**婦女月經不調的辨證論治**

壹、概述:

一、論月經:

自古以來,女性月經就被神秘與迷信所環繞。有人拿經血治療痲瘋病、疣 、胎記、痛風、癲癇、寄生蟲等等不一而足的疾病,還有人用經血驅除魔鬼與惡 娜 。在現代,我們已經瞭解月經是女性在沒有受孕的情況下必然會產生 的一種生理現象,以便讓子宮內膜可以重新生長,為下次的週期做準備。控制月 經過期的荷爾蒙與神經遞劑蛋白質是一個驚人與複雜的平衡系統,但它的平衡狀 態在某些情況下很容易受到干擾,如壓力過大、體重增加,或使用藥物、情緒不 穩定、心理狀態不平靜等因素,都可以使這平衡狀態受到干擾,如此便有可能出 現不正常的出血或過期紊亂不定。

二、月經怎樣才算正常? 一般來說,初經來潮時的年齡約在九~十七歲之間,平均年齡為十三歲。青 春期的月經間距相隔較久,接下來的幾年會逐漸變得規則。大部分成年女性的月 經週期,從月經來的第一天,到下次月經來的時間,期間大約為21~35天。雖然 我們說女性的月經週期是28天,但其實只有百分之十五的女性是這樣的。月經 來潮通常持續四~六天,但有些女性月經期間會比較長或比較短。大部分女性每 月約流失六茶匙的血液。但有趣的是,月經週期會隨著年齡改變,女性進入四十 歲後,月經的週期就會越來越長。

三、月經為什麼會有規則?

每個月,子宮內膜細胞都會隨著卵巢所分泌的荷爾蒙而產生一連串的變化。這些細胞會經過生長、成熟、剝落等過程,最後在月經來潮時流出。 月經週期開始的第一個訊號是從腦部中間的下視丘開始。下視丘會釋放出一 種稱為促性腺釋放激素(GnRH)的荷爾蒙,這個荷爾蒙會傳遞到腦部下方的腦下 垂體。當GnRH 到達腦下垂體,會刺激腦下垂體分泌濾泡生長激素(FSH)。這種 荷爾蒙會促使卵子周圍的細胞(濾泡)生長,濾泡細胞開始分泌雌激素,也就是主 要的女性荷爾蒙。當雌激素隨著血液到達子宮後,便會刺激子宮內膜生長。

在月經週期中間,腦下垂體會生成黃體激素(LH)。LH這種激素會造成卵 子周圍的細胞裂開釋放卵子(排卵)。排卵後,卵巢除了分泌雌激素外,也開始分 泌黃體素。黃體素會使子宮內膜細胞停止生長,然後開始分泌養分,幫助受精卵 著床。如果沒有受孕,卵巢就會停止分泌雌激素與黃體素。沒有這二種荷爾蒙的 支持,子宮內膜細胞就會死亡,並以月經來潮的方式剝離流出,然後整個週期又 重新開始,這些荷爾蒙的變化,對於控制正常月經來潮非常重要。

四、月經失調要如何治療?

因荷爾蒙問題而造成的月經異常,最重要的治療方法就是根治病源。減輕壓 力,調節過輕或過重的體重,改變運動方式,調整所使用的藥物,通常就能改善 月經異常的沉痾。如果確定是荷爾蒙的問題,而且以上這些方法都無效,但是惱 人的出血情況持續不斷,可能就必須採取荷爾蒙的治療方法。

如果月經常沒來,可以考慮吃雌激素,以避免骨質疏鬆症。服用雌激素能預 防骨骼中的鈣質流失,以免骨質變脆。黃體素能預防子宮內膜細胞過度生長 。此外,每天在飲食中必須攝取1500毫克的鈣質。

貳、而月經的失調,大體上可以分為月經先期與月經後期: 月經先期:

在中醫的觀點下認為:如月經週期提前七天以上,甚至十六、十七天一潮者, 稱為「月經先期」。但如每次只提前三、五天或偶爾提前一次,下次仍按期而至 的,均不作月經先期論。而本病發生的機理主要是衝任不固,而引起的原因則有 氣虛與血熱之不同。氣虛之中又有脾氣虛弱、腎氣不固之分;血熱之中又有實熱、 虛熱之別。此外還有因瘀血阻滯、新血不安而致衝任不固。

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **病因病機示意圖:** | | | |
| \*體質素弱 \*飲食不節 \*勞累過度 \*思慮過多 | 傷脾 | 脾虛氣陷,統攝無權 | 衝任不固 經血妄行 月經先期 |
| \*青少年腎氣未充 \*絕經前腎氣漸衰 \*多次流產 | 傷腎 | 腎氣不固,開閉失司 |
| \*素體陽盛 \*過食辛燥 \*外感熱邪  \*環境過熱 | 傷血 | 熱迫血行,熱擾衝任 |
| \*鬱怒 | 傷肝 | 木火妄動,疏泄過度 |
| \*素體陰虛  \*失血傷陰 \*久病失養  \*多產房勞 | 傷陰 | 陰虛內熱,擾及衝任 |
| \*經產餘血未盡 復傷六淫七情 | 傷血 | 瘀血停滯,新血不安 |

