



### 临证心语

作为医生特别是中医,问育龄期女性月经情况,并据此诊治疾病是基本功。

作为医生,最希望听到的是患者月经如期来的消息,特别是那些月经长期不来的。

近些天来,不断有患者找我,我能够体会到她们月经久久不来而在吃药后来到的喜悦和激动。

月经是女性的正常生理现象,能维持气血平衡。从初潮到绝经有几十年时间;初潮表明女子发育逐步成熟,也就是中医所讲的天癸至。月经正常形成规律性排出是健康的表现;月经量、色、质、周期的变化,是很多女性关注的问题。

当前,对于月经是重视和不重视并存。有不少患者月经久不规律但满不在乎,但有的推迟几天就紧张兮兮。

月经不规律主要表现为来时不来,或早或晚,量多或少,而最令患者头痛的则是月经

# 患者月经不来该怎么办?

□孟长海

对于中医来讲,在借鉴现代医学技术的基础上,应该根据患者的病情进行辨证论治。

中医认为,月经不来有几种原因:

第一是发育的问题。虽然现在物质生活水平提高了,但是女孩子仍存在先天肾气不足的情况。表现为性器官先天发育不良,或性成熟度不够,多与肾气虚有关。

第二是到了绝经期。这个时期激素水平发生了很大的变化,雌激素水平明显下降。这时常常会出现月经时断时续,当然这是一种生理现象。

第三是脾气虚。如果脾气虚则很难生出气血,导致月经不能够如期到来,就如同水库蓄水不足。

第四是肝气郁结。女子以肝为先天,情志不畅的患者常常会影响月经,这样的患者目前特别多。

第五是冲任虚寒。冲任二脉对女性来讲特别重要,直接控制着月经的生成。冲任虚寒的患者容易月经不能按期到来。

第六是瘀血。这种患者是有特点的,一般是瘀血体质,或者长期气滞肝郁而导致血液循环出现障碍。表现主要是月经不规律,有血块、颜色发暗或者局部疼痛,舌有瘀点或瘀斑。

第七是阳虚。阳虚的患者常常表现出寒性的一面,一般以肾阳虚、肺阳虚、脾阳虚为主,这样的患者多表现为全身寒凉,下午加重或者天气一凉就不舒服的;不过有一种只有手足发凉而全身不凉的,不是阳虚可能是阳气郁闭。

