

芳香·熏洗·饮食宜忌·瑜伽
专家方案·科学疗法

专家指导——饮食宜忌、保健调养、健身防治。

特效疗法——女子气功疗法、瑜伽疗法、按摩疗法、
针灸疗法、敷脐疗法、外敷疗法、熏洗疗法、坐药疗法、
海水浴疗法、芳香疗法。

XINBAN FUKETING

TEXIAO LIAOFA

膳书堂医疗馆 one

新版

主编 柏顺

妇科病

特效疗法



中国医药出版社

新版

膳书堂医疗馆 one

妇科病

芳香 · 熏洗 · 饮食宜忌 · 瑜伽

特效疗法

专家方案

科学疗法

主编/柏 顺

中国医药出版社

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第033027号

妇科病特效疗法>>>>>>>>>>>

定 价：99.00元(全5册)

版权所有，翻印必究；未经许可，不得转载！



序

现代社会中，随着生活水平的提高、物质文明的发展，妇科病的发病率也开始直线上升，严重危害着人们的身体健康，给患者的正常工作和生活都带来了极大的不便和困扰。许多患者千方百计地求医问药，力图早日战胜病魔，再度恢复健康，却可能都没有收到良好的疗效，于是其中一些患者开始变得抑郁消沉、精神萎靡，提不起积极生活的劲头了。

为了帮助患者早日摆脱病魔的困扰，再次充满活力地投身于工作生活中，本书编者特地搜集了各方面的医学资料，以图文并茂、通俗易懂的形式，介绍了国内外多种最新潮、最有效的妇科病特效疗法，其中包括女子气功疗法、瑜伽疗法、按摩疗法、针灸疗法、敷脐疗法、外敷疗法、熏洗疗法、药带疗法、坐药疗法、海水浴疗法、芳香疗法、心理疗法等。

俗语云：病来如山倒，病去如抽丝，由此可见，与病魔作斗争是一个长期的过程，首先需要患者有着坚定的信心、顽强的意志，然后经过耐心的治疗调养，才能够最终痊愈；何况妇科病作为一种对人体危害极大的顽固性疾病，就更需要患者采取科学有效的治疗方式，坚持不懈地进行治疗，才能够最终恢复健康，这也正是本书的意义所在。

此外，需要指出的是：本书所介绍的治病方例和方法只能作为读者参考使用，对一些药物剂量不具有普遍性。因此，建议读者在考虑应用时应征询专业医师的意见进行施治，以免发生危险。

唯愿通过编者的努力能够为您的康复带去一缕希望之光，助您早日登上健康的彼岸。

PART



上篇

疾病常识与防治措施

在对广大患者的临床治疗过程中，医务工作者们发现如果患者对下述问题十分清楚或比较清楚，将在一定程度上提高治疗成功率。

一、子宫出血..... 14

什么是青春期子宫出血 14

怎样治疗青春期子宫出血 14

什么是功能性子宫出血 15

怎样治疗功能性子宫出血 16

二、子宫内膜异位症..... 17

什么是子宫内膜异位症 17

如何治疗子宫内膜异位症 18

三、阴道炎..... 19

什么是滴虫性阴道炎 19

如何治疗滴虫性阴道炎 20

什么是霉菌性阴道炎 21

如何治疗霉菌性阴道炎 22

什么是老年性阴道炎 23

如何治疗老年性阴道炎 23

四、宫颈炎..... 24

什么是宫颈炎 24

如何治疗宫颈炎 24





五、子宫内膜炎..... 25

什么是子宫内膜炎 25

如何治疗子宫内膜炎 26

六、输卵管炎..... 28

什么是输卵管炎 28

输卵管炎的治疗 29

七、盆腔炎..... 30

什么是盆腔炎 30

如何治疗盆腔炎 32

八、外阴瘙痒..... 32

什么是外阴瘙痒 32

如何防治外阴瘙痒 34

九、乳腺疾病..... 35

怎样自我检查乳房肿块 35

如何应对乳腺炎 36

哪些因素可以引发乳腺癌 37

怎样才能预防乳腺癌的发生 40

如何护理乳腺癌术后 41

十、尿路疾病..... 43

如何防治尿道炎 43

什么是女性尿瘘 44

如何防治尿瘘 45

十一、子宫脱垂..... 45

子宫脱垂是怎么引起的 45





子宫脱垂应该怎么防治	46
十二、宫外孕	47
什么是宫外孕	47
宫外孕的治疗方法	49
十三、性病	51
性病有哪几种	51
怎样防治淋病	51
怎样防治软下疳	53
怎样防治尖锐湿疣	54
怎样防治梅毒	54
怎样预防艾滋病	56
十四、月经异常	57
什么是月经病	57
月经病包括哪些种类	58
怎样诊断月经病	60
月经过少怎么办	61
月经周期后延怎么办	63
倒经怎么办	64
如何通过中医来治疗痛经	65
痛经女性如何自我调理	68
什么是闭经	71
什么是原发性闭经	72
什么是继发性闭经	74
什么是子宫性闭经	75



