

女性闭经原因何在

▲沈阳市中医院 喻佳

女性闭经是一种妇科的常见病、多发病。若是在女性正常生育期阶段出现闭经症状,则是说明机体出现了问题,严重者可以影响生育。中医角度认为,诱发闭经的因素与虚、实有关。通过了解不同类型的闭经原因,能够帮助女性更好地理解闭经的病因及治疗方法。本文笔者将从中医的角度探讨女性闭经原因,详细介绍如下。

肾气虚 假设一位女性,每天不仅要上班,还要在下班时做饭打扫卫生,照顾小孩,处理家庭琐事。若是这位女性没有足够的精力,她可能无法完成这些任务,这就是肾气虚。身体上的表现,肾气虚会导致女性出现头晕耳鸣、腰酸背痛、小便频数、性欲淡漠及疲劳症状。而在月经方面,肾气虚会导致女性初潮来迟、月经延迟,量少,逐渐闭经。中医治疗方式以补肾益气、养血调经为主;最常用的方剂是大补元煎加丹参,牛膝。同时可以艾灸气海、关元穴。

肾阴虚 如果一位女性,在缺水,干燥,高温的环境中长期生活,极端情况时,她会感到心跳加速,皮肤干燥,口渴。这是因为上述环境中缺乏水分,人体内的“阴液”不足,即为肾阴虚。肾阴虚导致的闭经发生表现是:月经初潮来迟或后期量少,逐渐闭经。患者还会感到足跟痛,手足心热,潮热盗汗,心烦少寐,颧红唇赤。主要治疗原则是滋肾益阴、养血调经,常用方剂为左归丸。同时可以艾灸足三里、三阴交穴。

肾阳虚 如果土地没有充足的阳光,植物就无法生长。同样,身体如果没有充足的阳气,那么人们就会感到无力、寒冷。肾阳虚导致闭经的发生表现是:月经初潮来迟或后期量少,逐渐闭经,患者会感到头晕耳鸣,腰痛如折。同时还会有畏寒肢冷,小便清长,夜尿多及



来源/千库网

大便溏薄、面色晦暗或目眶黯黑的表现。主要治疗原则是温肾助阳、养血调经,常用方剂为十补丸。同时可以艾灸腰阳关、至阳穴。

脾虚 想象一位厨师,如果他没力气准备好食材,那么就无法做出美味的饭菜。就像脾虚的人,他没有足够的能量或原料来支撑自身的身体功能,包括月经。脾虚的人经常会感到有食欲不振、疲倦,或是存在消化不良的表现。若是女性日常生活中思虑过多,过度劳累,饮食不节制也会导致患者出现气血不足,脾气损伤的情况发生。因气血不能充盈,血海不能满溢,故月经停止。治疗原则以健脾益气、养血调经为主,参苓白术散是代表方剂。同时可以艾灸脾俞、中脘穴。

血虚 想象一个花园的植物,如果没有得到足够的水分及养料,植物就会枯萎。同理,若是女性身体没有得到足够的血液来滋养,会影响月经。血虚的人会出现失眠、心悸及头晕的表现,后期月经量逐渐变少,甚至闭经。若是女性体内血液本来就不足,或是多次受伤出血,长期处于疾病状态导致营血耗损;又或者本身有脾胃虚弱,饮食劳倦等导

小腹冷痛、脉沉迟、四肢不温等;治疗原则以温经散寒、活血通经为主,代表方剂为温经汤。同时可以在督脉施灸。

痰湿阻滞 想象一个行驶在雨中或者雨后的轿车,大雨雾气遮挡视线,道路上多处积水,那么车辆就无法顺畅通行。同时,若身体有太多的痰湿(如黏液、脂肪)阻挡气血运行,月经也会停止。这类人群会感到有食欲不振、身体沉重或是有胸闷及咳嗽等症状。若是女性平时身体肥胖,湿热内盛,或是吃过多的肥甘厚味,均可能导致脾胃损伤,诱发痰湿内生;又或是出现脾失健运导致痰湿内生。痰湿阻滞冲任、子宫,气血运行不畅,导致月经停闭。治疗原则以豁痰除湿、活血调经为主,常用方剂为丹溪治湿痰方。可以在中脘、丰隆穴施灸。

如何预防闭经

闭经发生与诸多原因有关。注意调摄,可以降低本病的发病率。保持情绪稳定,避免暴怒、过度紧张和压力过大。采取避孕措施,避免多次人流或者刮宫。饮食要均衡,少食辛辣、油炸、油腻之品,多吃富含蛋白质、维生素和矿物质的食物,避免过度减肥和暴饮暴食。经行之际,避免冒雨感寒。进行适当的运动,促进身体健康和血液循环,保持健康的体重。关注身体的状况,如出现月经不规律或其他异常情况,及时就医,查明原因。