除此之外,我也见过心火旺或者痰湿体胖等导致月经不来的。

明确原因,对症用药。肾气不足就补肾气,肝气不疏就疏肝解郁,脾虚的就健脾开胃补充气血,冲任虚寒就调冲任经脉,肾阳不足者就温之阳气。



# 葛根汤的应用

□朱天尧

葛根汤出自《伤寒论》,其功能为辛温解表、生津液,引胃气上行,而葛根有升阳止泻之功,全方可入人的外邪发散出去,随之项连及背部不舒和下痢诸证皆愈。

在临床应用中,该方对下列几种疾患有明显疗效。

**太阳病**  
患者口干燥,怕冷,脉浮紧,这是出汗时受到风寒之邪侵袭,伤到津液,所以口干。  
方药:葛根汤加天花粉。

**偏头痛**  
疼痛牵连额头和眉骨,患者平时怕风无汗,鼻涕清涕,脖子和后背沉紧不舒,舌淡苔白,说明有寒邪留于太阳经脉,影响津液传输和经脉运行。  
方药:葛根汤。

**痤疮**  
患者脸色暗,脸上的痘痘都是脓包类型,后背和脖子上脓包也很多。  
方药:葛根汤加川芎、赤芍,和桂枝茯苓丸一起服用,若便秘加大黄。

**鼻息肉**  
患者鼻不通气,流鼻涕,味道臭,长时间颞疼,鼻子失去嗅觉。  
方药:葛根汤(葛根量为30-50克),加辛夷花、白芷、白术、鱼腥草。

**多囊卵巢综合征**  
患者往往汗液很少,不孕,皮肤上多毛,并且肥胖。一般是痰湿,血虚有瘀,同时感受外邪。  
方药:用葛根汤合当归芍药散口服,再配合桂枝茯苓丸,可获良效。

**面瘫**  
患者属外风引起的口眼歪斜,单用牵正散不效。若表实证患者,合用葛根汤疗效就快多了。

有的患者,眼皮跳的同时,脸颊也跳,怕风寒,一般是出汗时突然受风邪闭表,导致津液气血流通受阻,方用葛根汤,增加葛根、芍药用量。

因葛根汤耗津伤气,应用时应首辨体质虚实寒热,注意顾护正气。外感后体表有汗者、口渴喜喝凉水者、大便干燥者、有子宫肌瘤者不要用。

(作者供职于洛阳市栾川县庙子镇黄柏村卫生室)

### 单方验方

#### 治便秘验方

甜杏仁60克,黑芝麻500克,白糖250克,蜂蜜250毫升。将甜杏仁研成泥状;黑芝麻炒香研成细末,共与白糖、蜂蜜置于瓷盆内,隔水蒸2小时即可。每次使用时取2匙,用温开水送服,每天2次,连用两三天。

#### 治痰多咳嗽验方

甜杏仁20克,猪肺500克,白萝卜250克。将猪肺洗净切片,用沸水略烫;白萝卜切成块,共与甜杏仁放入砂锅内炖煮,待猪肺熟烂后,加入适量油盐调味即可。吃猪肺喝汤,每周2次,对痰多白稀、咳嗽患者有效。

#### 治脓疱疮验方

大黄、黄连、蒲公英各10克,酒精100毫升。将前3味研成细末,用酒精密封浸泡三五天。每次使用时,用棉签蘸取药液外涂患处,每天三五次,连用三五天。

#### 治前列腺炎验方

前列腺炎属于中医“白浊”“精浊”范畴,是由下焦湿热、气化失调引起的,用清热解毒利湿类中药可以治疗。取败酱草10克,蒲公英8克,赤芍、山茱萸、山药、丹参各5克。水煎服,每天1剂,分两次服用,连用5天。(以上验方由郑玉平提供)

本版方药需要在专业医生指导下使用

### 经验之谈

## 慢性胰腺炎的中医治疗法

□刘莉

亲朋好友相聚时,佳肴、美酒不可少。湖南省脑科医院中医科主任李永贵提醒公众,节日期间切勿暴饮暴食,以免患胰腺炎“偷袭”,乐极生悲。

胰腺炎是生活中常见的消化系统疾病之一,患者大多数有暴饮暴食或有胆道疾病史,通常有腹痛,牵扯至腰背,甚至出现恶心、呕吐、休克等症状。

胰腺炎有急性和慢性之分。发生急性胰腺炎及早就医,否则极易导致重症胰腺炎而危及生命;慢性胰腺炎一般认为属中医“胃脘痛”“胁痛”“膈痛”“腹痛”“胃心痛”病证范畴,患者多因暴饮暴食、酗酒等损伤脾胃,积滞于中,酿湿化热,邪恶食滞互结,阻滞气机而致。

中医治疗慢性胰腺炎,分清类型,辨证施治,能取得好的效果。

**肝郁气滞**  
患者脘腹胀闷疼痛,痛及两肋,阵阵加剧,低热、口渴、暖气、干呕,善太息,舌质淡红,舌苔薄白或微黄,脉弦。  
治法:疏肝解郁,理气止痛。

**胃热肠结**  
患者脘腹胀满作痛,牵及腰背,按之痛甚,高热烦渴,大便干结,呕吐剧烈,舌质红,舌苔黄厚,脉沉实或弦滑数。  
治法:通腑泄热,理气止痛。  
方药:大柴胡汤加减,主要药物包括柴胡、黄芩、半夏、枳实、白芍、大黄、生姜、大枣。燥结明显、便秘干结者,加芒硝冲服,软坚散结;若腑气不通、腹痛腹胀剧烈,加厚朴、川楝子等行气止痛。

