

FUN & BEAUTY

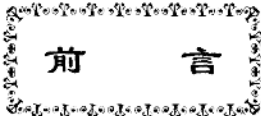
妇 科病自疗与自养

孙玉凤 主编



河北科学技术出版社





前 言

社会的发展，人类的进步，离不开健康的体魄。健康，已成为最重要的资源之一。关注健康，是人类永恒的话题。

妇女一生要经历经、孕、产、更年期等一系列生理变化，也就伴随着种种妇科疾病。为了帮助妇女及其亲属正确认识妇科常见病、多发病，并能自我防治、自我调护，我们编写了这本《妇科病自疗与自养》，使读者见书能识病、能施法，依法治病能有效，既为患者就医提供参考，又方便读者购买非处方药物，并自我保健、自我预防，达到愈病、强健目的。

本书本着重点突出、简明扼要、切合实用、内容新颖、形式独特的原则，对每个疾病简述临床表现、体征和基本辅助检查，治疗中介绍西药、中成药、中药煎剂、中药外用药、药膳等全方位具体翔实的综合方法，并强调了自我调护的注意事项。为了使读者了解中药药性、功能，我们将部分常用的中药列于每页下部，使得本书又有“中药手册”的功能。

本书对妇科病最有价值的基本治疗方法进行了全面概括，既参考诸多文献资料和书籍，同时融进许多临床经验和体会，在此谨向有关人员表示真诚谢意，也恳请读者对欠妥之处不吝赐教。

编者

1993.10

目 录

念珠菌性外阴炎·····	(1)
前庭大腺炎·····	(3)
单纯性外阴溃疡·····	(6)
外阴瘙痒·····	(8)
外阴湿疹·····	(11)
白塞氏综合征·····	(13)
外阴白色病变·····	(17)
滴虫性阴道炎·····	(20)
念珠菌阴道炎·····	(23)
老年性阴道炎·····	(25)
宫颈糜烂·····	(27)
宫颈肥大·····	(29)
急性盆腔炎·····	(31)
慢性盆腔炎·····	(34)
生殖器结核·····	(37)
子宫颈癌·····	(40)

子宫肌瘤·····	(43)
子宫内膜异位症·····	(47)
功能失调性子宫出血·····	(51)
痛经·····	(56)
闭经·····	(60)
月经先期·····	(64)
月经后期·····	(67)
月经先后不定期·····	(71)
经期延长·····	(73)
月经过多·····	(76)
月经过少·····	(78)
行经吐衄·····	(82)
经行感冒·····	(84)
经期哮喘·····	(87)
经来呕吐·····	(90)
经来泄泻·····	(93)
经来浮肿·····	(95)
经来发疹·····	(98)
经期发热·····	(101)
经行头痛·····	(104)
经行眩晕·····	(106)
行经乳胀·····	(109)
经前期紧张综合征·····	(111)
子宫脱垂·····	(114)
不孕症·····	(117)

乳腺炎·····	(121)
乳腺纤维腺瘤·····	(124)
乳房囊性增生病·····	(126)
乳癌·····	(129)
尿路感染·····	(132)
尿失禁·····	(135)
尿潴留·····	(137)
妊娠剧吐·····	(139)
妊娠心烦·····	(142)
妊娠咳嗽·····	(144)
妊娠失音·····	(147)
妊娠大便难·····	(148)
妊娠身痒·····	(150)
产后身痛·····	(153)
产后大便难·····	(156)
产后褥汗不止·····	(159)
产后腹痛·····	(162)
产后缺乳·····	(165)
产后乳汁自出·····	(168)

念珠菌性外阴炎

念珠菌性外阴炎又称霉菌性外阴炎，是一种类酵母菌引起的外阴炎，最常见的病原菌是白色念珠菌。常与霉菌性阴道炎并存，称为霉菌性外阴阴道炎。孕妇、糖尿病患者、长期应用抗生素者易患此病。

【主要表现】

1. 外阴灼热感及瘙痒。常有性交痛及尿痛。外阴红肿，可有水疱状丘疹，成群出现，或呈湿疹样糜烂。炎症局限于外阴或扩展至会阴、肛门周围及股生殖皱襞。严重时可形成溃疡。