综上,闭经的原因有多种,其中包括肾虚、脾虚、血虚、气滞血瘀、寒凝血瘀和痰湿阻滞等。针对不同的原因,有不同治疗原则和方剂。

穴位贴敷护理对肺胀的治疗效果

▲山西省忻州市中医医院 周斌宏

肺胀是多种慢性肺系疾病反复发作,迁延不愈而导致的肺气胀满现象,患者在临床表现上主要为胸部膨满、憋闷、喘息和咳嗽痰多等,对患者的身体健康影响极大。中医认为肺胀病情主要是肾不纳气导致,而这种现象必然会造成气壅痰阻,在治疗方面一般采取补肺益气、纳气平喘等措施来实现。在《黄帝内经》之中提到,经络是人体生成的关键,也是治疗疾病的关键,因此通过穴位贴敷改善肺胀症状,从而增强肺胀在中医领域的应用范围。利用经络的特点,可以让对应的穴位受到刺激,从而改善人体的气血运行和脏腑功能。穴位贴敷疗法是中医临床常用的外治措施,所指的是在中医基本理论的指导下根据治疗的需要而将各种不同的药物制作成为相应的剂型,贴敷在患处或者是一定的穴位上,通过药力作用于肌表,并传达到经络和脏腑,从而实现疾病的有效治疗。穴位贴敷在我国的应用具

有着悠久的历史,在长期的实践过程中人们不断地对这一治疗方法进行改进,让其拥有了非常突出的治疗效果。

穴位贴敷对肺胀的价值 在进行肺胀的穴位贴敷过程中,需要首先进行对相应中药的选择,并将其清洗干净,研磨成粉,并采取生姜汁和黄酒将其调制糊状。在穴位选择方面,一般选择神阙、肺俞、大椎、脾俞、天突、肾俞等,进行连续贴敷。治疗肺胀的贴敷中药主要为温阳健脾、化痰平喘和理气散寒的药物,而对应穴位的选择,则可以起到温肾补肺健脾和宣肺散寒、去咳平喘的疗效,对患者所存在的各类中医症状能够起到改善作用,以往的一些应用之中也证明,这种方法能够切实地减轻中医症状。这种作用形成本质上是因为经络是人体组织结构的主要组成部分,在经络的功能下能够将贴敷药物通过经络进行传导,从而到达改善经络气

穴位贴敷的临床疗效 从临床疗效来看,穴位贴敷护理针对肺胀患者的病情首先改善的是其活动耐力。肺胀患者的肺功能低下,肺部气体交换功能不足,血氧饱和度低,身体各个组织在运动过程中无法得到充分的供氧,从而造成患者的活动耐力较低的现象。而随着相关药物的使用以及经络气血运行状况的改善,肺部的气体交换功能提高,患者自然可以在活动过程中增强耐力,生活自理能力增强,生活质量必然会随之提高。从这个角度来看,穴位贴敷护理措施对于提升患者的生活质量也具有较高的价值。肺功能指标的改善是穴位贴敷护理其价值得到体现的关键,在接受对应护理之后,患者的肺功能指标都能够得到提升,这种情况产生的原因是药物直接对患者的肺部形成作用,增强了人体肺宣降气机、输布气血津液的作用,有效地改善了后续状况。同时中医认为肺的

功能不是单独存在的,其是否能够有效发挥也与脾、肾有关,脾化生的水谷精气能够在肺中汇聚为宗气,而肾主要作用是纳气,这两个脏器的功能得到改善之后,肺部的宗气充足,而肾可以有效纳气,避免气机在肺部壅塞,最终达到全面改善肺胀患者疾病症状的目的。实际工作之中相关医疗机构和医务人员可以根据具体情况帮助患者选择药物和展开穴位贴敷护理。

三伏贴对肺胀的预防治疗作用 三伏贴是一种膏药,也是一种传统的中医疗法、预防医学手段,三伏贴结合了针灸、经络与中医学,以中药直接贴敷于穴位,经由中药对穴位产生微面积化学性、热性刺激,达到治病防病的效果。三伏贴可以疏通经络、调理气血、宽胸降气、健脾和胃、鼓舞阳气,调节人体的肺脾功能,使机体的免疫功能不断增强,从而达到振奋阳气,预防及治疗肺胀的作用。