



月经期

到底能不能用活血化瘀药?

一般认为,女性经期使用活血化瘀药有可能导致月经量增多。有些医生也认为,月经期不宜用活血化瘀药,如乳香、没药、桃仁、红花、牛膝、三棱、莪术、土鳖虫、水蛭、穿山甲、血竭等,以及益母草颗粒、血府逐瘀丸、桂枝茯苓丸等活血化瘀中成药,因为这些药易造成月经增多或经期延长等。不少活血化瘀中成药说明书也都标明经期慎用,有些甚至要求忌用。因此,许多医者特别是基层医生使用活血化瘀药时都避开经期,或嘱咐月经期停用。那女性月经期到底能不能用活血化瘀药?



湖南省民族中医院
湘西自治州民族中医院
电话:0743—8223788
网址:www.xxmzzy.com

一、传统中医理论不反对经期应用活血化瘀药

传统中医理论认为,女性月经是血海气血充盈,胞宫气血由满而溢,气血变化急骤,泻而不藏排出精血。《血证论》指出:“月有盈亏,海有潮汐。女子之血,除旧生新,是满则溢、盈必亏之道。女子每月则行经一度,盖所以泻血之余也。”根据中医天人相应说,月经调节与月相及潮汐相一致,当以由满而溢为贵。月经期使用活血化瘀药,实为顺应天地之道。

中医指导思想为辨证论治,若辨证正确,使用对应的适当药物就是正确的。“瘀者消之”,瘀象,辨证为血瘀证,就应当活血化瘀。正所谓“瘀血不去,新血难安”,凡瘀证可大胆使用去瘀生新之法,且越早越好,绝不可因淋漓不止而畏惧攻逐,耽误病情。但活血化瘀药虽能祛瘀,亦能伐正,临床治疗时一定要辨清标本虚实,对证用药,切不可滥施。

二、经期如何应用活血化瘀药

当代中医妇科名家钱伯煊先生用药以平和见长,化瘀不用桃仁,而用贯众、昆布、牡蛎,并且针对个人体质强弱和瘀积程度不同选

药,身体强实者可稍峻,身体弱者而瘀积轻者宜轻,且须顾及其本。月经期毕竟是女性的特殊时期,用药须平和,不可“过寒过热,大辛大散”。

全国名老中医朱南孙教授使用活血化瘀药的经验是“通涩兼施”,擅用药对。常用药对有熟大黄炭合炮姜炭、仙鹤草合益母草、川牛膝合川续断,或就用本身具有通涩双重作用的药物,如蒲黄炭、熟大黄炭、山楂炭、三七末、茜草、花蕊石和海螵蛸。

中医妇科大家刘敏如教授认为,月经期血室正开,经血以排出为畅,当活血化瘀、因势利导,方选桃红四物汤加鸡血藤和牡丹皮,但以1~2剂为度。

三、如何应用活血化瘀药治崩漏

主任中医师张玉波认为,中医传统治疗崩漏的基本原则第一是塞流;第二是澄源;第三是复旧,调理善后。但张玉波经过多年临床实践证明,同样是功血,由于每个人的身体条件不同,因此应该先详细审思患者体质之虚实、证情之寒热、病势之缓急、月经周期之分期,根据不同情况辨证施治,而不要马上用大量炭药止血。理由是:

过早使用止涩之品,邪留于内,常有留邪变病之患;单纯用止血药仅能治标,不是治本的方法。

张玉波在临证时一般根据月经周期的变化,在行经期非但不止血,反而采用活血化瘀引血归经之法。常用药物如丹参、赤芍、益母草、蒲黄、茜草、桃仁、地榆等。从现代医学观点分析,此类药物有提高子宫肌壁张力,促进子宫内膜剥脱作用以利排出,减少局部充血,缩短血液凝固时间,使其血量减少,达到止血的目的。

总之,月经期本身是以通为要,要因势导利,月经期后期和月经后宜适当滋阴养血。月经期间并不是绝对禁用活血化瘀药,但要用得对时对症,辨证准确,选药精当,中病即止。若确为血瘀证,必须用活血化瘀药,且要早用,用药要平和。活血化瘀药要与收涩药同用或用通涩兼有的药物,如蒲黄的生炒并用、熟大黄取炭、山楂取炭,均为活血止血之品。很多医家认为,任何一类崩漏都可应用活血化瘀药,即使没有瘀象,崩漏离经之血即为瘀血,适当少量祛瘀为当用之法。