辨證論治:

本病治法重在調整月經週期使之恢復正常,故須重視平時的調治,按其證候 的屬性,或補、或瀉、或清、或養,脾氣虛弱者健脾益氣,攝血固衝;腎氣不固 者補腎固衝;陽盛血熱者清熱涼血以固衝;肝郁血熱者疏肝清熱以固衝;陰虛血 熱者滋陰清熱以固衝;瘀血阻滯者活血化瘀調經以固衝。本病臨床多見虛多實 少,故用藥不宜過於寒涼,經行之時尤應注意。

1.脾虛型:

A.證候特點與症狀:月經週期提前,經量或多或少,經色淡紅,質清稀;面色 萎黃或恍白,神疲乏力,或倦怠嗜臥,氣短懶言,小腹空 墜,或食少便溏,脘腹脹悶,舌質淡,苔薄白,脈細弱。

B.治療原則:補脾益氣,攝血固衝。

C.方藥:補中益氣湯----人蔘、黃耆、白朮、當歸身、橘皮、升麻、柴胡、甘草 濟生歸脾湯----人蔘、黃耆、白朮、當歸、茯苓、龍眼肉、酸棗仁、木 香、炙甘草、生薑、大棗

2.腎氣不固型:

A.證候特點與症狀:月經提前,經量或多或少,色黯淡,質清稀,精神不振,

腰膝痠軟,夜尿頻,舌淡苔白潤,脈沉細。

B.治療原則:補腎氣,固衝任。 C.方藥:歸腎丸----熟地、山藥、山茱萸、茯苓、當歸、枸杞子、菟絲子、杜仲 溫衝湯----生山藥、當歸身、烏附子、肉桂、補骨脂、小茴香、核桃仁 紫石英、鹿角膠

3.陽盛血熱型:

A.證候特點與症狀:月經提前,量多或正常,經色鮮紅或紫紅,質黏稠,流出 時有熱感;面色紅赤,唇赤,或口渴,心煩,小便短黄, 大便乾結,舌質紅苔黃,脈數或滑數。

B.治療原則:清熱涼血,固衝調經。

C.方藥:清經散----牡丹皮、地骨皮、白芍、熟地黃、青蒿、茯苓、黃柏 清化飲----芍藥、麥冬、牡丹皮、茯苓、黃芩、生地黃、石斛

4.肝郁血熱型:

A.證候特點與症狀:月經提前,量或多或少,經色深紅或紫紅,質稠,排出不 暢,或有血塊,煩躁易怒,或胸脅脹悶不舒,或乳房、小 腹脹痛,或口苦咽乾,舌質紅,苔薄黃,脈弦數。

B.治療原則:疏肝清熱,涼血固衝。

C. 方藥:丹梔逍遙散----牡丹皮、梔子、當歸、白芍、柴胡、白朮、茯苓、煨薑

薄荷、炙甘草

化肝煎----青皮、陳皮、芍藥、牡丹皮、梔子、澤瀉、土貝母

5.陰虛血熱型:

A.證候特點與症狀:月經提前,量少或正常(亦有量多者),經色深紅,質稠,

兩顴潮紅,手足心熱,或潮熱盜汗,心煩不寐,或咽乾口 燥,舌質紅苔少,脈細數。

B.治療原則:滋陰清熱固衝。

C.方藥:兩地湯 ----生地黃、地骨皮、元蔘、麥冬、阿膠、白芍 生地黃散----生地黃、熟地黃、枸杞子、地骨皮、天門冬、黃耆、芍藥

、甘草、黃芩

6.血瘀型:

A.證候特點與症狀:月經提前,經量少而淋漓不暢,色黯有塊,小腹滿痛,拒

按,血塊排出後疼痛減輕,有時可見皮下瘀斑,或舌質黯

紅,或舌邊有瘀點,脈澀或弦澀。

B.治療原則:活血化瘀,調經固衝。

C.方藥:桃紅四物湯----當歸、川芎、熟地黃、白芍、桃仁、紅花 通痣煎----當歸尾、山楂、香附、紅花、烏藥、青皮、木香、澤瀉

二、月經後期:

月經週期延後七天以上,甚至於四十~五十天一行的,稱為「月經後期」。 如果每次延後三~五天,或偶然延後一次,下次仍如期來潮的,均不做月經後期論。此外,若在青春期的月經初潮後的數個月內,或在更年期月經終止前,月經時有延後,但是並沒有其他證者,並不視為「月經後期」。 本病的發病機理有營血虧虛,衝任不充;或陽氣不足,臟腑失於溫養,生化 不及,衝任不盛;或真陰虧損,虛熱內生。水虧血少,衝任不足,以致血海不能 及時滿溢,月經週期因而延後,此類屬於虛證。若是外感寒邪;或內傷生冷,血 為寒凝,阻滯衝任;或情志不舒,氣機郁滯,血不暢行,滯澀衝任;或痰濕停積, 壅滯衝任,使血海不能如期滿溢,也會導致月經後期,上述皆屬於實證。