经期关节疼可以预防吗	77
如何处理放环后的月经不调	77
如何处理人流后的月经不调	79

十五、多囊卵巢综合征.....81

什么是多囊卵巢综合征	81
怎样治疗多囊卵巢综合征	82

十六、外阴炎症.....83

什么是外阴炎	83
什么是外阴白斑	84
怎样防治外阴白斑	85

十七、前庭大腺炎.....86

什么是前庭大腺炎	86
前庭大腺炎该怎样防治	87

十八、生殖器官结核.....87

什么是生殖器官结核	87
怎样治疗生殖器官结核	88

十九、不孕不育.....89

哪些常见因素会造成女子不孕	89
如何判断女性不孕	91
哪些炎症会影响女性生育	92

二十、更年期疾病.....93

如何给女性更年期下定义	93
有哪些更年期常见病	94
更年期综合征主要临床表现有哪些	96



如何预防更年期综合征	96
为什么更年期妇女容易发生外阴瘙痒	98
应如何防治更年期外阴瘙痒	98
有哪些更年期常见的肿瘤	99
如何调理更年期失眠	101
什么是更年期骨质疏松症	101
什么是更年期高血压	102
什么是更年期糖尿病	102
二十一、生殖器官肿瘤	103
如何认识生殖器官肿瘤	103
女性切除子宫会有什么副作用	103
什么是子宫肌瘤	104
子宫肌瘤该怎样治疗	104
如何防治宫颈癌	105
如何防治卵巢癌	106



下 篇 特效疗法

气功疗法

本套气功疗法是根据女性的生理特点、生活环境、各个时期生长发育的情况以及各种疾病产生的原因和防治机理而创编的一套完整的练功方法。

气功疗法简介	108
青年女性气功疗法	109
中年女性气功疗法	113

瑜伽疗法

PART

2

瑜伽，是一种受到热烈欢迎的大众健身运动，也是一种积极有效的保健活动。

瑜伽疗法简介	123
子宫筋肿的瑜伽疗法	125
预防子宫病变的瑜伽疗法	126
预防乳腺病变的瑜伽疗法	126
痛经的瑜伽疗法	127
经期宜采取的瑜伽疗法	128

PART

3

按摩疗法

保健按摩是指用双手在身体某些部位或穴位上进行推拿、揉搓、拍打，以促进血液循环，改善消化功能，提高防病抗病的能力。按摩疗法简单易学，使用方便，适合于家庭保健。

按摩疗法简介	132
乳腺炎的按摩疗法	132
乳房皲裂的按摩疗法	133
乳胀的按摩疗法	134
慢性盆腔炎的按摩疗法	134
月经不调的按摩疗法	134
女性漏尿的按摩疗法	135
女性性冷淡的按摩疗法	136
妊娠呕吐的按摩疗法	137