2. 局部及阴道分泌物涂片，镜下可找到霉菌的菌丝分支及芽胞。

【西药治疗】

1. 制霉菌素软膏（10万单位/克）：局部涂擦，每日2~3次。

2. 2%龙胆紫液涂擦局部，每日2~3次。

3. 2%~3%的苏打液，冲洗局部，每日2~3次。

4. 3%克霉唑软膏涂抹，每日1~2次。

【中成药治疗】

1. 龙胆泻肝口服液 10毫升，每日3次。适于湿热下注、瘙痒明显者。

地榆：苦、酸，微寒。归肝、胃、大肠经。凉血止血，解毒敛疮。主治结肠炎，慢性菌痢，痔疮出血，治疗烧伤创面，也有用于溃疡病出血、咯血、月经过多，局部外敷治皮炎。

2. 知柏地黄丸 1 丸，每日 2 次，温开水送服。适于阴虚有热者。

【辨证施治】

1. 湿热下注型：阴部瘙痒、灼热感，甚则疼痛，局部红肿，甚至糜烂，带下量多，色黄如脓或呈泡沫如米泔样，气味腥臭，心烦少寐，口苦而腻，胸闷不适，腹胀纳呆，苔黄腻，脉弦数。治宜清热渗湿，杀虫止痒。药用：萆薢 15 克，薏苡仁 20 克，黄柏 12 克，赤茯苓 12 克，丹皮 12 克，泽泻 12 克，通草 10 克，滑石（包）30 克，苦参 8 克，白鲜皮 15 克，苍术 12 克。水煎服，日 1 剂。

2. 阴虚有热型：阴部灼热瘙痒，或带下色黄量少，五心烦热，头目眩晕，烘热汗出，腰膝酸软，耳鸣，舌红少苔，脉细数无力。治宜滋阴降火，杀虫止痒。药用：生地 18 克，泽泻 12 克，丹皮 12 克，山萸肉 12 克，山药 12 克，茯苓 15 克，知母 12 克，黄柏 12 克，当归 18 克，白鲜皮 12 克，地肤子 12 克。水煎服，日 1 剂。

【药膳治疗】

1. 苡米泽泻粥：取泽泻 15 克，加水 200 毫升，煎煮 20~30 分钟，去渣取汁，加薏苡仁 30 克、粳米 50 克、水 500 毫升，煮成稠粥，每日早、晚温服。适于湿热下注型。

2. 山药萸肉粥：山药 20 克，山萸肉 15 克，粳米 50 克，加水 500 毫升，同煮为稀粥，早、晚温服。适于阴虚有热者。

槐花：苦，微寒。归肝、大肠经。凉血止血。主治痔疮出血，溃疡性结肠炎便血，高血压病。

【其他治疗】

1. 黄柏 15 克, 苦参 30 克, 薄荷 15 克, 明矾 15 克, 硼砂 15 克, 煎汤坐浴, 每日 2~3 次。

2. 蒲公英 30 克, 地丁 15 克, 白鲜皮 15 克, 蝉衣 9 克, 水煎外洗, 每日 1~2 次。

【自我调护】

1. 注意保持外阴清洁干爽, 尤其注意性交卫生及经期、分娩期卫生。勤换内衣裤。

2. 有糖尿病者, 积极治疗; 及时停用广谱抗生素。

3. 保持乐观情绪, 避免不良情绪刺激。

4. 饮食宜清淡, 忌食辛辣刺激及肥腻食物。戒烟酒。

前庭大腺炎

前庭大腺位于两侧大阴唇后部, 腺管开口于小阴唇内侧靠近处女膜处, 因解剖部位特点, 在性交、分娩或其他情况污染外阴时, 容易受到感染引起炎症, 如葡萄球菌、大肠杆菌、链球菌、淋菌等的混合感染。多发于育龄妇女。

【主要表现】

1. 多发于一侧。急性期局部疼痛、肿胀, 检查见局部皮肤红肿、发热, 压痛明显; 脓肿形成时, 可触及波动感, 脓肿直径可达 5~6 厘米, 可伴有发热等全身症状。脓肿增大, 表面皮肤变薄, 可自行溃破。破孔大者, 可自行引流,

白花蛇舌草: 微苦、甘, 寒。入胃、大肠、小肠经。清热, 利湿, 解毒, 消痈。主治单纯性急性阑尾炎, 急性胃炎, 尿道炎, 膀胱炎, 盆腔炎, 蛇咬伤, 试用于癌症治疗。

