

食疗治女病

卢祥之 编 著

科学技术文献出版社重庆分社

食疗治女病

卢祥之 编 著

科学技术文献出版社重庆分社 出 版

重庆市市中区胜利路132号

山 西 省 新 华 书 店 发 行

阳 曲 县 印 刷 厂 印 刷

开本: 787×1092 1/32 印张5.563 字数: 120千字

1990年2月第1版 1990年2月第1次印刷

印数 1—10700册

ISBN7-5023-1055-X/R·147 定价: 2.75元

目 录

第一章 妇女疾病的诊断.....	(1)
第一节 四诊.....	(1)
第二节 妇科检查及辅助诊断.....	(4)
第二章 月经病.....	(8)
第一节 月经先期.....	(8)
第二节 月经后期.....	(11)
第三节 月经先后无定期.....	(14)
第四节 月经过多.....	(15)
第五节 月经过少.....	(18)
第六节 闭 经.....	(20)
第七节 痛 经.....	(27)
第八节 功能性子宫出血.....	(30)
第九节 经期吐衄.....	(34)
第三章 带下病.....	(37)
附： 慢性盆腔炎.....	(40)
第四章 妊娠病.....	(44)
第一节 妊娠呕吐.....	(44)
第二节 妊娠水肿.....	(47)
附： 羊水过多.....	(50)
第五章 产后病.....	(51)

第一节	产后胎衣不下	(51)
第二节	产后血晕	(52)
第三节	产后出血	(53)
第四节	产后贫血	(55)
第五节	产后身痛	(56)
第六节	产后腹痛	(58)
第七节	产后恶露不绝	(60)
第八节	产后缺乳	(63)
第九节	乳汁自出	(65)
第六章	妇科杂病	(68)
第一节	子宫脱垂	(68)
第二节	更年期综合征	(71)
附录一	运用食疗方法,应突出中医学的辨证论治特色	(74)
附录二	临床常用的食疗粥、饭、糕、羹、汤、饮	(100)

第一章 妇女疾病的诊断

妇女有妇女的生理、病理特点，所以，临床上诊治妇女病时，除四诊八纲以外，还需结合一些必要的检查措施，以明确诊断，更有利于治疗。

第一节 四 诊

一、问 诊

(一) 年龄：妇科疾病与年龄关系密切。青春期，肾气初盛，内分泌生理活动尚未协调，可使月经紊乱。中年妇女，因胎产、哺乳，易伤血耗气，导致月经紊乱、崩漏、带下等症。绝经期妇女，肾气衰少，内分泌失调，而有更年期综合征等。

(二) 现病史：详问患者就医主症、发病时间、缓急、治疗经过及病情变化等，从客观实际出发，深入探讨病因，明确诊断，制定治疗措施。

(三) 月经史：初潮年龄、周期、行经天数、血量多少、血色深淡、血质稀稠、有无血块及特殊臭味。行经前后有无腰、腹、胸、肋疼痛，是喜按喜温及末次经期或其前次月经日期，根据疼痛性质及血色进行辨证。喜按喜温多属虚寒证，反之则为实证、淤证，绵绵作痛、血色淡、质稀者为

虚证；拧痛难忍、血色黑褐如锈者为寒证；小腹憋胀下坠、血色正常者为气滞；痛无定处、满腹走窜、血色正常者为风痛；跳痛、胀痛、喜凉拒按、血色鲜红或褐色者为实热痛；刺痛、痛处不移，血色正常有块者为血淤；小腹沉重发紧，血色淡似泔水者为湿痛；疼痛绕脐、有包块、血色正常者为虫痛。

（四）带下：正常白带色白、微稠、无异臭。色黄、有臭味、质稠者为湿热（如宫颈炎、盆腔炎等）；色微绿，呈泡沫状，有味，兼阴痒者多因滴虫所致；色白有块如豆渣状者多为霉菌；色白、量多、质稀薄，兼有腰痛者，系脾肾阳虚；带下黄水，量多，有腥味者，恶性肿瘤的可能性较大，宜先作宫颈刮片。