PART

4

针灸疗法

针灸疗法是我国古代劳动人民创造的一种独具特色的医疗方法。特点是治病不靠吃药，只是用针刺入病人身体的一定部位，或利用火的温热刺激烧灼局部，以达到治疗疾病的目的。

针灸疗法简介	140
乳腺增生的针灸疗法	140
原发性痛经的针灸治疗	140
阴道痉挛的针灸疗法	143
产后腰痛的针灸疗法	144

PART

5

敷脐疗法

敷脐疗法治疗妇科病可以收到一定的疗效，没有副作用，且方法简单，容易掌握运用。

敷脐疗法简介	145
痛经的敷脐疗法	146
带下的敷脐疗法	146
恶阻的敷脐疗法	146
胎动的敷脐疗法	146
子宫脱垂的敷脐疗法	147

PART

6

外敷疗法

外敷疗法，又名敷贴疗法，是将药物敷在体表特定部位来治疗疾病的一种民间疗法。

外敷疗法简介	148
--------------	-----





外阴溃疡的外敷疗法	149
功能性子宫出血的外敷疗法	149
乳痛的外敷疗法	149
慢性盆腔结缔组织炎的外敷疗法	150
产后发疹的外敷疗法	150

PART

7

熏洗疗法

将中药煎汤，趁热熏洗患处的方法，称熏洗疗法。具有开泄腠理、通调气血、祛风除湿、清热解毒、消肿止痛、疏风止痒等功效。

熏洗疗法简介	152
子宫脱垂的熏洗疗法	153
子宫颈糜烂的熏洗疗法	154
带下的熏洗疗法	154
阴道炎的熏洗疗法	155
外阴瘙痒症的熏洗疗法	155
外阴神经性皮炎的熏洗疗法	156
乳痛初起的熏洗疗法	157

PART

8

坐药疗法

坐药疗法是指根据病情需要，配制对症的药物，继而将药物塞入阴道或肛门内，或直接坐到药物上，以此达到治疗疾病目的的一种方法。

坐药疗法简介	158
--------------	-----

CONTENTS 目录

阴痒、黄带的坐药疗法	159
念珠菌性阴道炎的坐药疗法	159
滴虫性阴道炎的坐药疗法	159
闭经的坐药疗法	160
子宫颈炎及宫颈糜烂的坐药疗法	160
子宫脱垂的坐药疗法	162
滞产的坐药疗法	162



海水浴疗法

PART



海水浴，是指在海水里洗澡，也包括游泳等健身活动。可以说海水浴是一种把健身与医疗结合得比较完美的活动，适合在夏季采用。对许多妇科病均有一定的疗效。

海水浴疗法简介	163
海水浴的适宜与不适宜人群	165
海水浴的注意事项	165

芳香疗法

PART



芳香疗法，就是利用芳香植物的纯净精油来辅助医疗工作的特色疗法。

芳香疗法简介	167
痛经的芳香疗法	167



上 篇 Shang pian



疾病常识与防治措施



疾病常识与防治措施

ji bing chang shi yu fang zhi cuo shi

在对广大患者的临床治疗过程中, 医务工作者们发现如果患者对下述问题十分清楚或比较清楚, 将在一定程度上提高治疗成功率。



一、子宫出血

什么是青春期子宫出血

青春期子宫出血属于无排卵型功能性子宫出血的一种类型。据调查, 大部分女青年都出现过青春期子宫出血的现象, 只是程度轻重不同而已。

青春期子宫出血和卵巢的功能有关系。正常情况下, 卵巢能产生雌激素和孕激素, 它们有规律地变化, 从而周期性地改变子宫内膜。但是, 青春期女青年的卵巢尚未发育成熟, 卵巢、垂体、下丘脑之间的协调关系还不完善, 致使卵巢的功能很不稳定。又因为青春期女青年情绪容易波动, 或因精神过度紧张、环境和气候的改变、营养不良和代谢紊乱等机体内外因素, 均可左右大脑皮层对卵巢功能的调节。卵巢功能因而失常, 排卵发生

障碍, 即卵巢的卵泡发育增大而不排卵。增大的卵泡非但形同虚设, 而且还不断分泌雌激素(由于没有黄体生成不分泌孕激素)。子宫内膜长期受到雌激素的作用而过度增生, 变得很厚。但因雌激素分泌的量又有很大的波动性, 当雌激素分泌水平下降时, 子宫内膜失去支持而脱落出血; 当雌激素分泌水平上升时, 子宫出血又停止。因此, 临床表现经血量多, 月经不规则。

青春期子宫出血可表现为月经延后或提前, 或月经周期正常, 而月经量过多或连绵不绝没完没了。也可表现为月经周期缩短, 月经频繁, 完全没有规律。如果出血量多, 出血时间长, 常可引起贫血、耳鸣、头晕、面色苍白、乏力等症状, 严重者还会发生休克现象, 甚至危及生命, 应当引起高度重视。

