DOI:10.13288/j.11-2166/r.2002.12.046



两次大于 25μg/L 即可诊断为高催乳素血症。在子宫出血当中，以月经先期甚或崩漏为常见，而其中主要是不排卵，B 超提示卵巢无优势卵泡，可伴有不同程度的高催乳素血症，循环血液中儿茶酚胺浓度由于运动员在最大运动期去甲肾上腺急剧升高可引起 LH 脉冲式释放中断而导致异常出血，因此应注意运动员的体质特点、训练强度、心理应激反应、人格特征与月经周期之间的关系，从心身医学角度诊断本病的准确性。

在治疗方面，本病以实证居多，肝郁为其基本病理，故从肝论治对运动性月经失调具有重要意义。临床上催乳素增高与肝郁呈明显的正相关，我们用调肝 Ⅰ 号与调肝 Ⅱ 号分别治疗肝郁气滞型和肝旺郁热型，调肝 Ⅰ 号冲剂由娑罗子 10g，月季花 6g，八月札 10g，生地黄 15g，炒赤芍、炒白芍各 10g，炙甘草 6g，生麦芽、焦麦芽各 20g，生山楂 30g，制香附 10g，卷柏 15g 组成，能宣畅气血、散结调经，组方突出养其肝阴之体，疏其肝木之用。临床用该冲剂治疗月经量少、闭经有降低 PRL 作用，其机理与直接作用于垂体分泌 PRL 细胞、刺激多巴胺受体有关。调肝 Ⅱ 号冲剂由玫瑰花 6g，牡丹皮炭 10g，白蒺藜 15g，淮小麦 30g，磁石 30g，生蒲黄 15g（包），马齿苋、重楼各 30g，石菖蒲、焦栀子各 12g 组成，能清肝凉营，调冲固经，组方突出刚柔相济，动静结合。临床用该冲剂治运动性子宫异常出血，具有明显缩短出血时间和控制经量的效果。同时嘱患者忌服胃复安、吗丁啉类西药，避免诱发高催乳素血症。针刺对运动性月经失调具有良好的实用性，根据本病与“肝”关系最密切，且与胞宫、冲脉、任脉相关，选用百会、气海、阳陵泉、太冲、足三里、大赫为主穴，闭经加血海，经量多加三阴交，溢乳加郄中，面部痤疮加行间，手法用 30 号 1.5 寸毫针，隔日 1 次，每次留针 20 分钟，12 次为 1 个疗程，取捻转补泻法，据观察，临床有效率在 80%左右。

江苏省南通市中医院（226001） 姚石安

**过敏性鼻炎应用何法治疗？**

**答**：过敏性鼻炎，中医称“鼻鼽”。以阵发性鼻痒，连续喷嚏为其特征，并伴有咽痒、鼻窒、失嗅、流涕、眼痒等症状，感冒时可加重。

本病之本，指特异体质，常见的是肺脾气虚，肺气虚，卫外功能不固；脾气虚，抗邪之力不足，故遇感即一触而发。本病之标，指外感因素，如风寒、风热、湿热之邪及某些致敏之物上干于肺，致使肺气郁闭，宣肃之令不行，而见以鼻窍为主的病证。

对本病的治疗，笔者认为应标本并治。治标可外用熏洗疗法，以通降肺气，宣开鼻窒。药用：桑叶 9g，菊花 9g，薄荷（后下）5g，蔓荆子 10g，苍耳子 10g，川芎 6g，辛夷 6g，白芷 9g。每日 1 剂，水煎 2 次，趁热熏洗鼻腔（头上覆盖枕巾，使热气聚集于内，熏后，用消毒纱布蘸药水清洗鼻腔），每次约 10～15 分钟。可连续 15～20 天。本方辛凉与辛温并用，有祛风散湿作用。治本，以补益脾肺之气为主，可内服补中益气丸（浓缩丸），每服 10 粒（儿童酌减），1 日 3 次，连续服用 1～3 个月。此药常服有增强免疫力、抗感染及改善变态反应体质的作用。笔者运用此法治疗本病 20 余例，其中中青年 18 例，儿童 4 例，在 2～4 个月以内治愈者 19 例，余 3 例服补中益气丸达半年之久始愈。

