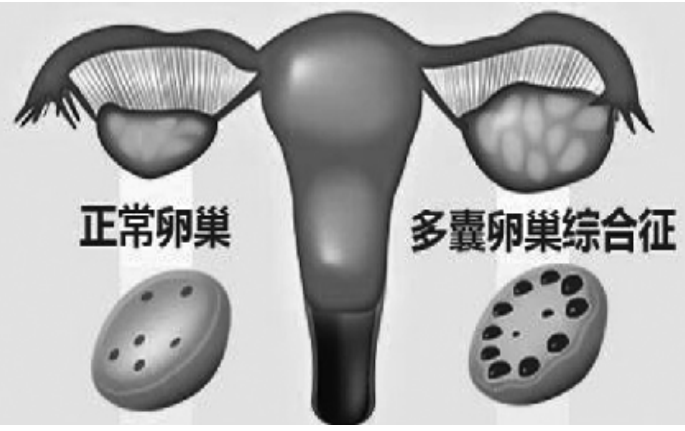


多囊卵巢综合征，西医治 + 中药调

□ 乔江



在妇科门诊，前来就诊的多囊卵巢综合征患者并不少见。多囊卵巢综合征是一种具有多源性病因和多样性症状的生殖内分泌疾病，其临床特征主要表现为持续性无排卵、高雄激素血症和卵巢多囊样改变，常表现为月经稀发、闭经、功能失调性子宫出血、多毛、黑棘皮病、肥胖、不孕等。多囊卵巢综合征多在青春前期后发病，症状可持续到绝经后，随着年龄

的增长可出现日益明显的胰岛素抵抗，从而引起代谢异常，属于妇科多发性和难治病。

西医治疗多囊卵巢综合征有药物治疗、手术治疗、辅助生殖技术等，临床上配合中药治疗可提高疗效。多囊卵巢综合征属于中医“月经后期”“闭经”“不孕”等范畴。中医认为，肾、肝、脾功能失调是主要病机，痰湿、瘀血是致病因素。治则以虚者补之、实者泻之

主，临床上常分肾虚证、痰湿阻滞证、肝经湿热证、气滞血瘀证等进行治疗。

肾虚证

肾虚证主要表现为月经初潮迟至，后期量少，色淡，质稀，渐至闭经，或月经紊乱，经量多或少，淋漓不尽，婚久不孕。肾虚证伴有头晕耳鸣，腰膝酸软，形寒肢冷，小便清长，大便溏薄，性欲冷淡，肥胖，痤疮，多毛，舌淡苔薄，脉沉细。肾阴虚证则伴头目眩晕，双目干涩，咽干口燥，心烦，腰膝酸软，手足心热，寐差；舌质红或紫暗，苔薄黄，少津，脉细数。

肝经湿热证

肝经湿热证主要表现为月经稀少，渐致闭经，或月经周期紊乱，婚久不孕，伴有体形壮实，毛发浓密，痤疮，经前乳房胀痛，大便秘结；舌苔薄黄，脉弦或弦数。

等。

痰湿阻滞证

痰湿阻滞证主要表现为月经后期，量少，色淡质黏稠，渐致闭经，婚久不孕，伴有带下量多，胸闷泛恶，肥胖，喉间多痰，多毛，神疲肢重；舌苔白腻，脉滑或沉滑。

治法以化痰除湿、活血调经为主，常用方有苍附导痰丸等，常用药物有苍术、白术、茯苓、砂仁、胆南星、法半夏、陈皮、瓜蒌、浙贝母、白芥子、薏苡仁、鸡内金、皂刺、青皮、香附、枳壳等。组方时，可酌情配伍健脾、补肾、舒肝等药。

气滞血瘀证

气滞血瘀证主要表现为月经后期，经量或多或少，淋漓不尽，色暗红，质稠，有血块，渐致闭经，婚久不孕，伴有乳房胀痛，胸胁胀满，小腹胀痛；舌黯红或有瘀点，苔薄，脉弦涩或沉涩。

治法以理气活血、祛瘀通经为主，常用方有膈下逐瘀汤、血府逐瘀汤、桃红四物汤等，常用药物有当归、川芎、赤芍药、桃仁、红花、丹参、丹皮、三棱、莪术、枳壳、延胡索、乌药、香附、柴胡、厚朴、合欢皮、佛手、绿萼梅、刺楸、月季花、玫瑰花等。

