

围绝经期 综合征



陈颖异 曹华妹 主编

中西医诊疗与调养

WEIJUEJINGQIZONGHEZHENG

ZHONGXIYIZHENLIAOYUTIAOYANG

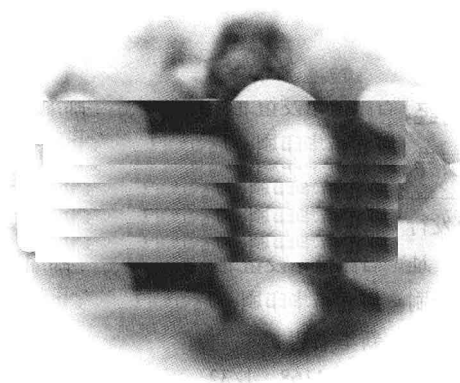
河北科学技术出版社

围绝经期综合征

中西医诊疗与调养

WEIJUEJINGQIZONGHEZHENGZHONGXIYIZHENLIAOYUTIAOYANG

● 陈颖异 曹华妹 主编



图书在版编目 (C I P) 数据

围绝经期综合征中西医诊疗与调养/陈颖异, 曹华妹主编. —石家庄: 河北科学技术出版社, 2008. 5
ISBN 978 - 7 - 5375 - 3669 - 1

I. 围… II. ①陈… ②曹… III. 绝经期综合征—中西医结合—诊疗 IV. R711. 51

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 055099 号

围绝经期综合征中西医诊疗与调养

陈颖异 曹华妹 主编

出版发行	河北科学技术出版社
地 址	石家庄市友谊北大街 330 号 (邮编: 050061)
印 刷	河北新华印刷一厂
经 销	新华书店
开 本	850 × 1168 1/32
印 张	9.75
字 数	244000
版 次	2008 年 5 月第 1 版 2008 年 5 月第 1 次印刷
印 数	2500
定 价	26.00 元

主 审	程 涇			
主 编	陈颖异	曹华妹		
副主编	蔡珠华	田之莹	潘光强	戴福仁
编著者	(以姓氏笔画为序)			
	王丹丹	田之莹	叶 剑	全晓彬
	陈 艳	陈颖异	徐卫国	秦 洁
	翁伟安	曹华妹	黄建华	鲁光钱
	蔡宇萍	蔡珠华	潘光强	戴福仁



序

序

喜闻《围绝经期综合征中西医诊疗与调养》一书问世，陈颖异主任医师约我作序，欣然命笔。

20 世纪 80 年代初，颖异医师已学有所成，为求深造，来杭师从家父——国家级名中医何少山主任医师。颖异医师聪颖好学，勤奋不倦，家父十分钟爱，悉心传授，使其深得要领，且多年来她一直潜心钻研“何氏女科”经验，从不懈怠，结合自己数十年临床体会，在中医界及患者中均享有盛誉，已是温州市名中医，实为可喜可贺。

中医妇科是祖国医学领域中颇具特色的专科，中医中药对保障妇女健康和维持家庭美满发挥了重要的作用。陈颖异主任医师在繁忙的医疗工作之余注重对现代医学理论的学习和借鉴，与西医妇科界同仁运用中西医理论和实践来诊断、治疗，共同探讨、研究围绝经期的病理、病因，亦收集国内外学术新进展，共同编著完成此书。该书文献信息量大、观点新，对围

绝经期综合征的阐述深入浅出，治疗方法博采众长，奏效明显，预防保健通俗贴切，具有较高的学术水平和实用价值。相信本书的付梓出版，对于指导青年医师临床和科研工作将会有很大的帮助，是围绝经期妇女自我保健的一本通俗易懂的好书，也是对中医妇科和中西医结合妇科事业的贡献。

杭州市中医院主任医师、教授、硕士生导师



前言



前 言

随着社会的进步，人口老龄化程度的日益提高，女性平均寿命在上升，每一女性的生命期将有 1/3 或以上的时间在围绝经期（更年期）、绝经期与绝经后期渡过，这是一个不可忽视的群体。她们的身心健康是家庭的幸福和社会的财富。关心她们的健康不但是家庭成员、政府、社会的责任，更是医者的重大职责。

能够编写一本有关围绝经期综合征的专病专书，对研究围绝经期工作者和临床医生有所裨益，对围绝经期（更年期）妇女及围绝经期综合征患者提供疾病防治和自我保健的参考读物，一直是我们的夙愿。

本书共分三篇：上篇详细介绍了现代医学对妇女围绝经期综合征的认识和治疗，书中的内容尽量选用国内外最新观点；中篇阐述了祖国医学对本病的认识，从古论今予以重点介绍，内容新颖，书中还汇集了多位专家用之有效的专方专药；下篇介绍围绝经期妇女

应该如何正确对待围绝经期，如何更好地采取自我保健防治，包括合理饮食、平衡心理、适当锻炼的各种方法。

本书是在温州医学院附属第三医院（瑞安市人民医院）的中医科、妇产科、营养科、骨伤科等有关专家的共同努力下，集思广益编写成的，参加编写的既有资历深、造诣高的学者，又有优秀的中青年专家。全书内容丰富新颖，中西防治结合，从古论今，深入浅出，注重实用。

本书由温州中山医院院长，中国中西医结合学会生殖医学会不孕不育研究所所长，中国中西医结合学会妇产科专业委员会委员，中国中西医结合学会“中国中西医结合贡献奖”获得者，著名中西医结合生殖医学专家，硕士、博士生导师程泾教授担任主审，全国名老中医，著名妇科专家何嘉琳教授作序。在编写过程中，还得到了温州中山医院主治医师田之莹硕士的大力支持，在校对过程中得到了施中华副主任医师、孙敏主治医师的热情协助，在此表示衷心感谢！

