

四川省名中医
成都市名中医经验录
临床医生必读

更年期综合征的

中西医特效治疗

屈友初 编著

Jing Yan Lu Ming Yi

Geng Nian Qi Zong He Zheng De
Zhong Xin Yi Te Xiao Zhi Liao

四川出版集团 四川科学技术出版社

四川省名中医
成都市名中医经验录
临床医生必读

更年期综合征的

中西医特效治疗

屈友初 编著

图书在版编目(CIP) 数据

更年期综合征的中西医特效治疗/屈友初编著.

—成都: 四川科学技术出版社, 2012.12

ISBN 978-7-5364-7527-4

I. ①更… II. ①屈… III. ①绝经期综合征
—中西医结合疗法 IV. ①R711.51

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第256730号

更年期综合征的中西医特效治疗

GENGNIANQI ZONGHEZHENG DE ZHONGXIYI TEXIAO ZHILIAO

屈友初 编著

责任编辑 李 珉

责任校对 冯 莉

封面设计 彭金贵

责任出版 周红君

出版发行 四川出版集团·四川科学技术出版社

地 址 成都市三洞桥路12号

邮 编 610031

成品尺寸 142mm×210mm

印 张 5.5

字 数 80千

印 刷 四川盛图彩色印刷有限公司

版 次 2012年12月第1版

印 次 2012年12月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5364-7527-4

定 价 20.00元

■ 版权所有·翻印必究 ■

■ 本书如有缺页、破损、装订错误,请寄回印刷厂调换。

■ 如需购本书,请与本社邮购组联系。

地址/成都市三洞桥路12号 电话/(028) 87734035

邮政编码/610031 网址:WWW.sckjs.com

前 言

更年期综合征又称围绝经期综合征,中医称绝经前后诸证,因男性也有更年期综合征表现,故本书仍称为更年期综合征。更年期综合征是指大多数人在特殊的年龄阶段,具体为女性40~60岁、男性50~70岁这一年龄段,由于性腺(男性为睾丸,女性为卵巢)功能减退,性激素水平下降,导致垂体促激素和下丘脑促激素释放激素水平升高,出现内分泌系统失调、代谢失调、自主神经功能失调,全身各系统、器官、组织结构与生理功能发生退行性改变和失调而产生的临床症候群。因症状复杂,诊治难度较大,使很多患者得不到有效及时的治疗,现已发展成较大的医学问题和社会问题。因更年期综合征症状严重而导致夫妻离婚,或因更年期抑郁症发生自杀的患者不少。目前对于更年期综合征诊治的研究水平尚难令人满意。性激素替代治疗虽然有效,但由于会增加病人患癌的风险和并发血栓性疾病的风险,以及会产生其他毒副作用,国际上早在2002年就已经摒弃激素替代治疗,故医学界有必要对更年期综合征引起高度的重视。在我国,因人口基数庞大,处于更年期的人群总数超过四亿人,女性更年期有症状者超过90%,男性更年期有症状者超过30%,患有更年期综合征的总人数超过2.5亿人,需要进行药物治疗的总人数超过2亿人。由于更年期综合征患者症状复杂多样,大多数医务人员对此病了

解不多，容易导致误诊误治，给病人造成很大的经济负担和精神负担，也大大加重了社会医疗成本，成为较大的社会问题。更年期综合征的临床症状，可涵盖神经精神科、内分泌科、消化科、呼吸科、心血管科、骨科、疼痛科和妇科症状，临床医师一般不可能对所有各科疾病都有研究，这也是导致更年期综合征易误诊误治的重要原因，其结果就造成了大量医疗资源浪费而病人又未得到有效的治疗。这需要医学界付出更大的努力，投入更多的人力和财力研究更年期综合征的防治，为患者提供较好的诊疗，使更年期综合征患者能较快康复和融入社会。

笔者从事更年期综合征的诊治20余年，取得了丰富的治疗经验，兹将治疗经验汇聚于此书，供同道和更年期综合征患者分享，如能对患者有所裨益和帮助，就是遂了笔者最大的心愿。