治疗多囊卵巢综合征还需要注意分段治疗，即青春期重在调经，以重建月经周期为目标；育龄期以重建月经周期及促进排卵为目标。

泡一下 可知中药真假

将一朵番红花浸泡在盛满水的玻璃杯中，很快，水变成黄色，水面上漂浮着油状物，有一条黄线从水面直达杯底，拿一个小棒在杯中搅动，也不易变形，这便是真品。这种鉴别中药的方法就是水试鉴别法，番红花浸水是水试鉴别的典型现象之一。

- 1. 红花：用水浸泡后，水变成金黄色，花不褪色。
- 2. 胖大海：热水浸泡后，体积膨大至原来的数十倍且呈絮状团。
- 3. 秦皮：加水浸泡后，浸出液在日光下呈现碧蓝色荧光。
- 4. 熊胆：熊胆粉末投入清水中，即在表面旋转并呈黄线下沉且不扩散。
- 5. 牛黄：取少许牛黄，加清水调和，涂于指甲上，能将指甲染成黄色并经久不褪，俗称“挂甲”；入口则芳香清凉，味先苦而后微甜，嚼之不粘牙，可慢慢溶化。人工牛黄入口后无清凉感，气微清香而略腥。
- 6. 白芷：取白芷粉末0.5克，加水3毫升，震动摇晃后过滤，取滤液2滴，点于滤纸上，在日光下显蓝色荧光。
- 7. 柴胡：取柴胡粉末0.25克，放入试管内，加蒸馏水5毫升，冷浸20分钟后，过滤，用力摇晃过滤液5分钟，可产生持久性泡沫。
- 8. 天麻：隔水蒸后有蒜臭味（马尿味）者为真品，且野生者较家种品种味道更浓。
- 9. 阿胶：取少许阿胶药材，用开水溶化后，溶液透明，有甜香味，无沉淀，无异味，无浮油。
- 10. 山药、茯苓：此类药材用粮食粉末仿造者较多，用热水浸泡后，膻气会溶化，正品不溶化。



病 例札记

发热月余案一例

2014年11月15日，笔者接诊一位患者：李某，男，48岁，发热30多天，不能明确诊断。血常规提示，白细胞分类计数高，C反应蛋白高，但不能找出确切病灶。骨髓检查提示：分叶核粒细胞比例高，淋巴细胞比例低。临床不能明确诊断。

每天下午，患者发热较高，体温超过39摄氏度，并伴有肌肉酸痛、无明显恶寒等症。使用抗生素治疗后，可使患者的体温降至

37~38摄氏度之间，但不能恢复正常。患者的饮食、大小便基本正常，咽部有少量的痰液，但咳嗽不明显。较长时间的发热对患者精神方面的影响并不大。患者舌质暗红，舌苔薄白腻，脉细稍数，不浮不沉。

湿热困阻上焦，影响气机出入。治疗以清化湿热、恢复气机、升降出入为方法，方用三仁汤加减。

处方：炒杏仁12克，白蔻仁

6克，生薏苡仁15克，姜半夏9克，厚朴9克，通草3克，竹叶3克，滑石18克，柴胡12克，石膏24克。5剂，水冲服（使用中药配方颗粒），每天1剂，每天上午、下午各服1次，同时停用所有西药。

二诊（2014年11月20日）：在服药期间，患者的体温在37~38摄氏度之间，未出现高热情况，咽部清利一些，仍有肌肉酸痛感觉，较之前有所减轻，无明显出汗。同时，患者舌质暗红，舌苔白（腻苔稍退），脉浮弦稍数。

笔者考虑到患者的脉现浮象，肌肉仍有酸痛，无明显汗出，改用清化湿热之法，用九味羌活汤组方。

处方：羌活9克，防风9克，独活9克，生苍术9克，柴胡12克，生石膏30克，牛蒡子15克，僵蚕9克，蝉衣9克，生黄芪9克，生甘草3克。5剂，水冲服。

三诊（2014年11月26日）：患者服用上方第一剂药后，体温恢复正常，近5天未发热，肌肉酸痛症状得到缓解，纳食好，大小便正常，精神状态好，无其他明显不适。患者舌苔薄白，脉细缓。患者可服用调理脾胃之药，以巩固疗效。