炎症较快消退而痊愈；破孔小者，引流不畅，则炎症持续不消退，并可反复急性发作。

2. 于前庭大腺开口处取分泌物做涂片及细菌培养可找到病原菌。

【西药治疗】

1. 发热时应用退热药，对症治疗。
2. 增效联磺片 2 片，每日 2 次。

【中成药治疗】

1. 清热解毒口服液 20 毫升，每日 3 次。
2. 龙胆泻肝丸 6 克，每日 2~3 次，温开水送服。
3. 银黄口服液 10 毫升，每日 3 次。

【辨证施治】

1. 湿热蕴结型：阴户肿胀，疼痛，坐卧不安，口苦而腻，胸闷，或发热，舌红苔黄腻，脉弦滑数。治宜清热利湿，消肿止痛。药用：金银花 15 克，蒲公英 1.5 克，土茯苓 15 克，牡丹皮 15 克，赤芍 15 克，延胡索 9 克，柴胡 1.5 克。水煎服，日 1 剂。

2. 气血瘀结型：已转为慢性者局部硬结有块，可大至鸡蛋大小，局部坠胀，舌暗或有瘀点、瘀斑，脉沉迟或沉涩。治宜活血化瘀，消癥散结。药用：当归 15 克，丹参 15 克，赤芍 15 克，穿山甲珠 15 克，三棱 6 克，莪术 6 克，柴胡 3 克。水煎服，日 1 剂。

土茯苓：甘、淡，平。归肺、胃经。解毒，除湿，利关节。主治反复发作的慢性疮疡、慢性湿疹、牛皮癣等，肝炎。

【药膳治疗】

1. 双花粥：银花 30 克，煎取浓汁，去渣取汁约 150 毫升，加粳米 30 克、水 300 毫升，煮成稀粥。每日早、晚两次温服。适于急性期者。

2. 苡仁粥：生薏苡仁 30 克碾为细粉，加粳米 50 克，入沙锅内，加水 500 毫升，煮成稀粥，每日早、晚温服。适于形成脓肿者。

3. 蒲公英粥：鲜公英 30 克，连根洗净切碎，煎取浓汁，去渣取汁约 200 毫升，加粳米 50 克、冰糖适量、水 400 毫升，煮成稀粥，每日早、晚温服。适于前庭大腺炎急性期。

【其他治疗】

1. 外敷法：盐炒热，用纱布包起熨患处。枳实用麦麸炒热，纱布包起热熨患处。

2. 外洗法：枸杞根煎汤，多次薰洗。

【自我调护】

1. 注意保持外阴清洁，注意性交卫生及分娩、经期卫生；勤换衣裤。

2. 忌食辛辣等刺激性食物；戒烟酒。

3. 必要时卧床休息，局部热敷。

扁豆：甘、微温。归脾、胃经。健脾化湿。主治胃肠型感冒，急性胃炎，消化不良，慢性腹泻。

单纯性外阴溃疡

单纯性外阴溃疡多由外阴炎症引起，可见于非特异性外阴炎、单纯疱疹病毒感染、外阴结核、梅毒等，可分为急、慢性两种。

【主要表现】

1. 外阴红肿，见大小不等多处溃疡，溃疡面上覆盖一层脓性分泌物，局部灼热痒痛不止。

2. 必要时做分泌物涂片、培养找细菌，久治不愈者应做活组织检查除外结核及癌症。

【西药治疗】

1. 1:5000 高锰酸钾液坐浴，每日 1~2 次。

2. 非特异性外阴炎者可局部用抗生素软膏；其他溃疡应根据不同病因进行治疗。

【中成药治疗】

1. 龙胆泻肝丸 6 克，每日 2 次，温开水送服。

2. 知柏地黄丸 1 丸，每日 2 次，温开水送服。

【辨证施治】

1. 急性者属湿热下注兼风热之症，症见局部红肿溃烂，多处溃疡，溃疡面上覆以脓苔，痒痛难忍，脓水淋漓。治宜祛风清热利湿。药用：蝉蜕 12 克，地肤子 15 克，麻黄 6 克，龙胆草 9 克，黄芩 9 克，金银花 15 克，连翘 15 克，大