江苏省仪征市中医院（211400） 孙 浩

**怎样选择外治法治疗便秘？**

**答**：便秘为临床常见病，多见于中老年人。笔者在临床中，习用外治法治疗便秘，效果尚可，现介绍如下。

1 摩脐疗法：取坐位或立位，右手手掌放于脐上，左手掌放于右手背上，在小腹部顺时针方向揉动，揉 5 分钟，然后按逆时针方向再揉 5 分钟，共做 10 分钟，每日早晚各做 1 次，连续 2 周。

2 肚脐呼吸法：可在站、坐、卧、行时进行。默念吸气时收腹，气经脐孔进入胸腑，呼气时鼓腹，气由胸腹经脐孔而出。只要坚持一段时间，则会感觉腹部发热，肠鸣音增强，呼吸深大平顺，心情愉快，食欲增强，从而大便转为正常。

3 医疗体操法：医疗体操以腹部运动为主，可选用下列 3 节练习，每天进行 2～3 次。屈腿运动：仰卧位，两腿同时屈膝提起，使大腿贴腹，然后还原，重复十几次。举腿运动：仰卧位，两腿同时举起，然后缓慢放下，重复十几次。“踏自行车”：仰卧位，轮流屈伸双腿，模仿踏自行车运动，动作要快而灵活，屈伸范围尽量大，时间为 20～30 秒。

4 意想运气法：当解大便解不出时，思想要镇静，集中注意力，排除杂念，舌抵上腭，吸气时深收，呼气慢慢由口轻轻吹出，同时意想此气到小腹，到达直肠，直推肠中的大便，这样不断意想呼出之气推动大便下行。

5 手穴刺压法：取牙签 5 根，用胶布捆紧，使其尖部呈梅花状，然后加压大肠穴（食指上节横纹中点）、小肠穴（食指中节横纹中点）、并可与三焦穴（中指中节横纹中点）、肾穴（小指上节横纹中点）、肝穴（无名指中节横纹中点）相配伍，双手交替治疗。每次 3～5 分钟，每日 2 次，连续 2～3 天。一般按压第 2 天即可见腹内肠蠕动感觉，第 3 天即可见大便排出。为巩固疗效，防止便秘，可每日连续按压。

6 涌泉敷药法：大黄 5～10g。将大黄研为细末，醋调为稀糊状，置伤湿止痛膏中心，贴双足心涌泉穴，压紧，10～15 小时后取下，一般用药 2 次即效。配合贴脐孔亦可。大黄含蒽醌类化合物，敷贴后通过皮肤吸收，可刺激大肠，增加蠕动促进排便。

7 肚脐贴药法：大黄、芒硝各 5g。将大黄研为细末，与芒硝混合均匀，清水适量调为稀糊状，放于肚脐孔处，外用敷料包扎，胶布固定，每日换药 1 次，一般用 1～2 次即效。

湖北省远安县中医院（444200） 胡献国

（上接第 942 页）

影响. 中华结核和呼吸杂志，1994，17(5)：308－310.

7 戴令娟，侯杰，蔡后荣，等. 川芎嗪当归治疗肺间质纤维化的实验研究. 中华结核和呼吸杂志，1996，19(1)：26－28.

8 Behr J，Maier K，Degenkolb B，et al. Antioxidative and clinical effects of high－dose N－Acetylcysteine in fibrosing alveolitis. Am J Respir Crit Care Med，1997，156：1897－1901.

9 刘晓滨，姜晓姝，周亚滨，等. 活血化瘀，益气养阴法对实验性肺纤维化 LPO 和 SOD 的影响. 中国中西医结合杂志，1994，14(12)：733－735.

10 蔡永敏，任玉让，王黎，等. 最新中药药理与临床应用. 华夏出版社，1999：303－315.

(C)1994-2021 China Academic Journal Electronic Publishing House. All rights reserved. http://www.cnki.net