

农家丛书

卫生
保健

中医按摩治百病丛书

重庆市新闻出版局策划

FUKEBING QUXUE
ANMO CHANGSHI

妇科病取穴

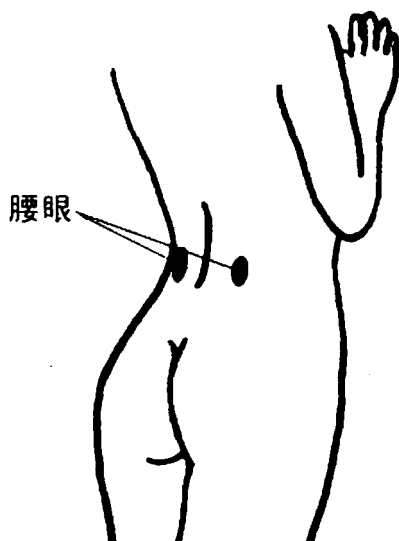
按摩常识

“中医按摩治百病”丛书编委会 编著

NONGJIA CONGSHU

重庆出版集团 重庆出版社





“中医按摩治百病”丛书编委会 编著

妇科病取穴

按摩常识

重庆出版集团 重庆出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

妇科病取穴按摩常识 / “中医按摩治百病”丛书编委会编著.

— 重庆: 重庆出版社, 2009

(农家丛书. 中医按摩治百病丛书)

ISBN 978-7-229-00941-0

I. 妇… II. 中… III. 妇科病 - 按摩疗法 (中医)

IV. R244.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 126108 号

妇科病取穴按摩常识

FUKEBING QUXUE ANMO CHANGSHI

“中医按摩治百病”丛书编委会 编著

出版人: 罗小卫

策 划: 华章同人

责任编辑: 陈建军

特约编辑: 沧 桑

封面设计: 灵动视线·张莹

 重庆出版集团 出版
重庆出版社

(重庆长江二路 205 号)

北京凯达印务有限公司 印刷

重庆出版集团图书发行公司 发行

邮购电话: 010-85869375/76/77 转 810

E-MAIL: sales@alphabooks.com

全国新华书店经销

开本: 880mm × 1230mm 1/32 印张: 3 字数: 64 千

2009 年 9 月第 1 版 2009 年 9 月第 1 次印刷

定价: 6.00 元

如有印装质量问题, 请致电 023-68706683

版权所有, 侵权必究

序 言

中医在治疗妇科疾病方面有自己独特的理论和方法，中医按摩推拿，在妇科月经病、带下病、更年期症、妊娠诸疾、产后病痛以及胎教按摩、美容保健等方面，有独特的功效。本书介绍了相关中医妇科知识，并对妇科常见病症的按摩取穴治疗做了常识性介绍，读者朋友可以根据自身情况，在专业医疗机构和医学人士的指导建议下，参考使用，以达到改善和化解病情、获得健康身体的目的。

目 录

第一章 中医妇科理论、治疗学说/ 1

第一节 概 述/ 1

中医妇科学发展概况/ 1

妇科按摩学的研究范围/ 4

第二节 妇科疾病的病因与病理/ 4

病 因/ 5

病 理/ 5

第三节 妇科按摩常用穴位/ 8

气海穴/ 8

关元穴/ 9

足三里穴/ 10

三阴交穴/ 11

血海穴/ 11

期门穴/ 12

太溪穴/ 12

复溜穴/ 13

章门穴/ 13

丰隆穴/ 13

第二章 妇科常见病取穴按摩常识/ 14

第一节 月经病/ 14

月经先期/ 14

月经后期/ 17

月经先后无定期/ 18

经前期紧张综合征/ 20

原发性痛经/ 22

代偿性月经/ 24

闭 经/ 24

第二节 带下诸疾/ 29

带 下/ 29

白带增多/ 34

第三节 妇科其他常见病症/ 35

功能失调性子宫出血/ 35

子宫肌瘤/ 39

慢性盆腔炎/ 41

不孕不育/ 43

第四节 绝经前后诸症 46

绝经前后诸症/ 46

更年期障碍/ 49

第三章 孕妇妊娠病症取穴按摩常识/ 53

第一节 妊娠反映/ 53

孕 吐/ 53

第二节 咳嗽、失音 / 55

子 嗽 / 55

妊娠失音 / 57

第三节 妊娠腹痛、肿胀 / 58

妊娠腹痛 / 58

妊娠肿胀 / 60

第四节 妊娠小便不利 / 63

小便不利 / 63

第四章 产后病症取穴按摩常识 / 65

第一节 产后腹痛、身痛 / 65

产后腹痛 / 65

产后身痛 / 67

第二节 泌乳诸疾病 / 69

泌乳过少 / 69

乳 痈 / 71

第三节 产后其他病症 / 73

子宫脱垂 / 73

产后排尿异常 / 76

过度衰弱 / 78

附录：中医妇科——女性生理特点 / 81

第一章 中医妇科理论、治疗学说

第一节 概 述

中医妇科学发展概况

中医妇科学是运用中医学基本理论与方法，研究和阐述妇科疾病病因病机和防治规律的一门临床学科，是祖国医学的组成部分之一，历史悠久，数千年来对我国妇女保健事业起了很大的作用。根据现有的文字记载将其发展简史介绍如下：