近几年来围绝经期医学领域发展迅速，涌现出许多新的基础与临床研究，有些学术问题可能存在不同意见，还望同道们共同切磋。由于编者的水平有限，书中难免有疏漏舛误之处，谨请广大读者不吝赐教。

陈颖异

于温州医学院附属第三医院
浙江省瑞安市人民医院



目录

目 录

上 篇

现代医学论围绝经期综合征

第一章 围绝经期及相关名词定义

..... (3)

一、有关围绝经期的相关术语 (3)

二、影响绝经年龄的因素 (5)

第二章 围绝经期生理病理心理的改变

..... (7)

一、外生殖器的改变 (7)

二、内生殖器的改变 (8)

三、乳房的改变 (11)

四、泌尿系统的变化 (12)

五、皮肤的改变 (13)

六、心血管的变化 (14)

七、骨代谢的变化	(14)
八、认知能力下降	(15)
九、内分泌的变化	(15)
十、性功能的变化	(17)
十一、心理变化	(18)
十二、瘦素的变化	(18)
第三章 围绝经期综合征	(20)
一、病因	(20)
二、临床表现	(22)
三、诊断与鉴别诊断	(23)
四、治疗	(26)
第四章 性激素替代治疗	(28)
一、HRT 的适应证	(29)
二、HRT 的禁忌证	(29)
三、激素替代治疗的利与弊	(32)
四、孕激素在激素替代治疗中的作用	(35)
五、HRT 开始时机和治疗期限	(36)
六、药物种类和制剂	(37)
七、HRT 的用药方案及适用对象	(42)
八、给药途径	(44)
九、注意事项	(45)
十、首次诊查及监测观察与处理	(47)

第五章 围绝经期与疾病	(50)
一、围绝经期功能失调性子宫出血	(50)
二、卵巢早衰	(55)
三、围绝经期妇女阴道炎	(60)
四、子宫脱垂	(64)
五、围绝经期常见的肿瘤	(67)
六、围绝经期骨质疏松症	(83)
七、早老性痴呆症	(88)
八、围绝经期心血管疾病	(92)
九、围绝经期与性障碍	(105)
十、围绝经期皮肤疾病	(108)
十一、围绝经期肥胖症	(112)

中 篇

祖国医学对围绝经期综合征的认识

第六章 中医对围绝经期妇女生理基础的	
认识	(121)
一、概述	(121)
二、肾在妇女一生中的重要性	(122)
三、肾虚、天癸竭是绝经期妇女正常的生理现象	(125)
四、小结	(125)

第七章 中医对围绝经期综合征病理的认

识 (126)

一、概述 (126)

二、肾虚阴阳失调是围绝经期妇女致病的关
键 (126)

三、肾虚阴阳失调累及他脏发病 (127)

四、中医对围绝经期综合征病理学的研究报
道 (128)

五、小结 (128)

第八章 中医对围绝经期综合征诱发病因

的认识 (130)

一、概述 (130)

二、几种不良的心理 (130)

三、易发人群 (132)

四、围绝经期妇女心身障碍的相关研究
..... (132)

五、七情与心身障碍 (133)

六、小结 (135)

第九章 历代医家论围绝经期综合征

..... (136)

一、概述 (136)

二、围绝经期综合征与郁证 (136)

三、围绝经期综合征与不寐 (139)

四、围绝经期综合征与百合病	(142)
五、围绝经期综合征与脏躁	(144)
六、围绝经期综合征与年老血崩	(147)
七、小结	(149)
第十章 中医对围绝经期综合征的命名与	
证候诊断标准	(150)
一、命名	(150)
二、证候诊断标准	(151)
第十一章 中医对围绝经期综合征的辨证	
分型	(155)
一、分类方法	(155)
二、辨证分型的现代研究	(157)
三、小结	(159)
第十二章 中医对围绝经期综合征的治疗	
.....	(161)
一、辨证治疗	(161)
二、专方治疗	(172)
三、中成药治疗	(176)
四、针灸推拿治疗	(179)
第十三章 补肾中药治疗围绝经期综合征	
的重要地位	(182)
一、补肾中药分类与功效	(182)

二、补肾中药的药理研究	(183)
三、补肾中药的临床研究	(185)
四、小结	(186)
第十四章 预防与调护	(187)
一、未病先防	(187)
二、既病防变	(188)
三、预防和调护要素	(188)
第十五章 疗效标准与预后	(190)
一、疗效标准	(190)
二、预后	(190)

下 篇

围绝经期综合征的心理饮食运动疗法

第十六章 心理调节	(195)
一、为什么要重视心理调节	(195)
二、四种自我心理调节方法	(196)
三、三招帮忙调适夫妻关系	(199)
四、五种心理障碍及其对策	(201)
五、十条心理健康的标准	(208)
第十七章 饮食调养	(213)
一、饮食调养的重要性	(213)
二、四项基本食养原则	(215)
三、十大推荐天然食物	(226)

四、二十个有效食疗处方	(230)
五、三项食用补药准则	(239)
六、二十味精选滋补中药	(242)
第十八章 运动疗法	(248)
一、运动疗法三点意义	(248)
二、科学运动四个要素	(250)
三、体育锻炼十项注意	(253)
四、运动项目五大推荐	(257)
五、功能锻炼四个部位	(260)
参考文献	(282)

上篇

现代医学论围绝经期综合征

XIANDAIYIXUE LUNWEIJUEJINGQI ZONGHEZHENG

