名 中医眼中的疑难病⑩

更年期提前 重视养巢调经

我自1972年从事妇产科临床工作以来，接触过各个年龄层次的女性，有十几岁的小女孩，也有90岁的高龄妇女，当然更多的是20–50岁的成熟女性。因为这个阶段的女性，具有经、带、胎、产、乳等特殊生理期，且有来自家庭和工作的双重压力，极易受风寒暑湿热等外邪及七情内伤的影响，引起各种妇科疾病，其中，更年期提前在现代社会逐渐多见，应受到广大中年女性的重视。

多数女性的更年期出现在50岁左右，然而，有许多35–45岁的女性来找我看病时，就已经出现卵巢功能减退的症状，如面色萎黄、色斑、长痘、月经量减少、经期紊乱、失眠、便秘、情绪失控、体重增加等，王女士就是其中一位。

王女士才38岁，既往月经还算正常，1年前开始出现经期紊乱，周期从15天至4个月不等，月经量也逐渐减少，就诊时诉月经已有3个未来潮，经查尿妊娠试验“阴性”，在排除怀孕及其他疾病后，结合患者症状以及舌象、脉象，诊断为“更年期综合征”，中医辨证为气滞血瘀，治法以活血通络、疏肝养血为主，方用血府逐瘀汤加减（当归、赤芍、桃仁、川芎、红花等）。患者服药7剂后月经来潮。

需要提醒的是，有很多这样的患者以为月经来了就万事大吉，而我却每次叮嘱这类患者，一定要在月经干净3天后来复诊，继续服用调理的方子，养巢调经，补肾健脾，这样才能使月事“以时下”，并能有效地调节患者的整体状态，避免卵巢功能早衰。

还有一对不孕不育夫妻让我印象深刻，这已经是二十几年前的事了。这对夫妻婚后一直未能怀孕，多次求治未果，检查发现男方精子畸形率在70%–90%以上，精子活力及数量均低于正常值；女方患有多囊卵巢综合征，这个病的特点就是很难排出卵泡，极易引起不孕或流产。从理论上讲，这样的夫妻是很难怀孕的。

在了解夫妻双方的病情、体质等一般情况后，随证施治，男方以补肾、通络、养精为主；女方则以益气固肾、调经促卵为主，并建议他们改掉个人不良嗜好，坚持运动，调节情绪，平衡饮食等。经过不到4个月的精心调治，女方就怀孕了，且顺利地完成十月怀胎及生子过程。现在她的儿子已经22岁，小伙子高高大大，每次想到这件事，我就不得不感慨这是生命的奇迹。

湖南省中医药研究院附属医院妇科
主任医师 徐杰

专家简介

徐杰 主任医师，硕士研究生导师。湖南中医药研究院附属医院妇科主任，中西医结合委员会常务理事，湖南省女医师协会第一届宫颈癌防治专业委员会委员。从事妇科临床工作40余年，擅长中西医结合治疗月经不调、不孕不育、更年期保健、外阴瘙痒、卵巢多囊、妇科肿瘤，以及各种疑难杂症。

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

自拟益气滋阴活血汤降糖效果好

糖尿病是一种常见的内分泌代谢性疾病，发病率较高，其死亡率仅次于心、脑血管和肿瘤等疾病，对中老年人的健康危害较大。临床上，我用自拟方——益气滋阴活血汤作为基本方加减治疗糖尿病，收到较好疗效。

该方由生黄芪、生地黄、玄参、丹参各30克，知母、苍术、花粉、葛根各15克，红花10克组成，每日1剂，分2次水煎服。方中生黄芪配伍生地黄、知母益气降糖、补肾固精；苍术配伍玄参、花粉、葛根健脾除湿、养阴止渴；丹参配伍红花活血化瘀、祛瘀生新。诸药相伍，益气养阴治其本，活血化瘀治其标，相辅相成，标本兼顾。

在本方基础上，还可根据病情，随症加减。尿糖持续“阳性”者加乌梅10克；饥饿感明显者，加玉竹15克，熟地黄30克；尿酮体阳性者，加黄芩10克，黄连5克，茯苓15克；烘热阵作者，加黄连5克，黄芩10克；上身燥热、下肢发凉者，加黄连5克，桂枝10克；皮肤瘙痒者，加白蒺藜10克，地肤子15克；下身瘙痒者，加黄柏10克或苦参10克。