从殷墟出土的甲骨文来看，夏商时代人们已认识了许多种疾病，并有了关于妇科疾病的最早记载。

春秋战国时期成书的《黄帝内经》，长期以来被认为是我国现存的医学文献中最早的一部经典著作，其中对女子月经的生理、病理以及妊娠诊断等，也有较详细的论述。如《素问·上古天真论》云：“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；三七肾气平均，故真牙生而长极；四七筋骨坚，发长极，身体盛壮；五七阳明脉衰，面始焦，开始堕；六七三阳脉衰于上，面皆焦，发始白；七七任脉虚，太冲脉衰少，天癸竭，地道不通，故形坏而无子也。”由此可见古人很早就对女子生长、发育、衰老的过程有了一定

的认识。

目前发现最早的妇产科学专著是1973年湖南长沙马王堆三号墓出土的称为《胎产书》的帛书。据考证，此书约成于2000多年前的战国时期，要比过去认为现存最早的唐代孙思邈的《经效产宝》还要早1000多年。

根据史料记载，我国最早的妇产科医生是汉代的义姁与淳于衍，她们都是西汉时期宫廷内专为皇后或皇太后治病的侍从医生。据《汉书》记载，义姁“以医幸王太后”，可见，她是一个凭借医术深得王太后宠爱的医生。淳于衍传说是乳医，也就是当今的产科医生。

据《汉书·艺文志》记载，当时还出现过不少有关妇科方面的专著，如《妇人婴儿方》、《范氏疗妇人方》、《徐文伯疗妇人瘕》《黄帝养胎经》、《素女方》，以及张仲景曾在《伤寒杂病论·序》中提及的《胎护药录》等等。

至隋代，巢元方主编的《诸病源候论》中载有妇人病八卷，包括杂病诸候一百四十一论，妊娠病诸候六十一论，将产病诸候三论，难产病诸候七论，产后病诸候七十一论等。分别描述了月水不利、月水不断、月水不通、崩漏、带下、阴肿、阴挺、恶阻、子病、难产、恶露不尽等病症的原因和临床诊治。

唐宋时期，医学发展的成绩较为突出，医学发展日趋专业化，先后出现了很多内、外、妇、儿等专科著作及医学全书。

唐代的孙思邈认为妇女有独特的生理特点，主张单设妇科，晚年将自己的经验和唐代以前的方剂进行了总结，著成《千金要方》，并把妇产一门列在卷首，记载了很多治疗妇女病的经验，广泛讨论了赤白带下、崩中漏下、求子种子、养胎禁食、临产注意、

产后护理等问题，其中有不少独到的见解。

本时期较为著名的妇产科著作有《经效产宝》，唐代昝殷撰于852年，书中论及安胎、食忌、淋证、下痢、肿胀、难产、死胎不出、产后心惊、中风、心痛、出汗、烦闷虚热、无乳、乳痛、乳溢等多种妇科疾病，收集和创制了许多效验方。

对后世影响最大的是南宋时著名的妇产科专家陈自明的《妇人大全良方》。《妇人大全良方》共24卷，分为九门，前三门记述了月经的正常生理和月经病，以及一般妇科常见病，并讨论了不育问题，后六门为产科，详细叙述了产前、产后各种疾病的治疗和处理方法。该书总结了南宋以前的妇产科成就，内容十分丰富。

明清时期，妇科学著作甚丰，作者都能在继承前人经验的基础上结合自己的医疗实践活动，对妇科学有所发展。如张景岳所著《妇人规》，在妇产科的临床与理论方面，都有不少建树和创新，并创制了许多临床疗效很高的方剂，应用至今。

《傅青主女科》为明末清初傅山所撰著，其内容体例及所用方药，与其他妇科书截然不同。他的立论与用方，可以说基本无一抄袭前人者。虽然理论上有些说法较为粗俗，但方药则比较实用，为后世临床医家所推崇。

另外还有明代万全的《广嗣纪要》，王肯堂的《女科准绳》，清代萧慎斋的《女科经论》，沈尧封的《女科辑要》，陈修圆的《女科要旨》等等。

建国60年来，中医妇科在理论上更加系统化，出版了许多教科书和专著，并创新了不少经实验及临床验证疗效优良的方药，还建立了治疗宫外孕的中西医结合非手术疗法，以及不孕症、

