

黄素英 编著

东方保健系列

中草药家庭治疗·
妇科病



上海遠東出版社

图书在版编目(CIP)数据

中草药家庭治疗. 妇科病/黄素英编著. —上海:
上海远东出版社, 2000

(东方保健系列)

ISBN 7-80661-231-9

I. 中... II. 黄... III. 妇科病-中药疗法
IV. R243

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 73836 号

出版说明

随着我国医疗制度改革的不断深化,养生保健已成为人们关注的热点,防病治病日渐深入社区和家庭。鉴此,我们专门约请著名医学专家与学者,及时编写了“东方保健系列”。

“东方保健系列”专为千千万万个家庭的实际需求而精心设计。专家们将丰富的临床经验与普通家庭的现实条件相结合,力求实用易行,安全有效,表达通俗平白,操作一目了然。

“东方保健系列”由“中草药家庭治疗”(10册)、“图解家庭按摩治疗”(12册)和“家庭自然疗法”(12册)三个子系列构成,将中华传统医学富有特色的精华融入现代家庭,为各种常见病、多发病及疑难杂症的治疗,提供既有效又经济的多种选择。

“东方保健系列”追求生命的真正健康,并不拘泥于有病治病。据世界卫生组织的一次全球性调查显

示:真正健康者仅占 5%,有病者占 20%,而 75%的人处于一种似病非病,介于疾病与健康之间的亚健康状态。“东方保健系列”将帮助处于亚健康状态的朋友,建立健康的生活方式,提高家庭生活的质量,使自己真正健康,充满活力。

健康是现代人的共同追求。21 世纪,应该善待生命,善待自己,善待家人。“东方保健系列”愿成为家庭医疗保健的好顾问。

2000 年 12 月

目 录

- | | |
|----|-----------|
| 1 | 月经先期 |
| 5 | 月经后期 |
| 9 | 经行先后无定期 |
| 12 | 月经过多 |
| 16 | 月经过少 |
| 21 | 痛经 |
| 29 | 闭经 |
| 36 | 经行吐衄(倒经) |
| 39 | 排卵期出血 |
| 42 | 功能失调性子宫出血 |
| 49 | 带下病 |
| 58 | 阴道炎 |
| 63 | 外阴瘙痒症 |
| 68 | 子宫颈炎 |

- | | |
|-----|---------|
| 73 | 盆腔炎 |
| 80 | 先兆流产 |
| 88 | 习惯性流产 |
| 93 | 妊娠呕吐 |
| 99 | 妊娠水肿 |
| 104 | 妊娠咳嗽 |
| 107 | 其他妊娠诸症 |
| 113 | 胎位不正 |
| 115 | 胞衣不下 |
| 119 | 产后出血 |
| 123 | 产后恶露不绝 |
| 129 | 产后血晕 |
| 134 | 产后腹痛 |
| 140 | 产后小便异常 |
| 146 | 产后大便难 |
| 150 | 产后多汗 |
| 155 | 产后缺乳 |
| 161 | 回乳 |
| 164 | 急性乳腺炎 |
| 173 | 乳头皲裂 |
| 176 | 乳房囊性增生病 |
| 180 | 不孕症 |
| 189 | 子宫脱垂 |

198	子宫肌瘤
202	卵巢囊肿
204	更年期综合征
210	黄褐斑

月 经 先 期

【概述】

月经周期提前七天以上,甚至每月行经二次者,称“月经先期”。如每次经期仅提前三、五天,且无其他明显症状者,或偶尔提前一次,下次仍按期而至者,皆属正常范围。

月经先期常与月经过多并见。本病多由血热、气虚所致。造成血热的主要原因有素体阳气亢盛,恣食辛辣,误服热药,肝郁化火,或肾精不足等致虚火内扰等。造成气虚的主要原因有先天禀赋不足,劳倦过度,房事不节,多孕多产,大病或产后失养,少女肾气未盛或更年期妇女肾气日衰等。

