

从中医时间医学探讨月经病治疗的周期规律

张 淼 方 玲

(天津中医药大学,天津 300193)

摘 要 中医时间医学就是用中医中的“天人合一”观点来阐述人的生理、病理变化与日夜、月份、季节等时间因素的关系,并将这种关系运用在对疾病的辨证论治当中,选择最佳时间治疗,从而使治疗结果事半功倍。从中医时间医学角度探讨月经周期的整体性和节律性,并以现代医学妇女内分泌周期变化验证其科学性和客观性,为在月经周期不同阶段选择最佳时机治疗月经病提供理论基础和临床应用依据。

关键词 时间医学 月经不调 中医药疗法 月经周期

中图分类号 R271.111

文献标志码 A

文章编号 1672-397X(2016)09-0012-03

中医时间医学是中医学重要组成部分,起源于远古时代,形成于秦汉时期,现已引起医学界的广泛重视。中医时间医学以“天人相应”的整体观为理论基础,认为人体的生理活动、病理变化等受气候环境、季节因素与日月推移等自然现象的影响,呈现规律性。顺应规律,选择适当时机治疗疾病,可事半功倍,提高疗效。

《内经》在疾病的治疗上提出“圣人之治病也,必知天时阴阳,四时经纪”,也就是要求医生在治疗患者的疾病前必须先将当时所处的月份、节气等时间因素考虑进去,才可以对患者的疾病进行辨证论治。“月始生,则血气始精,卫气始行;月廓满,则血气实,肌肉坚;月廓空,则肌肉减,经络虚,卫气去,形独居;是以因天时而调血气也,是以天寒无刺,天温无凝,月生无泻,月满无补,是谓得时而调之。”这是《素问》中提到关于人体生理与时间具体的变化关系。《灵枢》当中更是强调指出:“毋逆天时,是为至治。”由此我们可看出时间在中医治疗当中充当着必不可少的角色。所以,现代可以用时间医学论述人体生理病理,在治疗时加入对时间的思考。与时间医学密切相关的学说也很多,例如阴阳五行、天人相应、五运六气、子午流注等学说。因此对于中医时间医学与月经周期的关系也要从生理、病理及治疗的角度进行思考。

1 中医时间医学与月经生理的节律性

《内经》当中论述女子能够正常月经来潮主要是因为“肾气盛,天癸至,任脉通,太冲脉盛”。“经者常候也,谓候其一身阴阳之愆状”,根据陈自明所

说,在一个月经周期内女子体内阴阳消长变化也是有一定规律的,这也符合时间医学的节律性。因此,《灵枢·岁露》曰“人与天地相参也,与日月相应也”,《素问·八正神明论》曰“因天时而调血气也”,这是对中医学“天人相应”理论中“因时制宜”治则的高度概括。《本草纲目》云,女子以血为本,月经为气血所化生,其气血的生长、盛衰,这种节律性变化与古代“天人相应”的理论相一致。生理上根据女子在月经周期中具有节律性的阴阳消长变化,将月经周期分为月经期(月经周期 1~4d)、卵泡期(月经周期 5~12d)、排卵期(月经周期 13~15d)、黄体期(月经周期 15~24d)、月经前期(黄体退化期,月经周期的 25~28d)。非经期,冲任、胞宫气血运行如常。月经期胞宫、冲任、血海发生变化,血海由盈而亏,气血由实而虚,十二经气血下注冲任、胞宫而形成月经。

月经周期不同阶段人体气血阴阳各有不同:经前期阴精渐消,阳气渐长,直至重阳。肾阳渐旺以温煦胞宫为孕卵着床、发育提供条件;经期处于阳消至极,阴精渐长的阶段,呈现“重阳转阴”的特征。胞宫作为“奇恒之腑”的功能是泄而不藏,以通为用,所以此时旧血应时而去,新血始生;经后期月经刚刚结束,血海空虚,其特点是阴精逐渐增长,阴长至盛,才能鼓动肾阳,由肾所主^[1]。正如傅青主所说:“且经原非血也,乃天一之水出自肾中”;经间期冲任阴精充实,阳气渐长,此期是由阴盛向阳盛转化的生理阶段。

现代医学研究发现,在月经期、卵泡期、排卵期、黄体期不同阶段妇女的体温、物质代谢、血糖、

基金项目:全国教育科学规划课题,基于中药产业人才需求的产学研结合运行模式研究(FFB108139)

体重等都随月经周期的变化而变化。借助测量基础体温,分析月经周期不同阶段周期性的变化,发现正常月经周期的前半期(从月经第1天至排卵)稍低($36.4^{\circ}\text{C}\sim 36.5^{\circ}\text{C}$),排卵前或排卵期最低,排卵后上升,高于卵泡期约 $0.3^{\circ}\text{C}\sim 0.5^{\circ}\text{C}$,至月经前1~2天或月经第1天下降,降幅约 $0.3^{\circ}\text{C}\sim 0.5^{\circ}\text{C}$ ^[2]。基础体温能间接地反映女性卵巢功能节律性变化,它又有助于辨别月经周期的各个阶段,因此对妇科各类月经病的诊疗也有一定指导意义。