**胆胰湿热**  
患者中上腹胀痛,身热不扬,渴不欲饮,口干而黏,恶心呕吐,周身困重,或见黄疸,口苦口臭,舌质红,舌苔黄腻,脉滑数。  
治法:清热利湿,散结止痛。  
方药:龙胆泻肝汤加减,主要药物包括龙胆草、黄芩、栀子、通草、当归尾、生地黄、生甘草、柴胡、车前子(包)。头闷重、呕恶明显者为湿困脾胃,清阳不升,加藿香、白薤仁化湿和中;若黄疸较深,为湿热蕴阻、肝胆疏泄不利,加金钱草、茵陈利胆退黄。

**热毒蕴结**  
患者上腹部剧痛,拒按,烦躁高热,呕吐频繁,吐少量血,可见皮肤瘀斑,便秘尿黄,舌质绛,舌苔黄或灰黑,脉滑数。  
治法:清热凉血,解毒散结。  
方药:黄连解毒汤合犀角地黄汤加减,主要药物包括黄芩、黄连、黄柏、栀子、犀角(水牛角代)、生地黄、赤芍、牡丹皮。若呕血、为热毒炽盛、热伤血络所致,加生地榆、白茅根、三七粉凉血止血;瘀热甚而发黄者,加茵陈、大蓟、茜草、三七、丹参、益母草、泽兰、赤芍、牡丹皮、桃仁、红花、水牛角、生石膏、知母、黄芩、栀子、龙胆草、龙胆泻肝汤、龙胆泻肝丸,以清热解毒、开窍醒神。  
(作者供职于湖南省脑科医院)

### 治疗恶性肿瘤

王彦权

倪某,女,66岁,乳腺癌肝、骨转移,化疗后病情加重,发热,身剧疼,肩胛骨处尤甚,大汗,口渴,喜饮,泛酸,干呕,咳嗽吐白痰,呼吸急促,心率120次/分,舌红少苔,脉弦数。

思辨:发热,干呕,泛酸,脉弦数,少阳小柴胡证。身疼,出汗,太阳表虚桂枝汤证,因身疼剧烈,宜加重白芍之量;干呕,有里(脾胃)虚,正对桂枝汤之变方小建中汤证。口渴,喜饮,阳明之石膏证。至于咳嗽吐白痰,小柴胡中之半夏药证。呼吸快,心率快(心悸),舌红少苔,阴虚火旺,白芍补其阴,黄芩石膏降其火,参桂草定其悸。

方药:小柴胡小建中加生石膏方。柴胡15克,黄芩10克,半夏15克,党参15克,甘草12克(因大汗去生姜),桂枝18克,白芍36克,生石膏50克,大枣5枚。7剂,每日1剂,分两次煎。

疗效:患者服用上方7剂,发热止,心率降,食欲复,身疼、汗出、口渴等症皆大大减轻,守方又开7剂以巩固疗效。

(作者供职于邯郸市高龙镇石牛村集体卫生室)

## 青春痘的防治

□王丽

患了青春痘,除了积极接受治疗,日常护理也非常重要。下面,我就介绍一些注意事项。

一、合理饮食。  
少食辛辣刺激及油腻食物,如辣椒、酒类;忌食高糖食物,如白糖、冰糖、红糖、巧克力、冰激凌等;忌食高脂类食物,如猪油、奶油、肥肉、猪肝、猪肾等;忌食腥发之物,如海虾、海蟹、带鱼、羊肉、狗肉等。多食蔬菜、水果,多饮水。

二、正确洁面。  
每天用温水洗脸两三次,使用中性或偏碱性的香皂或洗面奶,去掉皮肤表面的过多油脂,清除毛孔内堵塞物,使皮脂正常排出。

三、不要挤捏痤疮皮疹,以免引起感染,遗留疤痕。

四、尽量不要化妆,避免化妆品中的化学物质刺激皮肤。选择适合自己的化妆品,不宜使用油质化妆品。

五、在医生的指导下耐心治疗,不要乱用皮质激素类外用药物。

六、保持精神愉快,劳逸结合,不焦不躁,不紧张,有充足的睡眠时间,保持大便通畅。

七、饮食疗法。  
1.绿豆薏苡仁汤:取绿豆、薏苡仁各25克,山楂10克,洗净,加水500克,泡30分钟后煮开,几分钟后停火,不要揭盖,焖15分钟即可。当茶饮,每天三五次。适用于油性皮肤,有预防粉刺的作用。

