



第9卷 农村常见病治疗与预防常识之①

妇科产科常见病

广大农村地区由于经济水平和医疗条件相对落后，农村医疗保健体系不够完善，农民朋友的疾病防治成为农村问题中的一个重要问题和关键所在。为了在农村地区普及医疗保健和疾病防治知识，提高农民朋友预防保健意识，达到农民朋友知病、防病、科学治疗和科学保健的目的，特编写本丛书。主要内容包括：农村各种常见病的基础知识、治疗方法和用药知识、预防知识、饮食调养、养生保健知识等综合科学医疗保健知识。丛书是改善农村医疗卫生状况，提高农民朋友的保健知识和疾病防治知识不可多得的健康读物。

刘利生\主编 余志雄\副主编



陕西科学技术出版社

“农家书屋”必备书系·第9卷·农村常见病治疗与预防常识

之十一

妇科产科常见病

主 编 刘利生

副主编 余志雄

陕西科学技术出版社

目 录

第一章 妇科常见病防治	(1)
第一节 月经不调	(1)
第二节 经前期紧张综合征	(16)
第三节 经行头痛	(21)
第四节 月经疹	(23)
第五节 痛经	(24)
第六节 外阴瘙痒	(31)
第七节 前庭大腺炎	(34)
第八节 宫颈炎	(36)
第九节 盆腔炎	(41)
第十节 盆腔瘀血综合征	(45)
第二章 孕产妇常见疾病防治	(49)
第一节 流产	(49)
第二节 早产	(57)
第三节 妊娠高血压综合征	(60)
第四节 妊娠合并心脏病	(66)
第五节 妊娠合并贫血	(72)

农村常见病治疗与预防常识

- 第六节 妊娠合并急性阑尾炎 (75)
- 第七节 产后回乳 (79)
- 第八节 产后缺乳 (80)
- 第九节 产后腰痛 (83)
- 第十节 子宫内膜炎 (85)

第一章 妇科常见病症防治

第一节 月经不调

一、病症综述

(一) 概述

1. 何为月经

女子处于性成熟时期,在丘脑下部能产生一种激素刺激脑垂体,它又能产生激素控制卵巢,使其排卵,产生雌激素和孕激素,雌激素又能使子宫内膜进入增生期。排卵以后,雌激素和孕激素使子宫内膜进入分泌期,以利于受孕卵在子宫内发育。如果没有受孕,雌孕激素的水平下降,子宫内膜失去激素的支持就萎缩、坏死、脱落。当内膜脱落时,微血管断裂出血,这就是月经来潮。这两种激素水平下降的信号又反馈给丘脑下部,开始新一轮循环,这就是月经周期。

月经来潮表示女性生殖系统已经基本发育成熟。大多数女孩12~14岁开始来月经。月经一般为28~30天1次,每次来潮的时间为3~7天,出血量约为30~60毫升。

2. 月经不调

月经是很敏感的一种生理活动,各种不良的刺激,如生活环境改变、气候变化,营养状态及精神因素等都能使大脑产生精神

抑制,这种作用也抑制丘脑下部和脑垂体,使卵巢的激素分泌发生紊乱而引起月经失调。刚刚来月经的女孩子,因为卵巢功能未趋稳定,所以月经紊乱的情况较多,但经过一段时间会扭转过来,所以不用担心。

有的人月经来潮不是提前就是错后,如果提前和错后3~5天之内都属于正常范围,但是如果提前或超过7天以上,血量过于增多,甚则出现贫血状态;而有的人来月经的量过少,甚至点滴即净,这就属于月经不調了。

月经不調是泛指各种原因引起的月经改变,包括初潮年龄的提前、延后,周期、经期与经量的变化,是妇女病最常见的症状之一。

3. 引起月经不調的原因

引起月经不調的原因有两大类:

(1)神经内分泌功能失調引起:主要是下丘脑—垂体—卵巢轴的功能不稳定或是缺陷,即本书所谈的月经病。

(2)器质病变或药物等引起:包括生殖器官局部的炎症、肿瘤及发育异常;营养不良;颅内疾患;其他内分泌功能失調,如甲状腺、肾上腺皮质功能异常、糖尿病、席汉氏病等;肝脏疾患;血液疾患等。使用治疗精神病的药物;内分泌制剂或采取宫内节育器避孕者均可能发生月经不調。某些职业如长跑运动员容易出现闭经。此外,某些妊娠异常出血也往往被误认为是月经不調。