（五）婚姻情况：婚否及男方健康情况也要问到，以便考虑有无妊娠疾患及七情变化。

（六）胎产史：包括孕次、产次、有无流产、早产、死胎、死产、难产，是否顺产，产后出血量多少，有无产后感染。

（七）既往史：患过何种疾病，及对药品的过敏史。

二、望 诊

（一）望面色、神态、形体：

1. 面色：面色潮红为阴虚内热，可发生闭经；苍白者血虚，月经过少，也可经闭；面黄而体胖者，多属脾虚痰湿内停，见于带下症；面黄体瘦者，多属津液亏耗，可致月经量少，月经后期，经闭不孕等；面色青紫主淤血，见于淤血停滞的痛经、经闭、癥瘕；面黑色主寒痛，见于肾阳衰微、浊阴内盛的经闭、不孕、带下。若形体消瘦或虚肿，肢体倦怠，懒于活动，这是气血不足的表现，见于经少，经闭，不孕。

2.望神态：神态好，正气损伤不甚，反之正气已虚，病情比较严重。

3.望形体：肥胖瘦弱等。

(二)望唇色：红紫色多为血热；鲜红者为阴虚火旺盛，常见于月经先期或血热妄行的崩漏，月经过多及痛经；淡白者多为脾虚血亏的贫血，见于月经过多、闭经、崩漏或产后体弱；青而紫多见于血淤、血寒、痛经、肿瘤。

(三)望舌质：鲜红者为血热，舌尖红为心火上炎，多见于崩漏，月经过多、炎症；肥嫩淡红者为血虚气亏，常见于产后贫血、月经后期、久漏久崩、经闭；紫绛而干燥者为热入血分伤津，多见于盆腔脓肿、产后或术后感染、败血症；紫而晦黯或色红有淤斑者，多为血淤，常见于月经过多、崩漏、产后恶露不净、痛经。

(四)望舌苔：薄白而滑者有湿，常见于月经过多、崩漏；微黄而腻者为湿热，常见于炎症、溃疡、肿瘤等；灰黑而干者多为热入营分血分伤阴，常见于中毒性休克、败血症、产褥热等危重症候。

三、闻 诊

(一)听声音：语声低微是阳虚，时时叹息为气郁，咳嗽气短多为肺气虚亏；怀孕后声音低哑为妊娠失音。

(二)闻臭气：经行之时有臭秽气是为热，腥臭者为寒；带下腥臭多见于恶性肿瘤或产后感染。

四、切 诊

正常妇女的脉象较男子弱而略沉静。其状柔软，右大于左，两尺平和。妇科病症多见于两尺变化，因经、带、胎、产与肾及命门有密切关系。

(一) 月经脉：经期或经期正常者六脉均匀而洪、滑。月经过多或崩漏不止多属血热，脉滑而数，如左尺沉细、右尺洪大或滑数，乃为肾阴虚、命门火炽，宜按阴虚火旺辨证；右关沉细，多见脾虚不能统血。凡月经过少、经闭，若两尺沉细，属肾虚，如左脉大，右脉弱小，为气虚；左脉弱小系血虚；六脉弦细，为肝肾阴虚；六脉弦数，为肝阳亢盛；左寸洪、滑、数、舌尖红、属心火上炎，右寸滑大，见于倒经、鼻衄、吐血等症；不孕症者多见六脉沉细或两尺独沉而微。

(二) 带下脉：白带过多，脉缓或两尺沉涩，多为脾肾两虚。炎症、肿瘤所致白带，多见弦滑。

(三) 妊娠脉：正常者六脉和缓，流利应指或滑数。如一侧偏盛，六脉或两尺沉缓，则可能流产。

(四) 产后脉：产后由于耗血伤津，脉多虚大无力，也可见弦细无力或濡细。产后大出血可见浮大中空、沉取无力之芤脉。

第二节 妇科检查及辅助诊断

一、妇科检查

(一) 外阴：发育情况，有无萎缩、畸形、肿块及炎症，皮色有无变白或潮红，并检视前庭、尿道口、阴道口、处女膜及会阴部变化。

(二) 窥器检查：暴露阴道和子宫颈，检视阴道粘膜及子宫颈有无着色炎症、息肉、瘢痕及肿瘤，同时还应观察阴

道分泌物的量和性质。

(三)双合证：用食指及中指轻轻插入阴道，检查阴道软硬，有无结节及瘢痕，触摸穹窿软硬有无粘连，检查子宫位置高低，大小及软硬度，宫颈有无裂伤及变形，用手指将子宫颈压向下方，左手放在腹壁上摸子宫位置大小，软硬度有无包块以及子宫活动情况。从侧穹窿检查宫旁输卵管有无肿大、粘连及卵巢的大小和活动情况。