处方：生白术15克，鸡内金15克，焦山楂15克，僵蚕12克，蝉衣9克，牛蒡子12克，全瓜蒌15克。7剂，水冲服。

用药物有龙胆草、黄芩、丹皮、黄连、栀子、柴胡、夏枯草、青皮、生地黄、车前子、通草、茯苓、白术、麦芽、法半夏、陈皮、泽泻、皂刺等。

气滞血瘀证主要表现为月经后期延后，经量少，色淡质黏稠，渐致闭经，婚久不孕，伴有带下量多，胸闷泛恶，肥胖，喉间多痰，多毛，神疲肢重；舌苔白腻，脉滑或沉滑。

治法以化痰除湿、活血调经为主，常用方有苍附导痰丸等，常用药物有苍术、白术、茯苓、砂仁、胆南星、法半夏、陈皮、瓜蒌、浙贝母、白芥子、薏苡仁、鸡内金、皂刺、青皮、香附、枳壳等。组方时，可酌情配伍健脾、补肾、舒肝等药。

气滞血瘀证主要表现为月经后期延后，经量或多或少，淋漓不尽，色暗红，质稠，有血块，渐致闭经，婚久不孕，伴有乳房胀痛，胸胁胀满，小腹胀痛；舌黯红或有瘀点，苔薄，脉弦涩或沉涩。

治法以理气活血、祛瘀通经为主，常用方有膈下逐瘀汤、血府逐瘀汤、桃红四物汤等，常用药物有当归、川芎、赤芍药、桃仁、红花、丹参、丹皮、三棱、莪术、枳壳、延胡索、乌药、香附、柴胡、厚朴、合欢皮、佛手、绿萼梅、刺楸、月季花、玫瑰花等。

治疗多囊卵巢综合征还需要注意分段治疗，即青春期重在调经，以重建月经周期为目标；育龄期以重建月经周期及促进排卵为目标。

技 术分享

如何有效疏通经络

按照中医理论，人体经络主要包括十二经脉、十二经别、奇经八脉、十五络脉、十二经筋、十二皮部等，它们纵横交错，遍布全身，将人体内外、脏腑、肢节联成一个有机的整体，以推动和灌输气血津液。不通则痛，经络通畅才能百病不生。那么，如何有效地疏通人体的经络呢？

升温方法最有效

如果身体内寒湿重，身体内所有的管道就会因冷而收缩，身体内的肌肉、组织也会遇冷而板结。这时针灸、推拿、按摩等治疗方法对各种疾病的治疗效果甚微，而且只能暂时缓解，复发率非常高。遇到这类情况时，就需要为身体升温、排寒湿的技巧，才能让身体内全面化冻，各种管道自然畅通。

梳头促进血液循环

用手指或木梳从额头至枕后，从两侧的颞部至头顶进行梳头，每回50~100次，以晨起梳头为最佳。人体各条经络都汇聚于头部，梳头时要经过百会、通天、百会、印堂、玉枕、风池等近50个穴位，对这些穴位进行如同针灸的刺激，可以促进头部血流，疏通经络。

针灸与按摩

针灸和按摩可以帮助打通任督二脉和十二正经。古代养生学家认为，疏通经络可作为养生的重要措施，而最简单的方法就是经常刺激、按摩、针灸3个重要穴位，即合谷穴、内关穴和足三里穴。合谷穴可以防治面瘫及五官方面的疾病，内关穴有助于防治心脏疾患，足三里穴则对预防



五脏六腑特别是消化系统的疾病最有效。

轻揉耳轮通肾气 双手握空拳，以拇指、食指沿耳轮上下来回推拿1分钟，直至耳轮充血发热。中医认为，全身精气由各脏器收集后交肾来保存，肾开窍于耳，耳朵上布满了全身穴位，所以按摩耳朵不仅能健肾，还能打通全身穴位。

老丝瓜引导经络 老丝瓜1条，切碎炒至微黄，研成细末，每次10克，用热水冲服。老丝瓜筋络贯穿，类似人体经络。借老丝瓜气来导引人体经络，使气血通顺。

薄荷茶味疏经络 坐时，屈左腿，将左脚脚背放在右大腿的腹股沟处，双手放在左膝上，轻柔地做上下弹性运动数次，使之接触地面，然后换右腿。坚持这种运动能有助于活动人体多处韧带，使腿、腹、胸、颈部等肌肉得到充分伸展，保持经络畅通。

薄荷茶味疏经络 取干薄荷叶15克，绿茶3克，冲入沸水1500毫升，待泡出

实 用验方

痛经验方

延胡索12克，肉桂6克，川楝子10克，干姜5克，小茴香3克，共研为细末，备用。取3克药粉，用黄酒调成糊状，敷于脐部，用纱布覆盖，胶布固定，每日换1次。（刘铭玉）

脑动脉硬化验方

党参24克，黄芪18克，葛根12克，当归18克，川芎15克，郁金15克，赤芍药12克，丹参20克，水蛭6克，陈皮10克。水煎服，每日1剂，分2次服用。（刘洪峰）

（以上验方仅供医师参考）

临 床提醒

要警惕老人久咳不愈

76岁的杨老先生一个多月前出现持续性发热、咳嗽、痰中带血等症状，前往某医院就诊后，按照医生开出的“支原体感染给予药物治疗”的方案治疗，却无好转。杨老先生心里惶惶不安，在病痛和焦虑中度过。家人商量后决定，带他去其他医院看看。