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **病因病機示意圖:** | | | | |
| 血虛 | \*體質虛弱 \*久病失血 \*產育過多 | 營血虧虛,經脈失養 | 衝任不充 | 血海不能 按時滿溢 以致 月經後期 |
| 陽虛 | \*陽氣素虛 \*病久傷陽 \*房勞損陽 | 陽虛失煦,生化不足 |
| 陰虛 | \*素體陰虛  \*病久傷陰 \*情志過極 \*房室不節 | 陰津暗耗,水虧血少 |
| 寒凝 | \*經期外感寒邪 \*經期內傷生冷 \*產後服藥過涼 | 寒凝血瘀,運行不暢 | 衝任阻滯 |
| 氣滯 | \*抑郁傷肝 | 疏泄不及,氣郁血滯 |
| 痰阻 | \*脾虚不運 \*過食肥甘 \*素體肥胖 | 聚濕生痰,痰濕壅滯 |

辨證論治:

本病應根據經色、經量、經質及全身症狀,並結合舌、膩,辨其虛實表熱 。治療以調整月經週期為主,並重在平時調理;而治法應本著「虛者補之,實者 瀉之,寒者溫之,熱者清之」的原則分別施治,但不可適用滋膩或剛燥之劑

以免損傷陽氣或劫陰傷津。

1.血虚型:

A.證候特點與症狀:月經週期延後,量少,色淡紅,質地清稀,或小腹綿綿作

痛;面色蒼白或萎黃,頭暈眼花,心悸失眠,或手足 發麻

唇舌淡白,脈細無力。

B.治療原則:益血補衝調經。

C.方藥:小營煎--當歸、熟地黃、芍藥、枸杞子、山藥、炙甘草 歸地溢血湯--棄當歸、熟地黃、鹿角霜、黨蔘、白朮、桑寄生、枸杞

子、山茱萸、香附

2.陽虛型:

A.證候特點與症狀

:月經週期延後,量少或正常,色黯淡,質清稀,小腹冷痛 ,喜報喜按,形寒肢冷,腰膝冷痛,或神疲乏力,輕臥多 睡,或小便清長,大便溏薄,面色恍白,舌質淡且胖嫩, 沉弱無力。

B.治療原則:溫腎壯陽,補衝調經。

C.方藥:溫調氣湯----杜仲、續斷、桑寄生、台烏藥、補骨脂、菟絲子、焦艾 葉、炒狗脊

、附子

右歸飲----熟地黃、山藥、山茱萸、枸杞子、甘草、杜仲、肉桂

3.陰虛型:

A.證候特點與症狀:月經週期延後,量少,色、質正常或經色深紅、紫紅,質

黏稠,或有小血塊;顴紅潮熱盜汗蒸。或咽乾口燥, B.治療原則:滋腎養陰,益衝調經。

五心煩熱,或頭暈耳鳴,或心煩失眠,舌質紅,無苔或少 苔、花剝苔,脈細數。

C. 方藥:左歸飲----熟地黃、山藥、山茱萸、枸杞子、炙甘草、茯苓 加減一陰煎----生地黃、芍藥、麥冬、熟地黃、炙甘草、地骨皮、知母

4.寒凝型:

A.證候特點與症狀:月經週期延後,量少或正常,經色黯紅,質正常,有血塊

小腹冷痛拒按,得熱則減;面色青白,或冷畏寒,唇 色黯紅,舌紫而黯,或有瘀點,脈沉緊或沉澀。

B.治療原則:溫經散寒,活血行滯。

C.方藥:薑黃散----薑黃、白芍、延胡索、牡丹皮、當歸、蓬朮、紅花、桂心、

川芎

溫經湯----吳茱萸、桂枝、當歸、川芎、白芍、阿膠、麥門冬、牡丹皮

、人蔘、半夏、生薑、炒甘草

5.氣滯型:

A.證候特點與症狀:月經週期延後,量少或正常,色質正常或色紅質稠,行而

不暢,或有小血塊。小腹脹痛,按之不減;精神郁悶,胸 脅脹滿不舒,時欲嘆息,或乳房脹痛。舌質正常或偏紅, 苔正常或薄黃,脈弦或弦數。

B.治療原則:理氣行滯,活血調經。

C.方藥:加味烏沉湯----烏藥、木香、延胡索、縮炒仁、香附、甘草 疏肝解郁湯----香附、青皮、紫胡、延胡索、郁金、丹蔘、川芎、澤 蘭、金鈴子炭

6.痰阻型:

A.證候特點與症狀

:月經週期延後,經量或多或少,經血夾雜黏液,色淡,質 稠或平時帶下量多質稠,平素咳嗽多痰,或體質肥胖,或 體質肥胖,或脘腹脹悶嘔噁,或眩暈心悸,苔厚膩,脈弦

滑。

B.治療原則:燥濕化痰,活血調經。 C.方藥:二陳湯加川芎、當歸-----半夏、橘紅、茯苓、炙甘草、生薑、烏梅、川

芎、當歸

六君子湯加歸芍湯--人蔘、白朮、茯苓、炙甘草、陳皮、法半夏、當

歸身、川芎、香附、生薑