

全生讲中医

更年期综合症的中医防治

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。

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。

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。

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，阳失潜藏；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。

男性更年期由睾丸功能退化所引起。而睾丸的退化萎缩是缓慢渐进的，性激素分泌减少也是缓慢的，精子的生成在更年期也不完全消失。

因此治疗时，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，更不要随便用攻伐的药物。

更年期综合症是一个包括了全身各系统、各器官由生理状态逐步发展到病理状态的过程。因此把一个全身性的病态表现分割成一组组的症状来治疗，效果肯定不佳。

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，阳失潜藏；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。

因此治疗时，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，更不要随便用攻伐的药物。

对于轻型的更年期综合症，不需药物治疗，使她们了解更年期的

保健知识，消除无谓的顾虑和恐惧，树立乐观主义精神，正确对待更年期的一些反应。同时，积极参加一些适当的体育锻炼，如跑步，散步，体操，气功，太极拳等。

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。

目前新冠病毒大爆发，整个世界笼罩在新冠病毒的阴影下，人们只有呆在家里，以防相互传染。鉴于此，全生中医针灸诊所调整看病方式，开展了网上免费会诊。



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，河南中医药大学客座教授。

散，板蓝根冲剂，黄芪，西洋参，藿香，艾叶，艾灸条等。如果您不幸中招，不要恐慌，给我们发来您的症状和舌苔图片，我们帮您免费会诊，并把药邮寄到您的家中。

敬请访问卢全生中西医结合博士的网站 www.wholelifeherb.com，或拨打订药热线 301-919-9898, 301-340-1066。全生中医中药医疗中心地址：416 Hungerford Dr, Suite 300, Rockville, MD 20850, 在马里兰 Rockville 图书馆附近，免费停车。

消化道溃疡的诊断和治疗

消化道溃疡经常发生于胃部和十二指肠，在美国大约有超过400万患者。在正常情况下消化道有自我保护机制，包括运用粘膜层来阻碍酸性消化液的侵袭，产生一些物质来中和酸，以及胃细胞产生的用来自我保护的化学物质等。

(一)病因:

两种最常见的病因包括胃幽门杆菌的感染和非激素类抗炎药

物的使用。其它还包括吸烟和一些遗传及环境因素。胃幽门杆菌存在于全世界约一半人口的消化道中，但直到1982年医学家才注意到此菌与消化道溃疡有关。

(二)临床表现和诊断:

临床表现轻重不一，因人而异。包括上腹痛，胀气，食欲下降，恶心呕吐，以及出血等。诊断胃幽门杆菌感染有多种化验手段，包括血样和粪便化验，也可做呼吸检查。

(三)治疗:

消化道溃疡应尽早得到适当治疗，以防止出血或穿孔等严重并发症。对于正在使用非激素类抗炎药物的患者应当立即停药。

于有胃幽门杆菌感染的患者，目前的治疗措施是同时使用两种或两种以上的抗菌素和其他药物来消除细菌。其它还要使用抗酸剂和减少胃酸分泌的药物，以及戒烟等。

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。



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 3-002 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 世界中医药联合会主任委员 3项国家专利, 8部中医专著 30年行医经验 接受保险及车祸工伤 中西结合, 标本兼治 天人合一, 综合治疗 www.wholelifeherb.com 地址: 416 Hungerford Dr, #300 Rockville, MD 20850 地址: 5022 Dorsey Hall Dr, #101, Elliott City, MD 21042

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 徐唯医师 Wei Xu 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。 地址: 604 South Frederick Ave, Suite 200, Gaithersburg, MD 20877 在355大道和West Deer Park Road交口处 3-050

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、慢性疲劳综合症、失眠、头痛、抑郁、等。 针灸推拿科: 面瘫、偏瘫、四肢瘫、全瘫、小儿脑瘫、中风后遗症等; 腰痛、背痛、坐骨神经痛、颈肩综合征、网球肘、膝痛、扭伤、运动伤害、车祸后康复治疗、养生穴位推拿等。 中医美容: 雀斑、黄褐斑、粉刺、酒渣鼻、脱发、减肥、等。 中药: 针对每一位病人的病情定制配方。 受理多种保险, 自费优惠 精治车祸伤害, 为你争取权益。 预约电话: 202-818-9161 www.AmericaTCM.com 3-100 诊所地址: 8935 Shady Grove Ct, Gaithersburg MD 20877

首都中医针灸 Capital Acupuncture & Herbal Care 陈智松博士 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、肿瘤放疗毒副作用等治疗有独到的见解。 接受 CareFirst, Aetna, Cigna, United Healthcare 以及车祸工伤等保险 www.chenmac.com 地址: 波城/洛城 8818 Tuckerman Ln, Potomac, MD 20854 盖城/德国镇 4 Professional Dr. #110, Gaithersburg, MD 20879 位于 I-270, 355 大道边上, 大中华超市, Costco, 大华超市 (99 Ranch Market) 之间, 交通停车方便。 3-094