【辨证分型】

(一) 气虚型

主症：月经周期提前，经量或多或少，经色淡红，质地稀薄。疲倦乏力，或小腹空坠，胃纳减少，大便溏薄，舌质淡，舌苔薄白，脉细弱。

(二) 血热型

主症：月经周期提前，经量多，颜色深红或紫，质地浓稠。烦躁不安，面红唇赤，小便量少色黄，大便燥结，舌红苔黄，脉数或滑数。

【家庭调治】

(一) 小验方

1. 黄芪 30 克，党参 30 克，大枣 10 枚。先水煎，煮熟后去黄芪，吃参、枣，喝汤。每日 1 剂。有补气养血作用，适用于气虚型的患者。

2. 鹿衔草 30 克，金樱子 30 克。水煎服，每日 1 剂，连服 3~4 日。有补肾健脾调经功效，适用于脾肾

气虚型的患者,特别是少女患者。

3. 黄柏、知母各等分,蜂蜜适量。先将前两味共研末,再掺入蜂蜜制成如梧桐子大小的丸药,一次服10克。滋阴清热,适用于阴虚血热,一月内经行二次者。

4. 鲜大蓟(或小蓟)250克,绵白糖500克。将鲜大(小)蓟洗净切碎,加水适量,中火煮1小时,去渣,以文火浓缩,停火,待温。加入绵白糖吸净药液,冷却晾干,研末装瓶备用。每次服用10克,滚开水冲服,每日3~4次。有清热凉血止血作用,适用于阳盛血热型的患者。

5. 黄芩、香附各10克,丹皮6克。水煎服,每日1剂,连服数剂。有清热凉血、理气调经作用,适用于血热型的患者。

6. 土瓜根、芍药、桂枝、麝虫各等分。共研末,每次服用6克,用黄酒调服,每日服用3次。用于月经先期,经量不畅、少腹满痛的患者。

(二) 食疗方

1. 人参末6克(党参末30克),生姜5片,粳米100克。将人参研末,与粳米、生姜一起入砂锅内,加水煮粥,调入适量冰糖。每日早晨空腹食。有补中益气作用,适用于气虚型的患者。

2. 鲜芹菜 120 克,鲜藕片 120 克,生油 15 克,精盐少许。先将芹菜、藕片用热油锅翻炒 5 分钟,再入适量调味品。每日食用 1 次,可连续食用 3~5 日。有清热凉血功效,适用于阳盛血热型的患者。

3. 生地 30 克,粳米 60 克。先将生地用清水煎煮 2 次,共取汁 100 毫升;另将粳米煮粥,将要煮熟时加入生地药汁共煮至粘稠状,每日食用 2~3 次,可连服数日。有养阴清热作用,适用于阴虚血热型的患者。

4. 猪皮 100 克,黄酒 250 毫升,白糖 250 克。先把猪皮切碎,加水适量,文火炖至汁液粘稠,再加黄酒、白糖,并调匀,冷却后即成。每日服 20 克,开水冲化温服。有养阴清热作用,适用于阴虚血热型的患者。

5. 鱼鳔、阿胶各等分,为末,每次用 6 克,煮粥常食。适用于气血虚弱型患者。

6. 淡菜 30 克,乌梅 10 克,加入调味品煮汤服。用于各型月经先期的患者。

7. 芹菜、芥菜各 90 克。将两菜洗净并切成条状,入沸水中再烧开后捞起,拌入适量猪油、精油、味精服食。治疗血热型月经先期。

月 经 后 期

【概述】

月经周期延后七天以上,甚至四五十天一行者,称为“月经后期”。如只延后三五天,或偶然延迟一次,而无其他症状的,则不属月经后期范畴。

月经后期常与月经过少并见。产生本病的原因多为经前或经期受寒、过食生冷,或素体阳虚、阴寒内生,均可使血液寒凝、运行迟缓而致月经后期。此外,如因情志不畅,血为气滞,痰湿壅滞,胞络受阻,素体血虚或失血过多,气血生化之源不足等,都可以导致月经后期。

【辨证分型】

(一) 血寒型

主症: 月经后期,量少。色黯红,小腹疼痛,得热

则减,怕寒肢冷,面色苍白,舌淡苔薄白,脉沉紧。

(二) 血虚型

主症: 月经后期,量少,色淡,面色萎黄,头晕,心慌不安,舌淡少苔,脉虚细。

(三) 气滞型

主症: 月经后期,量少,色正常或黯红,小腹胀痛,胸闷不舒,乳房胀痛,胁痛,舌质黯红,脉弦或涩。

【家庭调治】

(一) 小验方

1. 当归 30 克,肉桂 6 克,甜酒 500 克。将前两味加入甜酒中,浸泡一周以上,每次服 30~60 克,每日 1~2 次。有温经散寒、活血调经功效,适用于血寒型的患者。