怎样治疗青春期子宫出血

青春期子宫出血的治疗原则是调整周期, 控制出血, 恢复卵巢排卵功能。止血可用己烯雌酚1~2毫克, 每天3次口服, 或苯甲酸雌二





醇2~5毫克，每3小时左右肌肉注射1次，止血后改用己烯雌酚口服，并逐渐减量，每3天减服1次，每次递减原用量的1/3至维持量，每天0.5毫克维持20天。停药2~5天后有属正常现象的撤药性子宫出血。己烯雌酚常引起恶心呕吐，可同服维生素B₆，以缓解其副作用。控制出血后，可用雌、孕激素调整周期，每日口服己烯雌酚1毫克，连续22天，于最后5天每天加黄体酮10毫克肌肉注射。一般经2~3个周期的综合治疗，患者即能自发排卵。如仍无排卵，可在此基础上，于撤药性出血的第5天开始，每天服克罗米芬50~100毫克，连服5天，可诱发排卵。一般以3个周期为1疗程。具体情况请遵医嘱。

此外排卵也可用绒毛膜促性腺激素，于月经周期的第9~10天开始，每天肌肉注射1000~2000国际单位，连续5天。基础代谢在正常范围内或偏低者，可每日口服甲状腺片0.03~0.06，每月服用15~20天，经期停药，对调整卵巢功能具有很好的作用。具体情况请遵医嘱。



中医对功能性子宫出血的分型

1. 肝肾不足

素体肝肾不足，或早婚早育，房劳伤精，过多流产等，致使精血亏虚，肝肾阴虚。阴虚生内热，热灼冲任，迫血妄行而致功能性子宫出血。

2. 脾肾阳虚

素体脾肾阳虚，或房劳多产，久病损伤，饮食劳倦等脾肾受损。脾阳虚则统摄无权，肾阳虚则封藏失职，以致冲任不固，造成功能性子宫出血。

3. 瘀血阻滞

肝郁气滞，血行不畅；或寒凝血瘀，瘀血阻滞冲任胞宫，新血不得归经，故出现功能性子宫出血。若血瘀内滞日久化热，血络盛热而致出血不止。

什么是功能性子宫出血

在没有其他器质性病变的情况下，子宫由于性腺激素功能失调而引起的月经过多或淋漓不尽的现象，称为功能性子宫出血，简称功血（中医叫做“崩漏”），属于一种常见的妇科疾病。临床上以卵巢内排卵功能的情况，将功血分为有排卵型功血和无排卵型功血两种类型。

有排卵型功血分为黄体功能不全和黄体功能持续过久两种，多见于育龄妇女，尤其是产后或流产后更容易发生。黄体功能不全常表现为月经周期缩短、不孕或早期流产；黄体持续过久的表现是经期延

长、淋漓不断。

无排卵型功血多见于卵巢开始衰退的更年期妇女以及卵巢开始成熟的青春期女性。主要表现为不规则子宫出血，有时先有数月或数周的停经，继之子宫大量出血。通常来说，无排卵型功血仅表现为经量增多，经期延长，一般不发生痛经，不过出血多者可表现为贫血。

怎样治疗功能性子宫出血

不论何种功血，治疗原则基本相同，即止血、调整周期和纠正贫血。青春期无排卵型功血患者，尚须促使卵巢恢复排卵功能。在治疗中，患者首先要提高对本病的认识，解除思想顾虑，避免过度疲劳，注意休息，加强营养，树立战胜疾病的信心。有严重失血或休克时应立即补液、输血及止血。最常用、有效的止血方法是刮宫，而且可以协助明确诊断。

除部分青春期少女外，不论何种类型功血均应行刮宫术。应用药物止血的方法有两种。一种是采用注射黄体酮的方法使子宫内膜脱落干净，一种是使子宫内膜增生，可注射苯甲酸雌二醇。若配合抗血纤溶芳酸、6-氨基己酸、安络血、维生素K、止血敏及中成药红孩儿片、毛猴子片、云南白药等止血药物，一般都可以达到止血目的。功血病久，可引起严重贫血及盆腔



感染，应给予补血剂与抗生素。对有排卵型功血的治疗是促进恢复黄体功能，可在经前8~12天，每天肌肉注射黄体酮10毫克，共5天。对更年期妇女以减少出血、调整月经为主。首先应作分段刮宫，在排除生殖系统器质性病变和恶性疾患后，口服混合型制剂调整周期，如避孕片I号或II号。或甲基睾丸素5毫克，每日2~3次，服药3周，停药1周，如无明显副作用，可继续周期用药3~6个月，以诱导闭经。必须注意的是，每月用药总量不得超过300毫克。对年龄较大、出血顽固、久治不愈，并伴有严重贫血或刮宫显示子宫内膜腺样增生者，应考虑子宫切除术。

上述药物治疗均不得滥用，必须在医