屈友初

2012年8月

目 录

第一章 更年期综合征的病因和临床表现.....	001
第一节 更年期综合征的病因病理	001
第二节 更年期综合征的临床表现	002
一、更年期综合征的一般临床表现	002
二、更年期综合征全身各系统临床表现.....	002
第二章 更年期综合征的诊断	005
第一节 更年期综合征的诊断标准	005
第二节 诊断更年期综合征应注意的问题.....	006
第三章 更年期综合征的治疗	008
第一节 一般治疗.....	008

第二节 药物治疗.....	009
一、治疗更年期综合症的常用西药	009
二、治疗更年期综合症的常用中药和传统方剂	011
三、治疗更年期综合症的自拟经验处方——调神宁心汤	035
四、更年期综合症的西药治疗	036
五、更年期综合症的中医治疗	038
 第四章 更年期综合征与自主神经功能失调	139
第一节 自主神经系统的组成和功能	139
第二节 自主神经功能失调与更年期综合征的关系	140
第三节 自主神经功能失调的临床表现	142
第四节 自主神经功能失调的诊断	142
第五节 自主神经功能失调的治疗	143
第六节 容易引起自主神经功能失调和更年期综合征 发作的诱因及其处理	149

一、长期精神压力过大易导致自主神经功能失调	149
二、较大手术后易导致自主神经功能失调	150
三、恶性肿瘤化疗后易导致自主神经功能失调	151
四、创伤后易导致更年期综合征发作或加重	152
五、过度劳累后易导致更年期综合征发作或加重	153
六、情绪不佳易导致更年期综合征发作或加重	154
七、感冒后易导致更年期综合征发作或加重	155
八、季节变换时易导致更年期综合征发作或加重	156
 第五章 更年期综合征的预防和保健	157
第一节 更年期综合征的预防	157
第二节 更年期综合征的保健	159
 结束语	161
参考文献	165

失调，同时伴有五脏六腑中其他脏腑功能失调，如心、肝、脾、胃、胆和脑功能失调，也伴有气、血、津液失调和四肢百骸的功能退化等表现。所以在辨证治疗过程中，要全面兼顾而不局限于调整肾之阴阳。

第二节 更年期综合征的临床表现

一、更年期综合征的一般临床表现

不管是女性更年期综合征患者，还是男性更年期综合征患者，其主要的临床表现均可归结于以下几点：

第一，内分泌功能失调的表现；

第二，自主神经功能失调的表现；

第三，免疫功能失调的表现；

第四，各系统、器官和组织解剖上的退变和功能上的失调表现。

二、更年期综合征全身各系统临床表现

（一）神经精神系统表现

头昏、头痛、失眠、多梦、头重、头闷沉、头皮发紧发麻、烦躁易怒、紧张惊恐、焦虑、抑郁、健忘、头晕、感觉异常、手足心胸背部灼热、背心凉，或畏寒发热交替、皮肤有蚁走感、酸胀不适、盲目怀疑、无端猜忌、多疑多虑、悲伤欲哭、形寒肢冷、倦怠乏力等，严重者致精神分裂症、躁狂症、恐惧症、焦虑症、抑郁症，其中抑郁状态和抑郁症较为多见，如诊治不当，易发生自杀等意外。感觉异常中以皮肤烧灼痛和四肢麻木较多见。

（二）心血管系统表现

可出现心跳心慌、心悸、心烦、心累、胸闷、心前区疼痛、早搏、阵发性心动过速、心前区压迫感，或血管舒缩异常致血压波动，潮红出汗，肢端苍白、发凉、疼痛等。

（三）消化系统表现

可表现为口腔黏膜不适、疼痛，舌面疼痛，口腔溃疡，牙龈酸痛，口干，口苦，口中异物感，舌胖大有齿龈或舌红少苔，咽部干燥，咽喉部有异物感，食管不适，心窝部上方堵塞感，持续性或间隙性暖气，反酸，胃痛，胃胀，胆囊区不适，双肋疼痛，肠胀气，肠蠕动加快或减慢，腹鸣，大便次数增多或便秘，肛门坠胀，下腹部下坠，腹胀，腹痛，食欲下降，饮食减少或食欲亢进，饥饿感强，强迫性进食，明显发胖，有时因腹胀导致不想进食等。

