

全生讲中医

更年期综合症的中医治疗

编者按:全生讲中医专栏的目的是普及中医知识,弘扬中医文化,介绍中医进展,传授专家经验,提高人们养生及防治疾病的能力。如果你热爱健康,喜欢养生,那就静下心来,和全生讲中医一起,探索中医奥秘,见证中医神奇,分享名医经验,寻找济世良方吧。

更年期是妇女一生中必经的阶段,它是指妇女从有生育能力过渡到无生育能力的过程,包括绝经前期、绝经期、绝经后期,统称也叫围绝经期。更年期期间,由于卵巢功能的衰退、激素分泌水平下降,可引起身体和心理的一系列变化,如潮热、烦躁、睡眠不好、关节疼痛及性欲下降等症,这些症状统称为更年期综合症。

女性生理的绝经期是45~55岁。在绝经前后2~4年有二分之一女性出现更年期综合症。妇女的更年期可长达20年或20余年。在这个过渡时期中,大部分妇女被一系列的轻或重的症状所困惑。重者使本人很痛苦,家庭和社会都感到患者在情绪上和行

为上的变化,影响人际关系和正常生活。

更年期综合症主要症状:月经紊乱、阵发性潮热、外阴及阴道萎缩、腰骶部疼痛、忧虑、多愁、多疑、头痛、头晕、心悸、出汗、失眠等。严重者还可引发心血管疾病、萎缩性尿道炎、阴道炎、骨质疏松、骨折、肥胖症及老年性痴呆等病。进入更年期后,短期症状得不到及时治疗就会对身体造成长期影响和损坏。

更年期综合症在中医学亦有称“经断前后诸证”。多因妇女将届经断之年,先天肾气渐衰,任脉虚,太冲脉衰,天癸将竭,导致机体阴阳失稀,或肾阴不足,阳虚潜藏;或肾阳虚衰,经脉失于温养而出现一系列脏腑功能紊乱的症候。症见月经不调,颜面潮红,烦躁易怒或忧郁,头晕耳鸣,口干便燥等,为肾阴虚证;若症见月经不调,面白神疲,畏寒肢冷,腰酸酸痛,阴部重坠,纳呆便溏,为肾阳虚证;若月经不调,兼见颧红面赤,虚烦少寐,潮热盗汗,腰膝酸软,头晕心悸、血压升高等,为肾阴阳俱虚。

因此在治疗时,以补肾气、调整阴阳为主要方法。具体用药时又要注意,清热不宜过于苦寒,祛寒不宜过于辛热,更不要随使用攻伐的药物。针灸对于更年期综合症的防治,疗效很好。但需根据辩证,采用不同组穴,方可取得满意效果。

几首小方,对更年期综合症有帮助。甘麦饮:小麦30克,红枣10枚,甘草10克,水煎。每日早晚各服1次。适用于绝经前后伴有潮热出汗、烦躁心悸、忧郁易怒、面色无华者。莲子百合粥:莲子、百合粳米各30克同煮粥,每日早晚各服1次。适用于绝经前后伴有心悸不寐、怔忡健忘、肢体乏力、皮肤粗糙者。杞枣汤:枸杞子、桑椹子、红枣各等份,水煎服,早晚各1次;或用淮山药30克,瘦肉100克炖汤喝,每日1次。适用于更年期有头晕目眩、饮食不香、困倦乏力及面色苍白者。

更多全生讲中医,敬请访问卢全生中医结合博士的网站 www.wholelifeherb.com, 或直接拨打中文热线电话 301-340-1066,



卢全生医师,北京中医药大学中医硕士,中国中医科学院中西医结合博士,美国乔治城大学医学院博士后,河南中医学院客座教授。

301-919-9898 约诊。全生中医针灸医疗中心地址: 416 Hungerford Dr, Suite 300, Rockville, MD 20850. Ellicott City Office: 5022 Dorsey Hall Dr, Suite 101, Ellicott City, MD 21042, 免费停车。