河南省周口市第一人民医院药学部
副主任药师 常怡勇

近年来,儿童肥胖导致的疾病越来越多。肥胖可造成儿童性早熟、体型矮小等问题;同时还是成年期肥胖及心脑血管病、糖尿病等成年期疾病的危险因素。

儿童肥胖试试中医特色外治法

中医认为,儿童单纯性肥胖是由于过食、缺乏体力活动等多种原因导致体内膏脂堆积过多,使体重超过一定范围,或伴有头晕乏力、神疲懒言、少动气短等症状的一种疾病。儿童单纯性肥胖者,可采用中药内服,辨证施治;不仅如此,中医还有许多特色的外治法,对于广大“喂药难”的肥胖患儿有非常好的疗效。

① 推拿疗法:通过手法作用于人体体表的经络、穴位、特定部位,调节机体的生理、病理状况的治疗方法。对于儿童单纯性肥胖,具有显著疗效。

② 艾灸疗法:该法是用艾条或艾柱产生的艾热刺激人体腧穴或经络,通过激发经气调整人体生理功能,从而达到防病治病目的。用于单纯性肥胖患儿脾虚痰湿、脾肾阳虚等证,疗效显著。

③ 耳穴疗法:是指通过局部耳穴的反复刺激,调整人体阴阳平衡、防病治病的治疗方法。有促进血液循环,加速肠道蠕动,利于人体排出痰浊水湿等物质,达到利水消肿、除湿降脂的作用。

④ 穴位贴敷:是以中医经络学说为理论依据,将不同的药物制成相应的剂型,贴敷于穴位上,通过皮肤产生药效的治疗方法。该法药物直达病所,保持药物的持续性释放,作用时间长,对肠胃无刺激,对肝肾无损害。

⑤ 药膳食疗:中医有药食同源一说,药借食力,食助药威,二者相辅相成,既具有较高的营养价值,又可防病治病、保健强身。如山药、山楂、荷叶、茯苓、薏仁、绿豆、白扁豆、赤小豆等,具有健脾、消脂祛湿等功效。

中医外治法治儿童肥胖有以下优势:1.因人、因症,辨证施治,对症下药;2.疗效好、安全,无毒副作用;3.不使用激素,无耐药性;4.无痛苦、无创伤;5.治疗时间短,为1~3个月。

长沙医学院附属第一医院
小儿推拿科主任 主治医师 肖茜

千家药方

当归六黄汤 治阴虚发热

当归六黄汤为金元时期医家李东垣《兰室秘藏》经典名方,用于治疗阴虚发热证。

组方:当归10克,生地黄10克,熟地黄10克,黄芩10克,黄连6克,黄芪15克。用法:为粗末,每服15克,水煎服。

本方养阴泻火力强,对阴虚火旺、中气未伤者甚宜。又可用于慢性化脓病,及对梦遗、慢性腹膜炎等有效。禁忌:本方气味苦寒的药居多数,若脾胃虚弱、纳减便溏者,则不相宜或慎用,以免苦寒重伤胃气。

河北省退休老中医 马宝山 献方

小儿磨牙 中医有解

有些孩子晚上睡觉时,会发出响亮的磨牙声,听起来让人觉得不舒服,父母常常担心磨牙会不会伤到牙齿,甚至怕身心健康是否出了状况。

为什么会磨牙?普遍认为,人睡眠时大脑神经兴奋,引发咀嚼肌节律性收缩,引起牙齿上下相磨擦而发出声响。由于儿童在发育过程中,大脑运动神经容易兴奋,因此磨牙较易出现在小孩的身上。

在中医,磨牙称为“齩镇齿”,指上下牙齿相互磨擦、格格有声。在《诸病源候论·牙齿病诸侯》中提到,“齩齿者,是睡眠而相磨切也。此由血气虚,风邪客于牙车筋脉之间。”主要因手足阳明经有热,导致循行所过的上下排牙齿互相摩擦。中医

一般分为两种原因来应对:

心肝有火“日有所思,夜有所梦”,白天嬉闹玩疯了或是被训斥后情绪焦虑紧张,大脑皮质过度兴奋,产生肝火上扰心神。建议睡前尽量放松心情,亲子共读绘本取代电视、电玩,能增进亲子关系且帮助入眠。另外,可用百合、莲子煮甜汤食疗。

脾胃积热“胃不和,则卧不安”,辛辣油炸吃太多,或吃过饱,造成脾胃消化不良,产生积热上扰心神,可见小儿唇红、口臭、大便干硬。可吃点豆腐石膏汤,或将仙楂、荷叶等煮水饮用,并注意日常饮食,少吃油炸、甜食、奶制品,多喝水,摄取足够蔬果,以确保大便通畅。

重庆市万州区第一人民医院
中医师 王森