



更年期综合症中医治疗 陈瑞银 医师

在医学上，更年期是指从中年向老年转变的一个阶段，一般女性在 45 岁~55 岁，男性为 55 岁~65 岁。对女性来说，绝经是女性更年期的一个最显著的标志，但是，绝经期与更年期不是同一个概念，更年期应是“绝经前期”、“绝经期”、“绝经后期”的总和。除绝经外，女性更年期还有或多或少的以下生理变化：性欲减退，房事不适或疼痛；易激动，爱发脾气；郁郁寡欢，有时多疑；失眠多梦，记忆力下降等等。女性更年期综合征是指女性在更年期出现的或轻或重的以植物神经紊乱为主的症候群。临床表现为月经周期紊乱、潮热、潮红、出汗及精神、神经症状。而对男性来说，更年期的标志主要是精神紧张或抑郁、易于疲倦、记忆力减退、注意力不集中、失眠、潮热、出汗、性欲下降等一系列症状。比较而言，男性更年期综合征的症状群比女性的少，因为男性更年期的雄激素降低，是一个缓慢的过程。

中医治疗更年期综合征，主要采用辨证施治的方法。根据不同的症状进行处方用药，以女性为例，一般来说，主要分为三型论治：

（一）肾阴虚证：临床表现为月经紊乱，月经周期缩短，量少或量多，或崩或漏，头晕，耳鸣，面颊阵发性烘热，出汗，腰膝酸痛，足跟疼，或皮肤干燥，口干便结，尿少色黄，舌红少苔，脉细数。处方一般用左归丸和二至丸。若出现双目干涩等症，以杞菊地黄丸加减；若心烦不宁，失眠多梦，用百合地黄汤或甘麦大枣汤和黄连阿胶汤加减。

(二) 肾阳虚证：临床表现为月经量多，精神萎靡，面色灰暗，腰背冷痛，小便清长，夜尿频数，或面浮肢肿，舌苔薄白，脉沉细弱。处方用右归丸加减。

(三) 肾阴阳俱虚证：临床表现为月经紊乱，头晕耳鸣，健忘，腰背冷痛，舌淡，苔薄，脉沉弱。处方一般用二仙汤和二至丸。常用中成药可根据症状而加减，如肾虚症状明显，就选用六味地黄丸、杞菊地黄丸、麦味地黄丸、知柏地黄丸、八味地黄丸等地黄丸类中成药；失眠、烦躁类症状明显，就选用朱砂安神丸、柏子养心丸、天王补心丹、安神安志丸等安神丸类中成药；抑郁症状明显者，可选用加味逍遥散类中成药。而由同仁堂从上万首古代中医名方中筛选出的坤宝丸，在治疗和保健上，都体现了相当的优势，受到医生和患者的信赖。由于男性和女性出现更年期综合征的根本原因都是由于肝肾不足，所以选用药物上基本是一致的，尤其是坤宝丸，男性在出现更年期症状时，可以毫不犹豫地选用。如果男性在性功能上的障碍问题比较明显时，可选用参茸三鞭丸、百补增力丸等扶阳类中成药。

处于更年期的朋友们，正是到了“知天命”之年，事业有成，不乏成熟的魅力，只要正确看待更年期，以乐观的精神积极面对，就可以安然度过人生的这个重要的转折时期，而享受后半生的大好时光。

中医认为此病起于肾气渐衰，故主因在肾。临床上则有肾阴虚肾阳虚之分，谢太太之证，则显然属于肝肾阴虚之例，以知柏八味丸加减为治，处方用：

知母、黄柏各 15 克，干地黄、泽泻、茯苓、女贞子各 25 克，山萸肉、菟丝子、巴戟天各 20 克，淫羊藿、淮山各 30 克，龟板 50 克。

ที่มา : <http://wenku.baidu.com/view/3b746804bed5b9f3f90f1c77.html>

注意：这份文件的版权和知识产权属于华侨中医院，仅对外宣传和传播科普知识所用。禁止擅自用于任何形式的商业谋利。