

名 中医眼中的
疑难病 (14)

痛经分五型 防治结合效果好

痛经是指行经前后或月经期出现下腹部疼痛、坠胀,伴有腰酸或其他不适,是妇科疾病最为常见的症状之一。中医认为,痛经的发病主要与冲任、胞宫气血阻滞——“不通则痛”,或冲任胞宫失于濡养——“不荣而痛”有关。根据痛经临床表现,可分为以下五种类型。

1)气滞血瘀型 经前小腹胀痛拒按,经血量少,血色紫暗,有血块,块下痛暂减,乳胀,胸闷不舒,舌紫黯或瘀点,脉弦。治宜理气行滞、化瘀止痛,方用膈下逐瘀汤加减(当归、川芎、赤芍、桃仁、红花、枳壳、延胡、灵脂、丹皮、乌药、香附、甘草)。

2)寒湿凝滞型 经行小腹疼痛,得热痛减,经量少,色紫黯有块,伴形寒肢冷,小便清长、苍白,脉细或沉紧。治宜温经、散寒、除湿,方用小腹逐瘀汤加减(小茴香、干姜、延胡索、没药、当归、川芎、肉桂、赤芍、蒲黄、灵脂、苍术、茯苓)。

3)湿热瘀阻型 经前或经期小腹灼热胀痛拒按,经色黯红,质稠有块,平素带下量多色黄,腹痛,经时加重,伴有低热起伏,小便黄赤,舌紫红,苔黄而腻,脉滑数。治宜清热除湿、化瘀止痛,方用清热调经汤加减(丹皮、黄连、生

地、当归、白芍、川芎、红花、桃仁、莪术、香附、延胡索、红藤、败酱草、苡米)。

4)气血虚弱型 经期或经后小腹隐隐作痛,喜按或小腹空坠不适,月经量少,色淡,质清稀,面色无华,头晕心悸,神疲乏力,舌淡脉细无力。治宜益气养血、调经止痛,方用圣愈汤加减(人参、黄芪、当归、川芎、熟地、白芍、香附、延胡索)。

5)肝肾亏损型 经期或经后小腹绵绵作痛,经行量少,色暗淡,质稀薄,腰膝酸软,头晕耳鸣,舌淡红,苔薄白,脉沉细。治宜益肾养肝、缓急止痛,方用调肝汤加减(当归、白芍、山萸肉、巴戟天、阿胶、山药、甘草)。

除了治疗,痛经的预防及护理也很重要。1)月经初潮期,应对月经来潮这一生理现象有个正确的认识,消除紧张恐惧心理。2)经期注意保暖,防止寒邪侵袭,注意休息,加强营养,适量运动,保持心情愉快,禁止性生活,睡前喝杯热牛奶加蜂蜜,可有效止痛。3)经前、经期忌食生冷、寒凉之品,以免寒凝血瘀而痛经加重;月经量多者少食辛辣之物,以免迫血妄行,出血更甚;勿滥用止痛药,以免造成神经功能紊乱、记忆力降低、失眠等不良后果;避免食用咖啡、可乐、巧

克力等含咖啡因的食物。4)可在经前5-7天在医生指导下服用中药,或配合针灸及中药热敷。

湖南省中医药研究院附属医院
妇科主任医师 郑纯

专家简介

郑纯 主任医师,教授,硕士生导师,中华中医药学会会员,湖南省中医妇科学会副主任委员,湖南省中医药科技成果奖评审专家。从事内科、妇科临床工作30余年,擅长中医治疗各类妇科疑难杂症,对痛经、子宫内膜异位症、闭经、不孕、更年期综合征、卵巢早衰、多囊卵巢综合征等疾病治疗有独特疗效。参加并完成了著名中医学家刘炳凡学术思想研究和临床用药经验论文的撰写,以及刘炳凡疑难病案80余例的整理工作;主持省、厅级科研课题研究二项,参加省级课题研究一项,获省、厅科技进步奖二等奖、三等奖。



湖南省中医药研究院附属医院
湖湘名医堂
地址:长沙市河西麓山路58号医院门诊6楼
电话:0731-88863699 88857016
网站: <http://www.zyyfy.com>

千家药方

治小儿发热惊风 验方

取石膏20克及适量面粉,用温水调匀,捏成5个如一元硬币大小的小饼,临睡前敷于患儿涌泉(双)、内关(双)、神阙穴,用胶布固定,次日揭去。

治小夜啼验方

牵牛子(黑丑)7粒。捣碎,用温开水调成糊状,临睡前敷肚脐,外盖纱布,胶布固定,每日换药1次。

治小儿反复感冒 验方

对于经常感冒的小儿,每日取白僵蚕粉3克,加入蜂蜜适量和少许黄酒,炖热后分3次服下,连用5-7天,既可治疗又可预防,很适合“易感儿童”应用。

王庭巧 献方

友情提示

本版文章所列方药请在医师指导下使用。

过敏性鼻炎 中医对症治

过敏性鼻炎发作时喷嚏、鼻涕不止,让人非常痛苦。西医治疗该病多采用的是抗组胺或激素类药物,以抑制异常的免疫反应,副作用较大,而中医将其分为3种类型,对症治疗,效果好且副作用小。