二、辅助诊断

(一)阴道分泌物的检查

1. 霉菌(白色念球菌)：以无菌棉拭子取阴道分泌物，涂于玻璃片上，用氢氧化钠法或革兰氏染色法直接镜检。如发现分隔菌丝和成群芽孢，即为阳性。

2. 滴虫：在洁净的玻璃片上，滴生理盐水一点，然后刮片法取阴道分泌物少许，混匀，双合诊检查同时，用戴着手套的食指尖取分泌物少许，涂在已滴有生理盐水的玻璃片下镜检。阴道毛滴虫呈梨形，透明白色，有波动膜，运动活跃。

(二)宫颈刮片检查：先用窥器暴露宫颈，以消毒的木刮板在宫颈上顺时针方向轻刮一周，将刮取物涂玻璃片上。立即用95%酒精固定，巴氏染色后，镜检找癌细胞。

(三)宫颈吸片检查：取无菌弯形玻璃吸管，伸入后穹窿部吸取分泌物少许，制成涂片，用95%酒精固定，邵氏染色后镜检。观察清洁度，计算角化前，角化、表层、中层、内底层、外底层等各类上皮细胞的比率，确定激情素水平。

(四)宫颈粘液结晶检查：从窥器暴露宫颈，拭去表面分泌物，用无钩镊子伸入颈管，夹取粘液，涂在玻璃片上，待

其自然干燥后，观察有无羊齿状结晶、结晶程度及其周期性变化。此法用于预测排卵期，推测卵巢功能，判断内分泌治疗效果。一般认为，羊齿结晶的形成与雌激素有关，而孕激素则起抑制作用，故在正常的月经周期中，排卵期的羊齿状结晶最为典型有核，而在孕激素异常时，该类结晶消失，呈现细胞型（椭圆形物质）。早孕时可见背景清晰的细胞型。

（五）基础体温测定：嘱患者于每天清晨醒后立即用口表或肛表测量体温并记录之。

1. 基础体温对不孕患者及要求避孕患者均有必要，不孕症可测定有无排卵及排卵日期，可以观察单相及双相曲线。表现为双相如黄体期体温不能达 37°C 以上者受孕机会也很罕见。

2. 对早孕诊断有很大的帮助，基础体温在闭经后体温持续在 37°C 以上者，再参考临床表现多可确定为早孕，如宫颈粘液为椭圆形物质时更加明确。

3. 对先兆流产及滞留流产有临床价值。先兆流产出血多先体温下降在 37°C 以下，血止体温即可升至 37°C 以上，对保胎处理有辅助作用。滞留流产多不超过 37°C 或 37°C 以下。

基础体温（口表测定）在临床实践中有较大的实用价值，方法简单可靠性较妥，易于推广，但最重要一项是必须鉴定好标准体温表，临床应用中也有因体温表不准而影响诊断的病例。

（六）宫颈活体组织检查：如宫颈刮片发现核异质时，可在阴道镜下，用活体组织钳或刀片切取病变组织，依病理切片检查。应注意创口处填塞纱球，压迫止血。

(七) 诊断性刮宫及宫内膜活体组织检查：对可疑有宫内膜结核、恶性肿瘤、功能性子宫出血、不孕、闭经的患者，需用此法辅助诊断。以小刮匙或宫内膜吸宫器刮取宫内膜组织，用10%福尔马林固定，作病理切片检查。送化验时要注明末次月经日期。除子宫流血闭经者外，一般应在月经来潮前一至二天采取。

(八) 子宫输卵管造影：不孕症或可疑生殖器畸形患者，为查明其子宫大小，输卵管通阻情况及畸形病变的部位，可采用碘油造影术。

(九) 输卵管通气：用于不孕症的检查，以确定输卵管是否通畅。

第二章 月 经 病

第一节 月经先期

月经先期，指的是月经周期缩短到二十一至二十三天内，甚至一个月两次。若周期仅提前三至七天，并无其他不适，仍属正常范围。偶尔一次超前，并不为病。月经先期常合并月经过多，临床分型如下：