滑胎、盆腔炎、阴道炎等病症的中医疗法，在计划生育研究方面也有进展。

妇科按摩学的研究范围

中医妇科学的研究范围概括起来，是以经、带、胎、产、杂病等几类常见疾病的预防和治疗为主要内容的学科。

妇科按摩学是中医妇科学的一个有机部分，属于中医妇科学的范畴。它以中医妇科学的基础理论为指导，应用按摩疗法预防和治疗妇科常见病和多发病。

按摩疗法通过手法操作活动作用于人体，从而达到防治疾病的目的。由于历史的原因，妇科按摩学的发展受到一定的局限。随着医疗实践活动的深入开展，按摩疗法应用于妇科疾病的范围会不断扩大。

第二节 妇科疾病的病因与病理

妇女自身的生理特征不同于男性，解剖上有胞宫，生理上有经、孕、产、乳等特点，因此其疾病的病因病理亦与男性不同。胞宫是主月经和孕育胎儿的主要器官，脏腑是生化气血之源，经络是气血运行的通道，而气血是经、孕、产、乳的物质基础。因此，对妇女的生理特点，就必须以脏腑、经络、气血为中心来进行讨论，其中脏腑方面注意肾、肝、脾三方面，经络方面注意冲、任、督、带脉对妇女生理所起的作用。

病 因

病因，是发病的原因，也就是致病因素。中医学认为，疾病的发生，关系到人体正气和致病的邪气两个方面。正气是指人体对疾病的防御、斗争和修复能力；邪气是指对人体有害的风、寒、暑、湿、燥、火（热）等六淫邪气。疾病的发生、发展和疾病症候的表现，是正邪相争的反应。一般说来，人体正气旺盛，邪气不易侵入，人体就不会得病；反之，人体正气虚弱，就不足以抵抗外邪，邪气就可乘虚而入，侵犯人体，发生疾病。

在导致妇科疾病发生的病因中，主要是外感寒、热、湿邪及情志内伤这些方面。它们都能够引起气血运行以及气机升降失常，在临床上产生一系列病理变化，如气虚、气滞、气逆、气陷、血虚、血热、血寒、血瘀等。

其他如房室不节，产育过多，劳逸失常，跌仆外伤，邪毒感染等，亦为妇科常见的发病因素。

病 理

妇科的发病机理可概括为脏腑功能失常、气血失调、冲任督带损伤三个方面。

脏腑功能失调

妇人以血为主，在脏腑中，脾主统血，肾藏精，精血互化。肝藏血，心主血。所以，在妇科疾病中常以这些脏器的功能失常为多。

(1) 肾

肾藏精，胞脉系于肾，若先天肾气不足，或因早婚多产，房劳伤肾，冲任不固，则易导致经行先后无定期等症。若肾气亏损，精血不足，可见月经过少、闭经等症。若阴虚内热，热传冲任，迫血妄行，又可出现月经先期、崩漏等症。若肾阳不足，失于温煦，可出现带下清稀、宫寒不孕等症。

(2) 肝

肝藏血，主疏泄，喜条达，恶抑郁。若情志内伤，肝气郁结，气滞血淤，常可引起月经不调、痛经等症。若郁久化火，热伤冲任，则出现月经先期、崩漏、经行吐衄等症。若肝气犯胃，胃失和降，则致恶阻。若肝郁脾虚，湿热内生，下注冲任，则见带下、阴痒。

(3) 脾

脾生血，统血，主运化。脾虚化源不足，冲任失养，可见月经量少，甚至闭经。脾失统摄，可见月经先期、崩漏等症。脾失运化，水湿内停，泛溢肌肤，则为妊娠水肿；湿浊下注，则为带下。

(4) 心

心主血，藏神。若忧虑伤心，心阴暗耗，营血不足，血海不能按时而满，则见月经不调、闭经诸症。若心火偏亢，不能下交于肾，则见经断前后诸症、脏躁、妊娠心烦等。

气血失调

气血失调是妇科疾病中最常见的发病机理。因月经、胎孕、产育、哺乳等都是**以血为用**，以致机体相对处于血不足、气有余的状态。虽然**气血之间相互滋生，相互依存，又相互影响**，

但仍要区别血病和气病不同机理。一般来说，寒、热、湿常易引血分受病，如热邪与血相搏，迫血妄行，则见月经先期、月经过多、崩漏、胎动不安等症；寒邪与血相搏，血为寒凝，则致月经后期、月经过少、痛经、闭经等症；湿邪，其性滞着，且易下注，湿与热合则为湿热，易致带下、阴痒；湿与寒并则为寒湿，易致通经、闭经等症。

此外，情志的变化，常引起气分病变而涉及血分，如气逆则血上，气陷则血下，气虚则血脱，气滞则血淤，而产生月经不调、痛经、闭经、经行吐衄症瘕、恶阻等病。由此可见，妇女虽以血为主，但血赖气生，赖气以行，所以气血调理与否也成为妇科疾病的重要机理之一。