2 中医时间医学与月经病理的周期性

笔者认为,围绕月经周期而发生的疾病,在月经周期的不同阶段其病理机制不尽相同,如:乳癖,本病的特点突出表现为乳房肿块与疼痛两大主症。经前期,为乳房组织从增殖转入复原期,此时标实最重,当调理祛邪消肿为主,以减少乳房充血水肿。经后期,乳腺组织由增殖转为复旧,此时经血外泄,肝气得疏,冲任处于相对静止状态,则以调养肝血,促其封藏。故同一疾病在月经周期不同阶段周期性发生变化。

临床上关于月经周期性的病理状态伴随月经周期节律性的阴阳变化多表现为月经前期、月经后期、月经先后不定期和经间期出血等周期性紊乱:

2.1 月经前期 月经周期提前7天以上,甚至10余日一行,连续2个周期以上者,其病因病机分为气虚、血热两种。《妇人大全良方》中提到“过于阳则前期而来”,这是对于血热病机的描述,由此可以将血热视为“过于阳”即肾阳亢盛。关于气虚的病机,在《冯氏锦囊秘录》中对气的描述“气之根,肾中之真阳也”,所以气虚等同于“肾中之真阳虚”,即肾阳虚。将本病的病机分析后,发现均与肾阳相关,对应月经周期的生理情况即发现月经前期的病因病机发生的时间段处于经前期阳生阶段,所以在治疗时尤应注意在此时用药。

在辨证时,虽两者都与肾阳相关,但一为肾阳虚、一为肾阳盛,所以两者应进行鉴别。《傅青主女科》中关于两者的鉴别是这样描述的:“夫同是先期而来,何以分虚实之异?先期者火气之冲,多寡者水气之验。故先期而来多者,火热而水有余也;先期而来少者,火热而水不足也。”由此可以知道月经的量多或量少可以用作鉴别两种病机。同时还可以借助脉象,气虚者脉多弱,血热者脉多数;气虚者多见虚象,血热者多见热象。

2.2 月经后期 月经周期延后7天以上,甚至3~5个月一行者。在临床上,将此病的病因病机分为肾虚、血虚、血寒、气滞4种。

肾虚可以有肾阳虚、肾阴虚、肾气虚等分型,对应

月经周期的生理情况可以发现肾虚所导致的月经后期可以出现在经前期、经后期、经间期、行经期任一个阶段。因此对应用药时间也就多变,应具体分析。

血虚所导致的月经后期,可以归于经后期的病变,“血之根,肾中之真阴也”,《冯氏锦囊秘录》中对于血的本质进行了如此描述。由此可以看出血虚即肾之真阴虚,即经后期阴长阶段不足,因而导致月经后期。同理,血寒也可归于此阶段。《妇人大全良方》对血寒的描述为“过于阴则后时而至”,由此可以看出经后期肾阴增长过快以致肾阴过亢抑制阳气,从而导致月经后期。

气滞是指气行不畅,气为血之帅,气不行则血不行,旧血不行则新血难生,所以导致月经后期。对应月经周期的生理,气滞的影响作用主要出现在行经期。所以在治疗时应注意行经期的用药。

2.3 月经先后不定期 月经周期提前或延后7天以上,连续3个周期以上者。在临床上,将此病的病因病机分为肝郁证和肾虚证。

肾虚导致的月经先后不定期与肾虚导致的月经后期其机理相同。肝郁导致气滞,所以肝郁证与气滞证的机理大致相同,它的病变时间也是行经期。这两者的鉴别主要是在病位,肾虚证主要以腰部症状为主,肝郁证主要以胁肋部的症状为主。

3 中医时间医学与月经病辨治的整体性

人和自然是一个有机的整体,人体的生理活动和疾病的变化受四季寒暑影响而发生变化,呈现一定的规律性,如夏季为阳气最盛之季,冬季为阴气最盛之季。在月经周期中人体气血易受冬夏阴阳之气所伤,而致寒凝血瘀或热灼血结,因此在治疗时应注意季节变化与用药配伍。

季节会影响女子的月经,在古代中医妇科著作中也有涉及。《女科证治准绳》中云:“阳胜阴则血流散溢,经所谓天暑地热,经水沸溢,故乍多而在月前;阴胜阳则包藏寒气,血不营运,经所谓天寒地冻,水凝成冰,故乍少而在月后。”从这句话当中可以看到在夏天或是天气炎热之时,女子的经期容易提前且量易增多;在冬天或是天气寒冷之时,女子的经期容易滞后且量易减少。所以在临床上治疗月经周期紊乱时,应注意与当时的季节气候联系起来。《济阴纲目》中也体现出武之望治疗月经病运用四物汤时常常会进行加减变化。四物汤由当归、熟地黄、芍药、川芎四味药组成,武之望认为四物汤可以用来治疗女子由于冲任虚损所致的月经周期紊乱。但是在使用时一定应随症化裁:治疗血热所致的月经周期紊乱时用四物汤加黄连等清热药;治疗