一、血热型

（一）病因病机：素体内热或阴虚阳亢，血热，迫血妄行，月经先期。

（二）主证：月经先期，量多，色紫，稠粘，时挟血块，心烦胸闷，喜冷恶热，舌质红，苔薄黄，脉象滑数有力。

（三）症候分析：血得热妄行故量多，血被热灼，故色紫黑。热伤脉络，影响心肝，则心胸烦闷。血中实热，故喜冷恶热，舌红苔黄，脉滑数有力，属里有实热。

（四）治则：清热凉血。

（五）食疗处方：

①芹菜，或干或湿，用水熬成汤，坚持每天喝二次，疗效明显。

②丝瓜籽50克，藕100克。水熬成汤，吃饭时作汤服。

③丝瓜籽50克，刺菜30克，白糖50克，黄酒适量。先煮瓜籽及刺菜，后加糖、黄酒，每月月经前10天，开始服用，每天1次，坚持数月。

④山药30克，酸石榴2枚，共煎服。

⑤石榴皮适量，水煎，冲蜜服。

⑥荔枝干7枚（连皮带壳一起打碎），用两碗水煎至一碗服下。

二、肝郁型

（一）病因病机：由于抑郁，暴怒伤肝，肝气郁结，肝与冲脉相连，冲脉主经，故月经不调。

（二）主证：胁胀痛或窜痛，胸闷不舒，心烦，饮食不化，时有潮热。

（三）症候分析：气机不畅，故月经先期而有淤块，色紫或红，肝经气滞则两胁痛，肝气不舒则烦躁易怒，脉弦数为肝郁化热征象。

（四）治则：舒肝解郁。

（五）食疗处方：

①青皮6克，山楂肉9克，白糖50克，于月经来潮前水煎温服。每天1次，连服3~4次。

②益母草30~60克，鸡蛋2个。加水适量同煮，至鸡蛋熟后剥壳取蛋再煮片刻，去药渣，吃蛋、饮汤。月经前，每天1次，连服数天。

③韭菜150克，羊肝200克。将韭菜切段，羊肝切片，放铁锅内急火炒熟后，佐膳食用。月经前，连服5~6剂。

④槐树花10克，薄荷5克，开水冲泡，作茶饮。

⑤白萝卜5片，桔子皮10克，加白糖，煮汤服。

三、气虚型

(一) 病因病机：大病久病，中气虚弱，思虑过度，脾气虚，气失摄血或脾失统血，月经先期。

(二) 主证：倦怠无力，食欲减少，气短，心悸，月经色淡而稀薄，量多，舌质淡，苔白，脉虚弱或虚大。

(三) 症候分析：倦怠无力，气短属虚；食欲减少属脾虚。心悸、舌淡为血虚之征。气可生血，血可化气，气血互相资生，互相促进。故气虚也可影响血虚，脉虚大无力，为气虚之候。月经量多则为血失统摄，冲任不固而致。

(四) 治则：健脾补气，养心安神。

(五) 食疗处方：

① 乌骨鸡 1 只，当归、黄芪、茯苓各 9 克。将鸡治净，把药放入鸡腹内用线缝合；放砂锅内煮烂熟，去药渣。调味后食肉喝汤，分 2 次服完。月经前，每天 1 剂，连服 3~5 剂。

