄合理,均宜慎用;二是需顺应不同年龄阶段论治,不同年龄的妇女有不同的生理病理特点,脏腑虚实各异,治疗的侧重点也不尽相同;三是应遵循急则治其标,缓则治其本,或标本兼顾。此外,服药方法亦有经前服药、经后服药以及日常服药的不同,如痛经病当以月经前服药为好,以使月经前起药效,防治经行腹痛;对经行量少者,则应平时注重对脏腑气血、肝肾的调养,以补肾益精,健脾养肝,充盈气血;对气滞湿阻等证则宜理气化湿清利为治。调经治病,尚应根据经期、经前、经后的生理特点,顺应其势,分步调治,宜补宜泻,分清别浊,不能一概而论,以期药效恰到处。