前不久，杨老先生来到笔者所在的医院就诊。在详细询问了他的病史后，根据他的口述症状和检查结果，笔者初步推测他的病应该不只是简单的支原体感染，很有可能合并细菌感染。随后，胸片和CT等相关检查结果也佐证了笔者的推论：患者为右下肺炎，并排除了结核病和肿瘤的可能。原来，支原体合并细菌感染引发的肺炎才是主要致病原因，折磨杨老先生多日的病魔终于被细心的医生揪了出来。

找到病因后，我们围绕治疗方案又与杨老先生进行了充分沟通，在仔细了解了他的身体状况后，决定针对当地主要细菌耐药特点，给予阿奇霉素联合第三代头孢菌素类药物进行治疗。用药当天，杨老先生的发热症状就被控制了。10天后，复查胸片显示，杨老先生80%的肺炎炎症已吸收。根据当地细菌耐药特点书写处方，取得了较好的治疗效果，目前，杨老先生已康复。

要做一名好医生、一名细心的医生，说起来容易，做起来难。好医生不仅要对患者深入了解病情的发展和变化，还要通过总结患者的治疗效果逐步积累经验，更要有严谨求实的工作作风、认真负责的工作态度，只有这样才能在技术上精益求精。（杨晓培 冯立中）

别弄混儿童肺炎和感冒

引发小儿肺炎的病因有流感、副流感、支原体、衣原体等病毒感染，也有肺炎链球菌等细菌感染。婴幼儿若患上肺炎不及时治疗，可引发抽搐、心力衰竭、呼吸衰竭、脏器衰竭等重症，严重的甚至危及生命。由于孩子的身体调节能力不完善，免疫力差，如果防护不当，孩子在受凉后、身体疲劳的情况下，细菌、病毒会乘虚而入，诱发呼吸道、胃肠道疾病。肺炎的某些症状又和感冒相似，但是肺炎进展快，病情重，如果把肺炎误诊为感冒，会延误病情，造成严重的后果。

以下细节可鉴别 发热情况 儿童患肺炎时大多有发热症状，体温多在38摄氏度以上，持续两三天时间，退烧药只能使体温暂时下降，不久便又上升。儿童感冒虽然也会发热，但体温多数在38摄氏度以下，持续时间较短，退烧药的效果也较明显。

咳嗽和呼吸情况 儿童肺炎大多有咳嗽或气喘，程度较重，常常引起呼吸困难。呼吸困难的表现为憋气、胸骨上窝、两侧鼻翼一张一合（鼻翼扇动），口唇发紫。一旦出现上述症状，提示病情严重，不可拖延。感冒引起的咳嗽或气喘一般较轻，不会引起

呼吸困难的。 精神状态 感冒的孩子多数精神尚可，就算发热时有点儿蔫，退烧以后会很快恢复精神。而患肺炎时，孩子的精神状态不佳，常出现烦躁、哭闹、昏睡或抽风等。 听呼吸音 由于儿童的胸壁厚，有时不用听诊器也能听到水泡音，所以可以在孩子安静或睡着时听听他的胸部。听儿童胸部时，要求室温在18摄氏度以上，脱去孩子的上衣，将耳朵轻轻地贴在孩子脊柱两侧的胸壁，仔细倾听。肺炎患儿在吸气时会听到“咕咕咕”的声音，称之为细小水泡音，这是肺部炎症的重要体征。 饮食状况 儿童感冒时，可能饮食量会有减少，但仍在正常范围内。发生肺炎时，儿童的食欲明显下降，甚至不吃东西、不吃奶。 睡眠状况 儿童感冒时，睡眠尚正常，而患肺炎后，儿童会睡不好，容易惊醒、爱哭闹。 病情发展 感冒多由病毒感染引起，通常四五天就能够自然缓解。反之，如果病情长时间不见好转，或有加重的趋势，就要警惕肺炎的存在了。（宋协国）



征稿

投稿邮箱：wsbcxyczk@163.com
联系电话：(0371)65589229
联系人：刘静娜
QQ：570342417
来信地址：郑州市纬五路47号院医药卫生报社
邮政编码：450003

（本版图片均为资料图片）



（高建忠）