(下转第15页)

应注意健脾益气,以助津液生成,进而濡养精髓,使髓充盈。临床多选用生黄芪、党参、石斛、白术、怀山药等药物以益气健脾,以助脾胃运化,使津液生化不绝。此法虽属补法,但不同于传统滋肾为主,而是重在健脾。值得注意的是,由于脾失健运,水液极易停聚而生湿浊之气,故此法用药多与祛湿之品相伍为用,如黄芪配苍术,生白术配茯苓等。同时,健运脾胃不仅可促使体内津液得化,髓液得养,而且可以有助于填精生髓之药更好地运化吸收,不至于滋腻碍胃。

3.2 清热固髓 机体外感热邪,或过食辛辣厚味,积滞化热,或体内五志过极化火,灼伤阴液,必致不能濡养诸髓,如《素问·痿论》中所云:“水不胜火,则骨枯而髓虚。”临床可见急躁易怒,失眠多梦,头晕头痛,面赤,便秘溲赤,舌红,苔黄,脉弦滑数尺沉。此时宜采用清热之法,以顾护阴液,充髓益骨。临床应用如黄柏、黄芩、知母、白头翁、黄连、丹皮、栀子、虎杖等药物,亦取“苦能坚阴”之意。同时,由于热邪久羁于体内,灼伤阴精,临床可同时见口干、耳鸣、腰膝酸软、五心烦热、左脉寸尺沉象,此时可酌情配以女贞子、旱莲草、石斛、桑椹等益阴之品。

3.3 化痰益髓 津液停聚化痰,不能濡养诸髓,此时不能一味地补肾,而应重在治痰,化痰即益髓。临床中常见肥胖患者腰膝酸软,颈部酸痛,头晕耳鸣,骨密度减低,同时有血脂代谢的紊乱,苔腻,脉象可见左脉寸尺沉而关上滑,故治疗多化痰,方以温胆

汤加减。此法运用需注意三个问题,一是因脾为生痰之源,故宜酌加白术、苍术、陈皮等运脾之品;二痰有寒热之分,故化痰有温化和清化之分。叶天士云:“太阴脾土得阳始运。”无热象者在临床用药时可在温胆汤的基础上,酌用制南星、石菖蒲、远志等药,同时配以辛温燥湿之药如砂仁、白豆蔻、厚朴等以醒脾温脾燥湿,使太阴脾土得阳升发。而兼有口中黏腻、舌红苔黄腻、脉滑数之象者,多采用清化法,即加重竹茹药量,并配以天竺黄、胆南星等。三因为湿和痰均是津液停聚的产物,彼此的治疗存在一定的相通之处,故化痰宜做好通经络之痰和化脏腑之痰的有机结合,尤其是注意选用传统祛风湿通络药,如威灵仙、秦艽等药,可畅通经络津液停聚,更有助于液的运行,从而使髓液得养。

在髓病的治疗过程中,如能在传统辨证补肾的同时,从液髓关系入手,灵活运用上述诸法,或可以收到更好临床疗效。

参考文献

- [1] 刘伟,王新陆.泛髓论[J].中医药学刊,2005,23(12):2176.

第一作者:杜庆慧(1989—),女,硕士研究生,从事中医药治疗神经系统疑难疾病的临床与基础研究。

通讯作者:刘伟,博士,副教授,副主任医师,硕士研究生导师。lw_1369@163.com

收稿日期:2016-05-29

编辑:吕慰秋

(上接第13页)

血寒所致的月经周期紊乱时用四物汤加肉桂等温补药……由此可以看出武之望在治疗月经病时也是注意到季节寒热等因素,并在其治疗配伍当中有所体现。同时傅山在《傅青主女科》中也指出外感寒邪易侵袭肝、脾、肾,则肝不能藏血,脾不能统血,肾不能正常开合,故月经后期。所以傅山的治疗大法善于调理气血冲任,同时又注重外来寒湿之邪,治疗应利湿且温寒,将寒湿之邪祛除体外,从而使经水自调。^[3]

随着自然界四季更替,昼夜变更,人的生理功能具有日节律、月节律、年节律、超年节律的周期性变化……这是体现在人体生理上的“天人相应”。同样人在病理状态下,也具有一定的节律性变化规律。所以在临床当中也应从整体性、周期性、节律性多角度辨证论治,遣方用药,方能将临床的药效发

挥到最大程度。

参考文献

- [1] 杨丙辰.中医中药调理月经周期疗法与时间治疗学[J].中医药学报,1987,15(2):20.
[2] 陈怡,黎烈荣.月经周期各阶段基础体温变化与中医辨证关系浅析[J].湖北中医杂志,2009,31(3):27.
[3] 韩延华,韩延博,冯华.《傅青主女科》对中医妇科临床的贡献[C].中华中医药学会第九次全国中医妇科学术大会论文集.2009:435.

第一作者:张森(1995—),女,本科生,中医学专业。

通讯作者:方玲,副教授,硕士研究生导师。13602177326@139.com

收稿日期:2016-05-09

编辑:傅如海