② 棉花籽 250 克，红糖适量。先将棉花籽炒焦黄，研成细末，分 10 份，用红糖水冲服。月经前，早晚各 1 份，服用次数视病情酌定。

③ 黑豆 30 克，党参 9 克，红糖 30 克。将三味一起煎汤，饮服。月经前，每天 1 剂，连服 6~7 剂。

④ 莲子 10 克，党参 10 克，藕片 10 片，煎汤食用。

⑤ 枣仁 10 克，蜂蜜 6 克，桂圆肉 10 克，大枣 10 枚，水煎服。

⑥ 生姜 3 克，当归 10 克，头发炭 50 克，煎汤服用。

四、肾阴虚型

(一) 病因病机：肾阴虚，则阴虚内热，月经先期而至。

(二)主证：头晕，烦躁，颧红，低热，腰酸，失眠，舌红少津，脉细数，月经提前，色红无块。

(三)症候分析：肾阴不足，内热由生，故低热、颧红；腰为肾府，肾虚则腰酸。

(四)治则：滋阴补肾，加止血诸味。

(五)食疗处方：

①枸杞子10克，鸡蛋2枚，枸杞煮熟后，入鸡蛋再煮，至熟，共食用之。

②旱莲草10克，藕节10克，水煮，服饮其汤。

③何首乌10克，槐花6克，水煎服。

第二节 月经后期

月经周期延后至四十日以上，甚至二至三月者，称“经行后期”。若仅延期六至七天，并无其他症状出现，或偶尔一次间隔较长，均不作后期论。

一、血寒型

(一)病因病机：过食生冷，外感寒凉、寒邪，侵入冲任二脉，血为寒凝，经脉运动不畅，月经后期。

(二)主证：月经后期，量少、色暗红，小腹绞痛，拒按，得热则减轻，面青四肢冷，或畏寒身痛，头晕、腕闷，舌质正常，苔薄白，脉沉紧。

(三)症候分析：血为寒邪凝滞，运行不畅，致月经后期，血少而色暗红，故喜热；寒邪在里，四肢冷，面色苍白，畏寒，苔薄白，脉沉主里症，紧为寒束，寒搏于里，故脉沉紧。

(四)治则：温经行滞。

(五) 食疗处方:

① 生姜10片, 羊肉500克, 入盐共煮汤饮, 食肉。

② 豆豉500克, 羊肉100克, 生姜15克, 食盐适量, 砂锅内烂熟, 经前10天开始食用, 每天1次, 连服3~5天。

③ 艾叶9克, 生姜15克, 鸡蛋2个(带皮), 共入砂锅内煮, 饮汤、食蛋。

④ 大鱼头1个, 用纱布包生姜10克, 当归20克, 共煮, 熟后, 去药渣, 调味服食。

二、虚寒型

(一) 病因病机: 体质素弱, 阳气素虚, 阳虚阴寒内盛, 阳虚不能化气, 血生成减缓, 冲任血虚, 血海不能按时充盈, 遂月经后期。

(二) 主症: 血色淡, 量少, 腹痛绵绵, 喜按喜暖, 头晕, 面色苍白, 腰酸无力, 脉沉, 两尺无力, 舌苔薄白。

(三) 症候分析: 阳虚则头晕, 面色苍白, 血色淡, 量少, 腹痛绵绵, 喜暖喜按, 系虚寒所致。腰为肾府, 肾虚腰酸无力, 脉沉, 两尺无力, 舌苔薄白, 皆系血虚所致。

(四) 治则: 补血, 温经, 扶阳。

(五) 食疗处方:

① 羊肉500克, 黄芪、党参、当归各25克, 生姜50克。将羊肉, 生姜洗净切块, 药物用布包好, 同放砂锅内加水适量, 武火煮沸后改文火煮2小时, 去药渣, 调味服食。月经后, 每天1次, 连服3~5天。

② 当归9克, 鸡蛋2个, 红糖50克。把当归先入水煎, 再放入鸡蛋、红糖, 煮至鸡蛋熟后服食。每次月经后, 服食4~5剂。

②当归30克，党参20克，甜酒500克，把上药浸入甜酒中1周以上。月经后，每天2次，每次服30~60克，连服6~7天。

④桂皮6克，鸡蛋3枚，煮汤后，食蛋喝汤。

⑤当归10克，研粗粉，用益母草10克煎汤，每日晚饭后，拌入些红糖，冲送当归粉。

四、气郁型

(一)病因病机：由于忧、思、怒、精神刺激，伤气，以至气机郁阻，血滞，月经后期。

(二)主证：经期延后，色正常或暗黑，有块量少，小腹胀甚于疼，精神郁闷，胸痞不舒，暖气后则稍减，乳胀胁疼，舌苔正常或有薄黄苔，脉弦涩。

(三)证候分析：气血郁滞，则小腹胀疼。精神郁闷，胸痞不舒，脉弦涩。若单纯气郁则舌苔正常；若郁久化热，则舌苔薄黄。

(四)治则：开郁行气。

(五)食疗处方：

①益母草50~100克，鸡蛋2个，陈皮9克。把诸味加水适量共煮，鸡蛋熟后剥壳取蛋，再煮片刻，吃蛋饮汤。月经前，每天1次，连服数次。

②元胡9克，艾叶9克，当归9克，瘦猪肉60克，食盐少许。将前三味加水3碗煎成1碗，再入瘦猪肉煮熟，用食盐调味服食。月经前，每天1剂，连服5~6剂。

③香附子9克，川芎9克，红糖60克。将以上药味加水3碗煎成1碗，去渣服食。月经前，每天1剂，连服4~5剂。

④桔子皮10克，泡茶，每日随意饮之。