临床上诊断神经内分泌功能失調性的月经病,必须要排除上述的各种器质性原因。

(二)分类

凡月经的周期、经量、经色、经质等出现异常者就可诊断为

月经不调。月经提前7日以上,周期短于21日者为月经先期;月经过后7日以上,周期超过40日者,为月经后期;月经时前时后,超过正常周期7日以上者,为月经先后不定期;行经时间超过7日,或出血量超过正常一倍以上者,为月经过多;经期短于2日,或出血量少于正常一半以下者,为月经过少。

1. 月经先期

妇女正常月经周期应是28~30日来潮1次。如月经周期提前7日以上,甚至1个月两潮者称月经先期,亦称“经行先期”“经期超前”“经早”。如经期仅提前三五日,且无明显症状,属正常范围,或偶尔提前1次,亦不作先期论。其发病主要是由于血热妄行或气虚不能固摄冲任所致。常与月经过多并见,严重者可发展成崩漏。

2. 月经后期

月经周期延长7日以上,甚至每隔40~50日一至,连续两个周期以上者,称“月经后期”,亦称“经行后期”“经期错后”或“经迟”。如仅延后三五日,且无其他不适者,不作月经后期论。若偶见1次延期,下次仍然如期来潮者,亦不属病态;青春期初潮后数月内,或更年期月经时有延后无伴发症状者;个别生理现象“并月”“居经”“季经”等,均不作后期论治。本病的发生有虚有实。虚者,机体营血不足,血海空虚,不能按时满溢;实者,寒伤冲脉,肝郁气滞,经脉不通,冲任受阻,气血运行不畅,因而后期。月经后期如伴月经量少,常可发展成为闭经。另外,育龄妇女月经后期,应排除妊娠。

3. 月经先后不定期

指月经有时提前,有时错后7日以上,没有一定规律,不按周期来潮3次以上者,称为“月经先后不定期”。又称“经行先

后无定期”“经乱”。其发病是由于肝郁气滞,气血不调;肾气不足,冲任功能紊乱,血海蓄溢失常所致。本病一般经量不多,经期不长,以周期紊乱为主证,如日久不愈,不但不易孕育,且容易演变成崩漏。但绝经前后,往往出现周期紊乱则属正常生理现象。

4. 月经过多

指月经周期正常,但排经量超过正常,或行经时间延长,其出血量增多,并伴有其他症状者,称为“月经过多”,亦称“经血过多”“经水过多”。本病的病因主要是由于冲任损伤,气虚不能固摄,或血热妄行,以致经量增多。“月经过多”与“崩漏”概念不同,后者是指非经期内的阴道大量出血,而前者经量虽多,但月经周期正常,且不若“崩”那样凶猛,然“月经过多”,如果迁延不愈,也可发展成“崩漏”。

5. 月经过少

指月经周期正常,但经量明显减少,甚或点滴即净,或经期缩短不足两天,经量亦少者称为“月经过少”,亦称“经水涩少”“经量过少”“经少”。其发病是由于肾气不足,冲任劳损,或营阴不足,血海空虚,寒凝血瘀,血行不畅,而致经量减少。月经正常的妇女,偶有1次经量减少;更年期妇女若出现月经量渐次减少,是绝经征兆,均不能作“月经过少”论。本症常是“闭经”的先兆,并可导致不孕。

二、诊断

以下是本症各期的临床表现:

(一) 月经先期

月经先期应与经间出血相鉴别,经间出血多发生在月经周

期的12~16日,持续时间短,血量较少,而月经先期除经期提前超过7日外,量、色、质和持续时间与正常基本相同。

1. 血热经行先期

经期提前,量多色鲜红或紫红,质黏稠,伴心烦口干,面红唇赤,舌红,苔薄黄,脉滑数。常见于青春期妇女。

2. 阴虚经行先期

经期提前,量少色红,质稠,伴颧红潮热,手足心热,口干咽燥,心烦不寐,舌红苔少,脉细数。

3. 肝郁化热经行先期

经期提前,量或多或少,色红或紫,质稠或夹瘀块,经行不畅,乳房、胸胁、小腹胀痛,心烦易怒,口苦咽干,舌红,苔薄黄,脉弦数。

4. 血瘀经行先期

经期提前,量少而淋漓不畅,色紫黯有块,小腹满痛拒按,血块排出后则疼痛减轻,舌正常或略紫或见瘀斑,脉涩或弦涩。

5. 气虚经行先期

经期提前,量多色淡,质清稀,小腹空坠或腰部发胀,面色萎黄或苍白,神疲肢软,心悸气短,或纳少便溏,舌淡或边有齿痕,苔薄,脉弱无力。常见于生育期妇女。

(二) 月经后期

1. 血虚经迟

经期延后,量少色淡,质清稀,小腹绵绵作痛,喜按,面色苍白或萎黄,头晕眼花,心悸气短,失眠多梦,身体瘦弱,皮肤不润,舌淡苔薄,脉细弱。

2. 虚寒经迟

经期延后,量少质稀,经色黯黑,或混有小血块,小腹绵绵作

痛,喜热熨,按之痛减,面色晦暗,腰酸乏力,小便清长,大便溏薄,舌淡,苔薄白,脉沉迟无力。

3. 寒瘀经迟

经期延后,经行涩少,色黯有块,小腹冷痛拒按,喜热熨,面色青黯,形体壮实,舌质润或紫暗,苔薄白,脉沉迟有力或沉紧。

4. 气滞经迟

经期延后,量少色黯有块,经行不畅,小腹胀痛,胸胁乳房作胀,精神郁闷,时欲叹息,苔正常,脉弦或涩。

5. 痰阻经迟

经期延后,经量或多或少,色淡质黏,夹杂黏液,平时带多质稠,形体肥胖多痰,胸闷呕恶,或眩晕心悸,舌淡苔腻,脉濡滑。

(三) 月经先后不定期

1. 肝郁月经错乱

经期或前或后,经量或多或少,色正常或紫红,经行不畅,或有血块,经前胸胁、乳房、小腹胀痛,精神郁闷,或心烦易怒,或胸闷不舒,时欲叹息,舌正常,苔薄,脉弦。

2. 肾虚月经错乱

经期或前或后,经来断续,量少色淡,质清稀,带下清稀量多,面色晦暗,头晕耳鸣,腰酸乏力,小腹空坠感,小溲频数清长,夜尿多,舌淡苔薄,脉细数。

(四) 月经过多

1. 气虚失摄

月经先期量多,或行经时间延长,色淡质薄,清稀如水,小腹空坠或行经后小腹痛,喜揉按,面色苍白,心悸怔忡,体倦神疲,气短懒言,自汗恶风,饮食减少,大便溏薄,面浮肢肿,白带较多,舌胖淡,边有齿痕,苔薄润,脉虚弱。

2. 血热妄行

月经超前量多,或过期不止,色深红或紫红,质稠黏间有小血块,腰酸胀痛,心烦口渴,面红唇干,便结尿黄,舌红,苔黄,脉滑数。

3. 血瘀阻络

经行量多,色紫黑夹有血块,或小腹疼痛拒按,血块排出后疼痛减轻,或无明显症状,舌紫黯或有瘀点,脉细涩。

(五) 月经过少

1. 血虚经少

经来量少或不到一两日即净,或仅来点滴即止,色淡质稀如水,经期延后,小腹空坠,绵绵作痛,喜按柔,头晕眼花,心悸气短,健忘少寐,腰膝酸软,面色萎黄,唇甲淡白,皮肤干燥,舌淡,苔薄白,脉细。

2. 肾虚经少

月经量少,色淡红或黯红,质稀薄,周期不准,或月经初潮过迟,腰膝酸软,足跟痛,头晕耳鸣,小腹冷,小便频数,夜尿多,或性欲淡漠,舌淡苔薄,脉沉细。

3. 血瘀经少

经期错后,经来涩滞不畅量少,经色紫黯,黏稠夹块,小腹刺痛拒按,血块排出后痛减,经前乳房胀痛,面色晦滞,肌肤甲错,舌质紫暗,或有瘀斑点,苔薄白,脉弦涩。

4. 痰阻经少

经期错后量少,色淡质黏或混杂黏液,形体肥胖,胸闷脘痞,呕恶痰多,口中淡腻,食欲欠佳,大便溏薄,带下量多,稠浊腥秽,苔白腻,脉弦滑。

三、治疗

(一)中医疗法

1. 针灸类

(1)体针疗法:主穴取关元、气海、三阴交。月经先期加太冲、太溪;月经后期加血海、归来;月经先后不定期加肝俞、脾俞、足三里、交信;月经过多加隐白、断红穴(先针后灸);血热加太冲、行间、曲池;虚热加然谷;肝郁化热加地机;寒凝加归来、天枢;虚寒加命门、太溪;气滞血瘀加中极、地机、血海、蠡沟、合谷、太冲、行间;痰湿加丰隆、白环俞、阴陵泉;肝郁加肝俞、期门;气虚加脾俞、足三里;血虚加脾俞、膈俞、足三里、归来;肾虚加肾俞、气穴、太溪、水泉;乳房胀痛加内关、期门、支沟、太冲;小腹痛加中极。实证用泻法,虚证用补法,留针30分钟,每日或隔日1次,10次为1个疗程。