2.海带绿豆杏仁汤:海带15克,绿豆10克,甜杏仁9克,红糖少量。将上料同煮,喝汤,食绿豆、海带、甜杏仁,每天1剂。有解痰散结的功效。

3.土茯苓煲龟:土茯苓200克,草龟200克同煮,有清热解毒的功效。

4.枸杞白鸽粥:枸杞子30克,白鸽肉、粳米各100克,细盐、味精、香油各适量。洗净白鸽肉,剁成肉泥。洗净枸杞子和粳米,放入砂锅中,加猪肉泥及适量水,文火煨粥,粥成时加入细盐、味精、香油,拌匀。每天1剂,分2次食用,5-8天为1个疗程。具有排毒排邪、养阴润肤功效。适用于面部生粉刺者。  
(作者供职于河南省中医院)

### 河南省洛阳正骨医院 骨质疏松诊疗中心主任孔西建: 中西医结合治疗骨质疏松

扫码看视频

**专家简介:**

孔西建,主任医师,教授,硕士生导师,河南省洛阳正骨医院(河南省骨科医院)骨质疏松诊疗中心主任,河南省正骨研究院骨质疏松与代谢性骨病研究所所长;获河南省科技进步奖等8项,获国家发明专利3项,发表学术论文60余篇,获国际、国内的科研课题6项,获中国骨质疏松领域“杰出贡献奖”。

**擅长领域:**

他擅长绝经后骨质疏松症、老年性骨质疏松症、激素性骨质疏松症、畸形性骨炎、痛风、成骨不全、侏儒症、多发性骨髓瘤等代谢性骨病、遗传性骨病的诊治。

本版未署名图片为资料图片

### 稿约

本版是以中医药为主要内容的“医生园地”,内设《中西合璧》《针推治验》《四诊合参》《临证心语》《中药用法》《名医堂》《膏方制用》《验案举隅》《经验之谈》等栏目。

稿件要求:尽量原创,言之有物,具体可行;1000字以内;可以用小故事开头,以增加趣味性。

联系人:朱忱飞  
电话:(0371)85966391  
投稿邮箱:5615865@qq.com  
邮政编码:450000  
地址:郑州市金水东路与博学路交叉口东南角河南省卫生健康委员会8楼医药卫生报社编辑部。

### 郑州松恩生物科技有限公司

郑州松恩生物科技有限公司第四代治疗鼻炎技术,是纯中药疗法,具有不痛苦、操作简单的特点,对鼻窦炎、鼻甲肥大、慢性鼻炎等疾病可以签约治疗。该技术对过敏性鼻炎也有较好的临床效果。

寻求合作伙伴,携手打造地方品牌。  
加盟松恩,使您的药店、诊所可以成功转型发展。  
地址:河南省郑州市中原区陇海路与桐柏路交叉口凯旋门大厦B座2705室。  
联系人:李经理 电话:13275972217 广告

### 肛肠全程无痛技术培训 常年招生 学痔疮技术送鼻炎技术

联系人:田长修 电话:13653737333  
地址:卫辉市人民路北段田氏痔疮专科医院 广告

### 中药外治实用技术培训班

每期时间为两天,食宿费150元,资料费50元,提前预约报名,满50人开班。  
地点:河南省安阳市  
主办单位:安阳市正本中药外治研究所  
主讲人:伦西全(1964年出生,1984年毕业于河南中医药大学。百度搜索“伦西全”可了解详情)  
联系人:王红梅(0372)2588505 18623828505(微信同号) 来信来电即寄详细授课内容 广告