肺气虚寒型 这类患者常常喷嚏不明显,但鼻涕却很多,以清水涕为主,伴鼻塞、面色苍白、容易出汗等症状,这是因为肺气虚寒则清涕不止,肺气虚弱则多汗。治疗当以益气、固表、止汗为主,方宜选玉屏风散。取防风15克,黄芪30克,白术60克,上述3味药和在一起研成粉,每天用温开水送服2次,每次6-9克。

脾气虚弱型 这类患者除了呼吸系统的症状外,还会有腹胀、腹泻等不适,尤其在饮食偏寒凉或饮食不洁时发生,这与脾气虚弱,不能运化水谷精微有关。治疗当以补中益气为主、升阳举陷为主,方宜选补中益气汤。取黄芪、党参、当归、白术各10克,橘皮6克,升麻、柴胡各3克,甘草5克,水煎服,每天2次。

虚实夹杂型 此类患者往往是久治不愈,表面上看“热象”明显,除了打喷嚏、流鼻涕外,还有咽喉充血、痒痛等不适,实则为严重阴虚。急性症状比较明显的时候,应以疏风清热、宣畅肺气为主,可选用桑菊饮,取桑叶、北杏仁、桔梗、芦根各6克,连翘5克,薄荷(后下)、菊花、甘草各3克,水煎服,每日2次。在喷嚏、流涕等症状得到控制后,可改用知柏地黄丸等中成药调理。

安徽省庐江县中医院主任医师 祁增年

本是同根生 功效各不同(12)

何首乌与夜交藤

何首乌与夜交藤均来源于蓼科植物何首乌,其块根为何首乌,藤茎为夜交藤。

何首乌

何首乌又名马肝石、九真藤,为蓼科植物何首乌的块根,其性微温,味苦甘涩,具有补肝肾、养血祛风的功效,用于治疗肝肾阴虚、发须早白、血虚头晕、腰膝酸软、筋骨酸痛、遗精崩带、久疟久痢、慢性肝炎、痢疾、瘰疬、肠风、痔疾等症,是一味常用的补益中药。

现代药理研究表明,何首乌有降低血清胆固醇的作用,所含的大黄酸能促进肠道蠕动,还有强心作用。临床报道,何首乌与甘草同煎,治疗疟疾及百日咳均有较好疗效;外用煎汤熏洗涂擦患处,治疗疖肿显效。

需要注意的是,大便溏泄及有湿痰者不宜服用何首乌。另生何首乌所含的大黄酸对肝脏有一定损害,故滋补肝肾要用炙首乌,且不可超剂量或长期服用;肝功能不全者,应避免使用何首乌及其制剂。



何首乌

夜交藤

夜交藤

夜交藤又名首乌藤、棋藤,为蓼科植物何首乌的藤茎,性平,味甘苦,有养心安神、通络祛风的功效,常用于治疗失眠、多汗、血虚身痛、痲痹、瘰疬、风疮疥癣等症。《本草再新》曰:夜交藤“补中气,行经络,通血脉,治劳伤。”

用于阴虚血少所致的失眠,常与合欢皮、酸枣仁、柏子仁、远志等药物配伍使用;治内伤头痛,常与茯苓、杜仲、牛膝、天麻、钩藤、石决明、山栀、黄芪、益母草、桑寄生等配伍;治脑血管硬化、高血压,常与远志、石菖蒲、葛根合用。此外,夜交藤也可外用,与桑枝、鸡血藤、威灵仙等水煎趁热熏洗,治疗中风后偏瘫疗效满意。

天津副主任中药师 韩冰

中医治失眠 从脾胃入手

中医讲“胃不和则卧不安”,意思是说如果脾胃有疾病,就会导致睡眠质量下降或者不易入睡。这是因为脾胃主水谷运化,脾胃功能失调,宿食停滞或胃肠积热,浊邪或热邪就会内扰心神而致失眠。

三餐不规律、节食、过饥或过饱的人最容易引起脾胃虚弱,从而出现恶心、反酸、胃胀、腹胀等不适,这类人群如伴有失眠,就先调理脾胃。

调理脾胃分几种情况:①脾气虚弱,如面色发白、四肢乏力、精神差,可用四君子汤、参苓白术散;②脾胃积滞,如脘腹胀满、大便不畅,可用保和丸、健脾胃积口服液;③胃阴不足,如口干舌燥、没有食欲,可用益胃汤。

此外,《伤寒论》中还记载了一个专门针对脾胃不和而致失眠的方子——甘草泻心汤,由炙甘草、半夏各12克,黄芩、干姜、人参、黄连各9克,大枣12枚组成,方中炙甘草、人参、大枣益气补虚,干姜、半夏宣畅中焦气机,使湿热之邪无内居之机,黄连、黄芩清热燥湿,使脾胃不为湿热所虐。

周政根