冲、任、督、带损伤

冲脉、任脉、督脉、带脉四脉（冲、任、督、带四脉属“奇经”，胞宫为“奇恒之府”，冲、任、督三脉下起胞宫，上与带脉交会，冲、任、督、带又上连十二经脉，因此胞宫的生理功能主要与冲、任、督、带四脉的功能有关，从而使冲、任、督、带四脉在妇女生理中具有重要的地位。“奇经”不同于十二正经，别道奇行，无表里配属，不与五脏六腑直接联通），与妇女生理关系密切。如若损伤，可产生经、带、胎、产诸病。

引起冲、任、督、带损伤的原因有直接和间接两方面。直接方面，如邪毒感染和房室不节，损伤冲任；间接方面，如气血不和或脏腑功能失常，而致冲、任、督、带为病。其病理变化常有虚实两端。如受寒饮冷则血凝气滞；热邪内盛则迫血妄行；湿痰下注则经脉壅滞；情志抑郁则气滞血淤；恼怒火动则血行

逆乱，凡此皆属于实。如劳倦伤气，血失统摄，或孕产过多过频，精血耗损，此皆属虚。由于气盛血亏或气滞血淤而使阴液不能输布，阳气失于宣通，影响了冲、任、督、带的正常生理功能，而产生经、带、胎、产等病。因此，冲、任、督、带损伤是引起妇科疾病的内在原因之一。

脏腑功能失常，气血失调及冲、任、督、带损伤，虽各有其不同的发病机理，但三者往往是相互影响的。

第三节 妇科按摩常用穴位

在生理特点上，妇女有自身独特的地方，穴位经络治疗中，也有不同的方法。三阴交穴是女性经络中最重要的穴位之一，所谓三阴交，是指脾经、肾经、肝经三条经络相交之处；对中医而言，这是特别受到重视的穴道，又名“女三里”，只要是妇女病，此穴皆有效。

此外，肝俞、脾俞、肾俞、次髎、气海、血海、关元、归来、足三里等穴位对妇科疾病的治疗也有特殊效果。

气海穴

【位置】

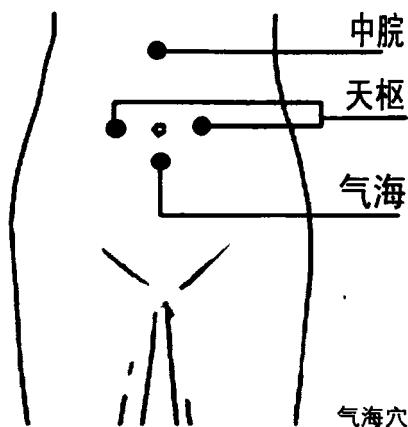
位于下腹部，前正中线上，当脐中下1.5寸。

【功效】

增强免疫力。

【作用】

前人有“气海一穴暖全身”之誉称，是说气海穴有强壮全身的作用，经临床验证，气海穴确有调整全身虚弱状态、增强免疫及防卫功能的作用。对先天体质虚弱、后天劳损太过者有很大的保健作用。气海穴可广泛用于男科病及妇科病，如遗精、阳痿、月经不调、痛经、闭经、崩漏、虚脱等。



关元穴

【位置】

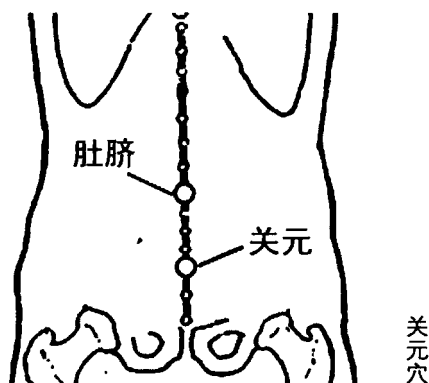
在下腹部、前正中线上，肚脐下3寸（也就是在肚脐眼正下方，将除大拇指外的4指并起来，在手小指的下缘处，就是关元穴所在位置）。

【功效】

缓解经期痛苦。

【作用】

关元穴是“男子藏精，女子蓄血之处”。具有补肾壮阳、理气和血等作用。日常按摩可以起到很好的保健作用，当有月经不调、经闭痛经、外阴瘙痒等妇科病症时，针对性地按摩此穴位，也能缓解妇科症状。



足三里穴

【位置】

当我们把腿屈曲时，可以看到在膝关节外侧有一块高出皮肤的小骨头，这就是外膝眼，从外膝眼直下四横指（一个巴掌的距离）处就是足三里穴位。

【功效】

调肠胃、抗衰老。

【主治】

敲打足三里，可以治疗胃痛、呕吐、