（四）呼吸系统表现

鼻干、痛、痒，鼻塞，咽喉部不适，声音嘶哑，咳嗽，叹气，胸闷气短，呼吸困难，憋气，胸部疼痛，肩胛区不适，肋软骨炎等。

（五）泌尿系统表现

小便频数（一日可达数十次）、尿急、尿道口灼热、膀胱区胀痛、排尿无力、夜间排尿次数明显增多但每次量不多，很多病人显示出尿道综合征表现。

（六）生殖系统表现

外阴干枯、瘙痒、下坠，阴部坠胀、灼热疼痛，阴道干涩，乳房疼痛，月经淋漓不尽，痛经，闭经，性冷淡，少数人有性欲亢进；男性则表现为阳痿、早泄、性欲减退、阴茎勃起不坚、睾丸缩小、阴毛脱落等。

（七）内分泌系统表现

易因甲状腺机能改变、肾上腺机能改变、胰岛素水平下降、肾上腺髓质机能改变而出现相应的临床表现，如血压波动、自主神经功能失调等，还表现有皮肤色素沉着、面部色斑、皮肤弹性降低、下肢浮肿、月经紊乱、停经、睾丸或卵巢萎缩等。

（八）运动系统表现

骨骼、肌肉及关节发生退行性改变和功能异常，可有颈部疼痛，上肢疼痛，肩周疼痛，腰背部疼痛，髋部疼痛，膝、踝等关节痛和足跟足底部疼痛；肌肉可有一定程度的萎缩、乏力、酸痛，兴奋性增高时出现肌痉挛等现象；关节退变时易出现行走疼痛、易扭伤等现象，以及骨密度减低、强度减弱、易骨折等。更年期女性易发生软骨炎，尤其是肋软骨炎常见。

（九）眼、耳部表现

可出现眼干、眼球胀痛、结膜充血、视物模糊、远视、迎风流泪、黑眼圈、飞蚊症等。耳部可表现为耳鸣、听力下降、内耳眩晕、耳道内胀痛、耳心疼痛等。

（十）免疫系统功能失调表现

更年期是类风湿性关节炎、系统性红斑狼疮、卵巢癌、乳腺癌、宫颈癌和其他恶性肿瘤的高发年龄期，复发性口疮、各类皮肤过敏均可显著增加，这些都与更年期免疫功能失调密切相关。

总之，更年期综合征患者症状复杂，表现多样。笔者所见临床表现（症状和体征）达150种以上。更年期综合征临床表现的特点是症状较多，体征较少，辅助检查阳性表现不多，病人主观感觉病情较重，这是更年期综合征患者与其他类似疾病较为本质的区别。

第二章 更年期综合症的诊断

第一节 更年期综合症的诊断标准

下述诊断标准参照朱文锋编写的《中医内科疾病诊疗常规》^[1]。

诊断女性更年期综合症的具体标准为：

1. 40岁以上女性，绝经前后缓慢发病，病情常与环境 and 情志有关。
2. 情绪不稳定、烦躁不宁、喜怒无常、易激惹、抑郁、紧张、焦虑等。
3. 可伴有阵发性上半身（尤其是面部）潮红、多汗、失眠多梦、头痛、眩晕、胸闷、心悸等。
4. 神志清楚、智力无障碍。
5. 血压波动，心电图和脑电图等检查正常。