车前子：甘，寒。归肾、肝、肺经。利水通淋，止泻，清肝明目，清肺化痰。主治急性尿道炎，膀胱炎，肾炎水肿，老年性白内障。

黄 9 克，甘草 3 克。水煎服，日 1 剂。服 4 剂后可去大黄，加茯苓 15 克，当归 15 克，赤芍 12 克。

2. 慢性者多属心脾烦郁、脾胃虚弱，表现为外阴溃疡久而不愈，时发时止，溃疡边缘不整，覆以污秽黄苔，治宜补心养胃，配以药物薰洗。内服方药：人参 3 克（另煎），茯苓 20 克，前胡 20 克，半夏 12 克，川芎 20 克，陈皮 15 克，枳壳 15 克，紫苏 15 克，桔梗 15 克，干姜 10 克，甘草 10 克，当归 30 克，白芍 30 克，熟地 15 克，生姜 3 片，大枣 3 枚。水煎服，日 1 剂。

【药膳治疗】

篇蓄粥：篇蓄菜 50 克（干者 30 克），加水 200 毫升，煎至 100 毫升，去渣留汁，加粳米 100 克，再加水 600 毫升，煮成稀粥，每日早、晚分两次温服。

【其他治疗】

1. 麻黄、黄连、蛇床子各 30 克，壮艾叶 45 克，乌梅 10 枚。剉细末水煎去渣热洗，避风冷。

2. 地骨皮、蛇床子各等份，煎水薰洗。每日 1~2 次。

3. 蛇蜕 1 条，枯矾、黄丹、篇蓄、藁本各 30 克，硫磺、荆芥穗、蛇床子各 15 克，共为细末，香油调，搽患处。

【自我调护】

1. 保持精神愉快，解除焦躁、紧张情绪，多进行户外活动。

2. 节制性欲，起居有节。饮食以清淡为主，少食或忌

荷叶：苦、涩，平。清暑利湿，升阳止血。主治暑热，慢性结肠炎，便血，尿血，产后恶露不尽。

食辛辣刺激食物及肥甘厚腻之品。

3. 保持外阴清洁卫生、干燥，勤换内衣裤。减少外阴摩擦。

外 阴 瘙 痒

外阴瘙痒是外阴各种病变引起的一种症状，也可发生于外阴完全正常者。多见于中年妇女。瘙痒严重时，患者坐卧不安，影响正常生活和工作。

【主要表现】

外阴瘙痒多位于阴蒂、小阴唇，也可波及大阴唇、会阴甚至肛周等皮损区，常呈阵发性发作，也可为持续性，一般夜间加重。无原因的外阴瘙痒一般发生于生育年龄或绝经后妇女，多波及整个外阴部，也可仅局限于某部或单侧外阴，虽瘙痒严重，甚至难以忍受，但局部皮肤和黏膜外观正常，或仅见因搔抓过度而致的抓痕和血痂。

【西药治疗】

1. 用洁尔阴药液加 5 倍的水，坐浴，每日 2 次。
2. 对症治疗：扑尔敏 4 毫克口服，每日 3 次；苯海拉明 25 毫克口服，每日 3 次；2% 苯海拉明软膏涂擦。
3. 消除病因：制霉菌素 200 万单位纳入阴道，每日 1 次，适于有霉菌性阴道炎者；灭滴灵 0.2 克口服，每日 3 次，另用灭滴灵 0.4 克纳入阴道，每日 1 次，适于滴虫性阴

柴胡：苦、辛，微寒。归心包络、肝、三焦、胆经。和解退热，疏肝解郁，升举阳气。主治感冒、流感，上呼吸道感染，急性支气管炎，淋巴腺炎，蜂窝组织炎，慢性肝炎，胆囊炎，月经不调，神经官能症等。

道炎者。

【中成药治疗】

1. 知柏地黄丸 1 丸，每日 2 次，温开水送服。适于肝肾阴虚者。

2. 龙胆泻肝丸 6 克，每日 3 次，温开水送服。适于肝胆湿热者。

【辨证施治】

1. 肝胆湿热型：阴部瘙痒，甚至疼痛，坐卧不安，带下量多，色黄如脓，或呈泡沫米泔样，气味腥臭，心烦失眠，口苦而腻，胸闷纳呆，舌红苔黄腻，脉弦数。治宜清热利湿，杀虫止痒。方用萆薢渗湿汤加减：萆薢 15 克，薏苡仁 12 克，黄柏 12 克，赤茯苓 12 克，丹皮 12 克，泽泻 12 克，通草 9 克，滑石 15 克，苍术 12 克，白鲜皮 15 克，鹤虱 9 克。水煎服，日 1 剂。