河北省沧州市运河区中医医院
中医科 马俊华

外公是个老中医 26

鱼腥草外敷 轻松除脓疱

偏方一 鱼腥草外敷

【食材】鱼腥草适量。

【做法】将适量鱼腥草清洗干净，然后用铝箔纸包起来放到小火中加热，直到叶子变软外敷即可。

偏方二 牛蒡子外敷

【食材】牛蒡子6克。

【做法】将6克左右的牛蒡子放在口中咬碎，然后敷到脓疱上，外用纱布、胶带固定好即可。

【外公问诊记】有一次，有位四十多岁的女士来到外公诊所，说自己脸上长期长脓疱，试过很多方法，但效果却不是很好，从来没有断过根。

外公对她说：“我有个偏方可以治疗脓疱，你不妨试一下。”那女士一听，来了精神，急忙让外公说出是什么偏方。

外公告诉她，等到某处脓疱将要出来的时候，就将鱼腥草变软的叶子敷在上面；或者取6克牛蒡子放在口中咬碎，然后敷到脓疱上，再用纱布、胶带固定，等到脓疱裂开排脓以后，伤口也就基本痊愈了。

外公提醒她，这两种方法效果都不错，可任选其一，但治疗过程中要禁食辛辣刺激食物，不要随便使用其他药物或化妆品。

几个月后，那位女士再次来到外公诊所时，她脸上的脓疱已经基本痊愈了。

【外公说中医】脓疱实际上就是含有脓液的疱疹，是常见的皮肤科疾病，又名痤疮，通常情况下，脓疱愈合之后都会落下凹陷性疤痕。因此，脓疱还是应当以预防为主。

预防脓疱,平日里应注意卫生,勤换衣,勤洗澡,修剪指甲等,面对痱子、瘙痒等症要及时治疗,以免引起细菌性感染。如果已经出现了脓疱,应及时治疗,症状较轻者可以通过鱼腥草、牛蒡子来解决。

鱼腥草为民间常用中草药之一，被称为“十药”，意思是说它具有十种药的功效。鱼腥草素有“代刀草”的称号，实际上就是在反映它的“拔脓”功效。牛蒡子的油性虽然非常大，但却无臭味，味微苦，入口时和唾液一同敷在脓疱上，疗效非常好。需要提醒的是，痈疽已溃、脓水清稀的患者不宜使用该方法。

朱惠东

千家药方

治足癣方

藿香30克，黄精、大黄、皂矾各12克，米醋1000毫升。将上药切碎，放入米醋中密封浸泡7天，浸泡时每天摇动数次。使用时取药液倒入木盆中，加温水混匀泡脚，每天浸泡2–3次，每次20–30分钟，连续5–7天。

治消化性溃疡方

砂仁20克，延胡索30克，木香、白术、浙贝母各50克，乌贼骨100克。将上药研成细粉，混匀分装，每包6克。每次取一包于饭前半小时用温开水冲服，每日3次。一般用药3–20天胃脘部疼痛症状可消失。

胡佑志 献方

治便秘方

桑葚、枸杞、玄参各20克。先将桑葚、枸杞、玄参分别洗净，水煎两次，每次用水300毫升，煎煮30分钟，混合两次药汁，分2次服。治疗期间多饮水，多吃水果蔬菜，少食油炸、辛辣以及刺激性食物。

广西桂林灵川县氮肥厂
陈燕炳 献方

友情提示

本版文章所列方药请在医师指导下使用。

羊年话药“羊药”(6)

活血消肿 羊角拗子

羊角拗子为夹竹桃科植物羊角拗的种子，味苦，有大毒。据现代药理研究分析，羊角拗子含有羊角拗苷、羊角拗异苷、西诺苷、西诺异苷、考多苷和沙木甙苷、D–毒毛旋花苷等成分，具有活血消肿、止痒杀虫的功效，临床上常用于治疗风湿、疥癣、跌打损伤、疮肿等症。

需要提醒的是，羊角拗子有大毒，一般多外用，内服需在医生指导下谨慎服用。另外，羊角拗子虽可用于急性心力衰竭，但对中毒性心肌损伤，如白喉、风湿热、甲状腺毒症、梅毒所引起的心脏衰竭、休克，以及急性传染病所引起的循环衰竭、急（亚急）性心内膜炎均不宜使用。

天津副主任中药师 韩德承