诊断以前四条为准，但须排除其他相关疾病。

男性更年期综合症的诊断目前尚无统一标准，可参考女性更年期综合症的诊断标准。

第二节 诊断更年期综合征应注意的问题

在作出更年期综合征的诊断时，应详细询问病史，注意进行全面的体格检查和相关的辅助检查，并排除相关疾病。具体应注意下列问题：

1. 在进行全面体格检查的同时，应进行血常规检查、小便常规检查和大便常规加隐血试验检查。

2. 常规进行肝功能、肾功能、血糖、血脂和血尿酸检查。

3. 如患者有骨关节疼痛，尤其是小关节疼痛时，应作风湿和类风湿方面的检查，必要时进行免疫功能状态的检查。

4. 常规进行肝、胆、脾、肾、输尿管、膀胱B超检查，女性同时作子宫、卵巢、输卵管B超检查，男性应作前列腺B超检查。女性还应进行常规妇科检查。

5. 作胸部X线摄片检查，以了解心肺和胸部相关器官的情况。

6. 有心累、心悸的患者应进行心电图和心脏彩超检查，必要时进行24小时动态心电监测检查。

7. 有头昏、头痛者必要时应进行头颅CT检查。

8. 有颈部疼痛和脊柱疼痛，肢体麻木、疼痛者，应进行脊柱和脊髓MRI检查，以了解脊髓有无病变和神经根有无受压等。

9. 如有必要，应进行内分泌检查，以了解体内相关激素水平情况，如性激素、甲状腺素、肾上腺皮质激素、促性腺激素水平等。

10. 如有胃部不适，必要时应进行纤维胃镜检查；如有腹

胀、大便性状和规律性改变，必要时应进行纤维结肠镜检查。

总之，在临床诊断更年期综合征时，必须排除恶性疾病和严重的器质性疾病。

第三章 更年期综合征的治疗

第一节 一般治疗

1. 饮食宜清淡，少食辛辣燥热和高蛋白、高热量食物，如鸡肉、羊肉、腊肉、辣椒、花椒、胡椒、瓜子、花生、桂圆等食物。提倡低盐、低脂、低热量饮食，在不影响营养状况的情况下应尽量少食，避免发胖而影响生理和心理健康。

2. 起居应有规律，尽可能每天保证7~8小时的充足睡眠时间。

3. 保持愉快的心情，每天尽可能抛弃烦恼，让患者明白自己处于更年期，认识到更年期有可能出现无名火冒、烦躁易怒、心绪不佳。医生应向患者及其家属讲明更年期的特殊情况，尽可能让其配偶、子女及其他亲属体谅患者。

4. 适当加强体育锻炼，在身体允许的前提下，可采取快走、慢跑、跳舞、打太极拳等方式，每日锻炼半小时以上。有条件者也可去健身房锻炼。适当的体育锻炼对更年期综合征患者的康复很重要，要坚持不懈。锻炼时间最好选择在下午进行。

第二节 药物治疗

一、治疗更年期综合征的常用西药

（一）催眠、镇静、抗焦虑药

此类药物包括地西泮、艾司唑仑、阿普唑仑、劳拉西泮、硝西泮等，本类药是治疗更年期综合征的常用药，用于失眠、焦虑、惊恐等症状。使用时应注意不良反应，特别是药物依赖。

（二）解热镇痛、抗风湿药

此类药物包括对乙酰氨基酚片、吲哚美辛片、双氯芬酸钠片、布洛芬片、罗非昔布片、塞来昔布片等。

本类药物是治疗更年期综合征头颈、骨关节、肌肉疼痛的常用药物，使用时要注意副作用。特别是要注意保护胃，防止胃出血发生。

（三）消化系统药

1. 组胺 H_2 受体拮抗剂

西咪替丁片或胶囊、雷尼替丁胶囊等。

2. 质子泵抑制剂

奥美拉唑胶囊、兰索拉唑胶囊等。

3. 平滑肌解痉药

山莨菪碱片、阿托品片等。

4. 止吐药

甲氧氯普胺片（胃复安）、多潘立酮片（吗丁啉）等。

本类药物主要用于更年期综合征胃肠道反应重者，可酌情选用。

（四）心血管系统药

1. 强心药

地高辛片。

2. 抗心律失常药（主要列 β 受体阻滞剂）

盐酸普萘洛尔片、盐酸阿替洛尔片、酒石酸美托洛尔片等。

3. 抗高血压药

β 受体阻滞剂、利尿剂、钙通道阻滞剂、血管紧张素转换酶抑制剂、血管紧张素受体阻滞剂等，此处不一一列举，在后文“更年期综合征合并高血压病的治疗”中有专文论述。

（五）利尿药

氢氯噻嗪片、螺内酯片、呋塞米片等。

（六）抗过敏药

马来酸氯苯那敏（扑尔敏）片、酮替芬片、氯雷他定片等。

（七）维生素类药

维生素 B_1 片、维生素 B_6 片、维生素E胶丸等。

（八）肾上腺皮质激素类药

地塞米松针剂、片剂，醋酸泼尼松（强的松）片剂等。

（九）性激素类药

雌激素、雄激素等。

（十）抗抑郁药

丙咪嗪、多塞平、阿米替林、氟西汀胶囊、帕罗西汀片剂等。

（十一）其他药物

止痛安眠药：罗通定片剂；