(2)耳针疗法:主穴取子宫、盆腔、卵巢、内分泌、皮质下、肝、脾、肾。月经先期加屏间;月经过少加附件、三焦、交感、下腹。每次取3~5穴,中强刺激,留针30分钟,每日1次,两耳交替使用,亦可埋针、压豆。

(3)梅花针疗法:月经先期或先后不定期可叩刺足三阴经脉及冲、任、督、带脉在脐以下腹部和腰以下骶部的循行线,以皮肤潮红渗血为度,每日1次。

(4)挑治疗法:月经过多可在腰阳关至腰俞任选1点,以位置较低为好,进行挑治,每月1次。

(5)艾灸疗法:主穴取关元、气海、三阴交。经迟加血海、归来;经乱加肾俞、肝俞、脾俞、足三里;经多加神阙、隐白、大敦。可选用艾炷灸,艾炷隔姜灸,艾条灸,盒灸及温针灸等。

(6)白降丹划点疗法:由耻骨联合至髂前上棘左右各画一条线;画曲骨、中极、关元、气海4穴,并配合肾俞、膀胱俞、阳陵泉、三阴交等穴,病情严重者划背部3条线。

(7)拍火疗法:取柴胡、赤芍、桂枝、川芎、丹皮、当归、大黄、益母草,共研末,于经前5天用药,每日1次至月经干净停药为1个疗程,连续3个疗程,如法在下腹部施药。

(8)拔火罐疗法:在肝俞、命门、关元、气海、带脉、归来、中极、天枢、曲骨、水道、三阴交等穴拔火罐,每日1次。

2. 推拿气功类

(1)内功推拿疗法:擦腰骶、八髂、少腹,点腰眼,捏拿肚角以通调冲、任、督、带诸脉。月经先期体壮者手法宜重;月经后期体弱者手法宜轻;擦八髂要热透少腹,并加擦脾俞、胃俞;肝郁加擦两胁肋,点揉章门、期门。

(2)捏脊疗法:常规捏脊,提关元俞、脾俞、膈俞。

(3)按压疗法:按压17椎穴。经前用指端按揉和压放合谷、足三里、三阴交各100次,继以循按手阳明大肠经、足阳明胃经、足少阴肾经数遍,再按揉压放天枢、肾俞各50~100次,最后以掌面按揉关元2~3分钟,每日1次。

(4)气功疗法:可选用内养功、意气功、真气运行功、太极内功、强壮功等。

(5)气功指针疗法:月经先期之血热者取关元、血海、地机、三阴交、行间;气虚者取神阙、气海、关元、中极、足三里、三阴交、行间;肝郁者取肝俞、期门、行间;月经后期取神阙、关元、气海、中脘、脾俞、胃俞、肾俞、归来、足三里、地机、复溜、血海、三阴交、阳池等行气功指针。

(二) 饮食疗法

1. 饮食原则

饮食多样化,保持营养丰富。

2. 饮食禁忌

经期忌食生冷刺激性食物。

3. 食疗验方

(1) 月经先期:宜食鱼鳔阿胶粥、芹菜饮、淡菜乌梅汤、杞子山药莲心汤。

①实热月经先期,量多,用芹菜藕片汤:鲜芹菜 120 克,鲜藕片 120 克,生油 15 克,精盐少许,先把芹菜藕片洗净,芹菜切成 1 寸长。将锅放在旺火上,下生油烧热,放入芹菜藕片,调入精盐适量,颠炒 5 分钟,再调入适量味精即成。上为一次量可连服 3~5 次。

②虚热月经先期,量多,用生地白萝卜汁:鲜生地 60~90 克,鲜白萝卜 250 克。上二味洗净共捣,用干净纱布包裹取汁,饮汁日 3 次,每次 50~100 毫升。

(2) 月经后期:宜选食杞子炖羊肉、鸡蛋煮黑豆,余参照闭经。

(3) 月经先后不定期:宜选食佛手山药粥、杞子炖乌鸡、月季花汤、桂花山药莲子汤。

(4) 月经过多:宜选食鲍鱼、黑木耳、荠菜、马兰头、桑椹子、藕、香菇等。

四、护理

(一) 月经先期

本病产生的机理,主要是由血热、气虚所致。血热则迫血妄

行,气虚则冲任不固。护理应注意以下要点:

1. 病理观察

(1)观察期、量、色、质的变化,正确记录和辨析,如经量多,色紫而质黏稠者,为血热实证。量或多或少,色或红或紫,有小血块者,为郁热证。经量多,色淡质清稀,为气虚证。

(2)观察患者的精神状态,情绪变化,如烦躁、愤怒不已,常为肝火所致,彻夜不寐,又为心火所致等,以便告诉医生,正确进行治疗。

2. 辨证施护

(1)血热:

①汤药宜凉或温服。

②如有腹痛,亦禁用热敷。

③忌食辛辣动火之品,宜食瘦肉、猪肝、黑木耳、藕等清热止血之品,以加强营养,补养阴血。

④经期应保持情绪稳定,避免激怒等刺激。

(2)气虚:

①平时注意劳逸结合,尤其是行经期不能劳累。

②经量过多的,需卧床休息,避免因血流过多而致气血骤虚,血不敛气,气血分离性晕脱。

③加强营养,如脾胃健运者,可多食禽类、肉类、猪肝、鲜牛奶等食品,平时易常食赤豆红枣粥,以温补气血。

(二)月经后期

阴血不足,血海不能按时满盈而后期,或气血运行不畅、冲任受阻,因而后期。护理要点:

1. 病情观察

(1)观察量、色、质的变化,正确记录以便于分析,如经色淡

而量少,小腹空痛为血虚。经色黯红量少,小腹有冷痛感者为血寒。经色正常,经量偏少,小腹有胀者为气滞。

(2)观察有无寒象和面色变化,了解血寒、血虚等程度,以便加强治疗和护理措施。

2. 辨证施护

(1)血虚:

①患者长期慢性失血,素体虚弱,在体质情况许可下,应坚持身体锻炼,如每日晨起做几节保健体操以增强体质。

②加强营养以滋阴、补血食品为宣,脾胃健运,食欲良好者可食鳖甲、黑鱼、淡菜、瘦肉等食品;食欲欠佳,则以素食为主,可食冬菇、木耳、豆制品等,忌辛辣、油腻之食品。

(2)血寒:

①平时注意保暖,尤其在月经来潮时,忌用冷水洗涤,以防血为寒凝,经血受阻。

②如伴有小腹疼痛者,可用热水袋熨敷或艾灸气海、关元、天枢等穴。

③平时饮食以温热为宜,即使夏日经期,亦须忌食生冷瓜果。

(3)气滞:

①加强精神护理,告诫患者情绪要稳定乐观,不愤怒不忧郁。

②平时可常用青皮、佛手片泡水代饮料。如有金橘或金橘饼,可食之以利行气解郁。

③忌食阻碍气体运行之物,如豆类、山芋及甘膩等物。

(三)月经先后不定期

产生本病的主要原因,是气血不调、冲任功能紊乱,使血海蓄溢

失常。导致气血不调的原因,以肝郁、肾虚为多见。护理要点:

1. 病情观察

(1)观察量、色、质的变化,正确记录便于分析,如月经先后不一,量多少无定,伴有胸、腹胀者,为肝郁。月经先后不一,量有多有少,色淡无血块,头晕腰酸者,为肾虚。

(2)观察全身症状的变化,以及精神情绪的变化,以了解肾虚肝郁的程度,从而加强调护和营养。

2. 辨证施护

(1)肝郁:

①不愤怒、不烦恼,保持情绪稳定,精神愉快。

②家属与医护人员配合,在日常生活中,做到细心耐心,避免使患者激怒的言语和行动。

③在条件许可下,节假休息日可到风景秀丽的园林场所散步,使之心境开朗,以利气血运行。

④饮食同气滞经行后期护理。

(2)肾虚:

①经期注意休息,勿劳累,平时进行适当的体育锻炼,做一些内养功、强壮功等气功疗法,增强体质。

②节制房事,以免损伤冲任肝肾。

③在胃纳良好的情况下,多食滋补肾阴之品,如鳖甲、猪腰、禽蛋类及新鲜蔬菜等。

(四)月经过多

本病的主要原因,在于血热、气虚,亦有血瘀所致者。护理要点:

1. 病情观察

(1)观察色、质的变化,正确记录以便于分析。如月经过