带状疱疹的临床表现和治疗

带状疱疹是由VZV病毒所引起。此病毒已长期存在于患者的体内,但平时并不活跃。由于某些原因,如机体的免疫功能降低等,VZV病毒被重新激活,从而引起带状疱疹。其临床特点为在身体单侧的某一皮肤区域发生有水泡的皮疹,并伴有剧烈疼痛。此病在所有年龄组都会发生,但老年患者更常见,大约有4%的患者还会重新发生第二次。男性和女性患者的发病率相似,在爱滋病、器官移植患者以及由于其它原因造成免疫功能低下的人群中此病发生率升高。

临床表现 在水泡状皮疹发生前的数天,一般都会有发热、疲倦不适以及头痛等先期症状。然后典

型的皮疹出现,一般为多个成组,伴有水泡和红肿。皮疹一般在3到4周后消退。发生的位置多在胸背部。有时发生在面部,此时要特别当心是否有发生失明的可能。疼痛是此病的特点,患者往往描述有深层部位的烧灼感。

并发症 此病的并发症包括眼睛、神经系统、皮肤感染以及带状疱疹后神经疼痛症候群。眼睛部位的并发症有时会导致失明。神经系统的并发症多种多样,包括无菌性脑膜炎、外周运动神经病变和脑炎等。因此有这些临床表现的患者应当及早就医。

治疗 此病的治疗包括抗病毒治疗和缓解症状的疗

法。抗病毒治疗主要是一种称为Valtrex的药物。此药如果在发病的48至72小时内服用,则会发挥抗病毒的作用,从而明显改善临床症状,包括皮疹和水泡逐步消退,患者体温恢复正常,疼痛缓解等。研究表明,如果在发病超过72小时后才开始使用此药,则疗效就不十分明显。具体的治疗措施应当与您的医师仔细讨论后方可进行。

隋爱平医师目前担任乔治城大学医学院家庭医学科临床助理教授。电话:240-404-6423;电子邮件:peterasui@yahoo.com。欢迎您全家把爱平诊所作为您的医疗保健中心。爱平诊所的地址:604 South Frederick Avenue, Suite 200, Gaithersburg, MD 20877。



隋爱平医师 乔治城大学医学院家庭医学科临床助理教授

全生中医针灸 中医内科 中医妇科 主治: 各种关节疼痛,过敏,抑郁症,心脑血管病:高血压,冠心病,高血脂,肥胖,中风偏瘫等,肝炎肾炎,胃炎哮喘,癌症副作用,不孕症,乳腺增生,月经不调,子宫肌瘤,卵巢囊肿等,针灸美容,减肥 中西结合,标本兼治 天人合一,综合治疗 www.wholelifeherb.com

爱平诊所 Gaithersburg Family Medicine 美国家庭医师专科文凭、美国家庭医师协会会员 隋爱平医师 Aiping Sui MD 各种内科、外科、妇科、儿科、皮肤科、神经科、常见疾病。成人及儿童常规体检、预防接种、各种外科门诊手术及外伤缝合、清创。

中华堂中医馆 中医门诊 针灸 中药 推拿 刮痧 拔罐 中医养生 中医内科: 心脑血管疾病,肠胃病,肝胆病,过敏,哮喘,妇女痛经,月经不调,不孕,乳腺病,更年期综合征,性功能障碍,慢性疲劳综合征,失眠,头痛,抑郁,等。

张宇 内科医师 Michael Zhang, M.D. 24年在美执业经验 医术精湛 服务全面 耐心周到 提供:健康年检、学生体检、移民体检、肿瘤普查 全面接受新病人,接受各种医疗保险和自费

医生专版 资深教育,传承中医精华,主治内、外、妇、儿科各种常见病、多发病、疑难杂症,对各种痛症、过敏症、不孕不育、肿瘤放疗化疗毒副作用等治疗有独到的见解。

首都中医针灸 Capital Acupuncture & Herbal Care 陈智松 博士 预约电话: 301-820-2528 接受 CareFirst, Aetna, Cigna, United Healthcare 以及车祸工伤等保险