2. 肝肾阴虚型：阴部干涩，灼热瘙痒，或带下量少色黄，甚至如血样，五心烦热，头晕目眩，时烘热汗出，口干不欲饮，耳鸣，腰酸，舌红少苔，脉细数无力。治宜滋肾降火，调补肝肾。方用知柏地黄汤加减：生地 20 克，泽泻 15 克，丹皮 15 克，山萸肉 12 克，山药 15 克，茯苓 15 克，知母 9 克，黄柏 12 克，当归 15 克，白鲜皮 15 克，制首乌 9 克，地肤子 9 克。水煎服，日 1 剂。

【药膳治疗】

1. 萆薢粥：取萆薢菜 50 克（干者 30 克），加水 200 毫

萆薢：苦，平。归肝、胃、膀胱经。利湿法，祛风湿。主治小儿小便频数、失禁，急性尿道炎、膀胱炎，慢性前列腺炎，周围神经炎，类风湿性关节炎，皮肤湿疹，慢性皮炎。

升，煎至 100 毫升，去渣留汁，入粳米 100 克，再加水 600 毫升，煮成稠粥，每日早、晚温服。适于湿热下注型外阴瘙痒。

2. 菟丝子粥：将菟丝子 60 克研碎，加水 300 毫升，煎至 200 毫升，去渣留汁，取粳米 100 克，再加水 800 毫升，白糖适量，煮成稀粥，每日早、晚温服，10 天为 1 疗程。

【其他治疗】

1. 外敷法：

(1) 珍珠、青黛、雄黄各 3 克，黄柏 9 克，儿茶 6 克，冰片 0.03 克。共研为极细末，贮瓶备用。先将外阴洗净，取药粉少许，外搽患处，每日 1~3 次。适用于阴痒皮肤破损者。

(2) 蛇床子、黄柏各 15 克，芦荟 6 克。水煎备用。仰卧，先用药棉洗净阴道及外阴，用带线棉球蘸药塞入阴道内，每日 1 次，连用 3 次。

2. 外洗法：白鲜皮、龙胆草各 20 克，金银花 30 克，荆芥 20 克。水煎取汁，用药水擦洗阴部，每日 2 次，每次 30 分钟，10 天为 1 疗程。

【自我调护】

1. 保持外阴清洁，注意性交及经期卫生，勤换内衣裤。
2. 忌食辛辣、肥甘等食物，戒烟酒。
3. 保持乐观情绪，避免精神刺激。
4. 忌搔抓，忌用肥皂及热水洗烫。

白芍：苦、酸，微寒。归肝、脾经。养血敛阴，柔肝止痛，平抑肝阳。主治溃疡病、胃肠炎引起的胃肠痉挛痛，肝炎引起的肝区疼痛，月经不调，血虚引起的肌肉痉挛抽搐，慢性肝炎，贫血，高血压、动脉硬化引起的眩晕、耳鸣，且具有利尿作用。

外阴湿疹

外阴湿疹是一种常见的过敏性炎症性皮肤病。过敏原可来自外界或机体内部，如化妆品、染料、药品及寄生虫、某些代谢产物或内分泌物等。患者多属于过敏性体质，由于过度疲劳、精神紧张等因素而诱发。

【主要表现】

外阴湿疹有急、慢性之分。病变初期，外阴呈弥漫性潮红，无明显界限，经过一段时间，表面发展为丘疹、水泡，进而出现糜烂、渗液。由于剧烈痒感而搔抓，伤及表皮，招致感染，形成痂皮。如治疗不当，致使病程延长，转为慢性病变，出现皮肤肥厚粗糙，表面常有糠皮状鳞屑，伴有抓伤，呈褐色。抓伤处可有少量渗出液，活动时疼痛。病程长短不定，发作无规律，平时可症状不明显，睡前或精神紧张时出现剧烈瘙痒。

【西药治疗】

1. 炉甘石洗剂外涂患处，每日数次。适于病变初期局部潮红、丘疹而无渗液者。

2. 2%~3%硼酸水，纱布湿敷患处，每日数次。适于有糜烂面者。

3. 醋酸可的松软膏外涂，每日2~3次。适于慢性湿疹。

薏苡仁：甘、淡，微寒。归脾、胃、肺经。利水渗湿，健脾，除痹，清热排脓。主治慢性肾炎轻度水肿症，风湿性肌炎，多发性神经炎，消化不良，慢性肠炎，皮肤扁平疣，及肺脓肿、慢性阑尾炎、阑尾周围脓肿。