2. 全当归 60 克,黄酒(上等)1 000 克。将全当归浸入黄酒中数日,再隔水炖透,每晚睡时服 20—30 毫升。有养血温经散寒功能,适用于血虚血寒型的患者。

3. 泽兰叶 12 克, 当归 12 克, 白芍 9 克, 甘草 6 克。水煎服, 每日 1 剂。有养血通经作用, 适用于血虚型的患者。

4. 当归 15 克, 红糖 15 克, 益母草 9 克, 生姜 6 克。水煎服。有养血活血作用, 适用于血虚型的患者。

5. 当归 9 克, 延胡索 5 克, 生姜 2 片, 水煎服。有理气行血作用, 适用于气滞型的患者。

6. 益母草 90 克, 醋炒丹参 60 克, 制香附 30 克, 蜂蜜适量。先将前三味共研细末, 调入蜂蜜做成丸药, 于每日早、晚各服 9 克, 并用温热的黄酒送下。有理气活血调经作用, 适用于气滞型的患者。

7. 香附 120 克, 红枣适量, 先将香附研成细面, 枣泥为丸, 每丸重 9 克, 每次 1 丸, 每日 3 次。适用于气滞型的患者。

8. 当归 10 克, 延胡索 5 克, 生姜 2 片。水煎服, 连服 3 剂。有行气活血、温通经脉功效, 适用于各型月经后期的患者。

9. 当归 15 克, 生姜 6 克, 延胡索 10 克。水煎服。有活血、行瘀、温经作用, 适用于各种类型的月经后期的患者。

(二) 食疗方

1. 肉桂 6 克, 山楂肉 10 克, 红糖 30 克。先将前两

味水煎,几次煮沸后加入红糖,再煮数沸,去渣喝汤,每日1剂,分2次服。有温经散寒作用,适用于血寒型的患者。

2. 当归15克,生姜30克,羊肉250克。三味加水炖汤,煮熟时调入盐、味精、黄酒等调味品。食羊肉饮汤,每日1次。有补血益气、温通经脉作用,适用于血虚血寒型的患者。

3. 月季花3~5朵,冰糖适量,黄酒10毫升。先将月季花加水,文火煎,去渣加入冰糖、黄酒,待温热时服用,每日食用1次。有理气行血作用,适用于气郁血滞型的患者。

(三) 外治法

硫黄10克,胡椒30克,麻油适量。先将前二味研末,以麻油调成糊状,敷于脐部,盖以油纸,用布裹之,每日换1次。用于月经后期的患者。

经行先后无定期

【概述】

月经不按周期来潮，或前或后，无一定规律者，称“月经先后无定期”，亦称“经乱”。

产生本病的主要病机是肾虚肝郁，气血不调，冲任功能紊乱，以致血海蓄溢失常。临床上以肝郁、肾虚为多，治疗以补肾疏肝，健脾和血，调理冲任为主。

【辨证分型】

（一）肝郁型

主症：月经周期或先或后，行而不畅，胸闷不舒，乳房、两胁及少腹胀痛，舌质黯红，脉弦。

（二）肾虚型

主症：月经来潮先后不定，量少，色淡红，伴有头

晕耳鸣,腰部酸痛,小腹有空坠感,舌淡苔薄,脉沉弱。

【家庭调治】

(一) 小验方

1. 丹参 15 克,红茜草 6 克。水煎服。适用于各种类型的患者。

2. 益母草 15 克,当归 9 克。用水与黄酒各半煎服。适用于各种类型的患者。

3. 丹参 30 克,制香附 15 克。共研为细末,每日 1 次,每次服用 6 克,临睡前用温开水送下。适用于肝郁型的患者。

4. 车前草 12 克,陈艾 10 克,鹅儿肠 12 克,阎王刺根 12 克。水煎当茶饮,1 日数次,一般连服 5 剂,至经调为止。有调经作用,适用于各种类型的患者。

5. 丹参适量,晒干后研为末,用黄酒调下。适用于各种类型的患者。

(二) 食疗方

1. 桂圆肉 50 克,鸡蛋 1 只。先将龙眼肉水煮,15 分钟后打入鸡蛋 1 只,蛋熟,喝汤食桂圆和蛋花,经常服用有补肾调经的作用,适用于肾虚型月经不调的