

## • 当代名医 •

## 王晖月经周期四调法阐介

杨立波<sup>1\*</sup> 陈 靛<sup>2</sup> 陈霞波<sup>3</sup> 王建康<sup>3</sup> 周 开<sup>3</sup>  
 龚文波<sup>3</sup> 张 业<sup>3</sup> 顾颖杰<sup>3</sup> 唐可伟<sup>3</sup> 指导:王 晖<sup>3</sup>

(1. 宁波市鄞州区石碶街道社区卫生服务中心, 浙江省宁波市雅戈尔大道 143 号, 315153;

2. 宁波市江北区姚江社区卫生服务中心; 3. 浙江中医药大学附属宁波市中医院)

基金项目: 国家中医药管理局全国名老中医传承工作室基金资助项目

\* 通讯作者: yanglibody@163.com, 13566631417

[摘 要] 月经周期是女性生殖生理过程中阴阳消长、气血盈亏规律性变化的体现。介绍王晖月经周期四调法, 该法遵宗《黄帝内经》“谨守病机”, “谨察阴阳所在而调之, 以平为期”之旨, 针对妇人月经周期的病机病理, 即势调、养调、疏调、平调四法, 谨察阴阳, 西为中用, 分期论治。

[关键词] 月经周期; 四调法; 名医经验; 王晖

王晖(1941—), 男, 宁波市中医院主任医师, 第三批全国老中医药专家学术经验继承工作指导老师。1967 年毕业于浙江中医学院, 从事中医临床和教学工作 40 余年。擅长运用中医“气学”理论治疗糖尿病、冠心病、更年期综合征、眩晕综合征、湿温病、情志失调病、高脂血症、胆胃病等多种疾病。发表论文 60 余篇, 出版专著 6 部, 获浙江省中医药科技进步三等奖 2 项。

月经周期是女性生殖生理过程中阴阳消长、气血盈亏规律性变化的体现, 由行经期、经后期、经间期、经前期 4 个不同时期的生理节律构成<sup>[1]</sup>。从现代医学的角度, 月经周期分为月经期、卵泡期、排卵期、黄体期。在各个时期, 其病机病位、临床表现、治则方药均有所不同, 应根据其各期特点, 系统分析, 全面考虑, 才能达到理想效果。现将王老师月经周期四调法介绍如下。

### 1 势调法

此法适用于月经期。现代医学认为, 此期子宫肌层收缩, 内膜血流减少, 促使内膜组织变性、坏死。变性、坏死的内膜组织与血液相混排出, 形成经血。一般月经期无特殊症状, 但经期由于盆腔充血及前列腺素的作用, 有些妇女出现下腹部及腰骶部下坠不适或子宫收缩痛, 并可出现腹泻等胃肠功能紊乱症状。少数妇女可有头痛及轻度神经系统不稳定症状<sup>[2]</sup>。此时天癸既至, 任通冲盛, 血室正开, 血海由满而溢, 阳气下泄, 呈现“阳泄阴流”之征。倘若机体生理功能失调, 则月经的色、质、量、味及行经时间亦有所变。此期承上启下, 至关重要, 使得月经周期循

环往复, 如环无端。既为一个周期的结束, 也是新周期的开始。故而在治疗上应以势调为法, 因势利导, 推陈出新, 使胞宫排血通畅, 气血调和, 以达去陈布新之功。选方丹栀逍遥散、四物汤等加减。药用: 牡丹皮、焦栀子、当归、白芍、茯苓、白术、柴胡、薄荷、甘草、川芎、香附等。若烘热汗出、经血色红量多, 脉弦滑者, 加生地、女贞子、墨旱莲、鳖甲等滋阴调经之品; 若头晕乏力, 血淡量多不止, 脉细虚者, 改生地、艾叶炭、炮姜炭等养血止血之品; 若腹痛夹块, 胸部胀满, 量少色黑, 舌红脉弦者, 加桃仁、红花、丹参、蒲公英、青皮、陈皮、月季花、三棱、莪术等疏肝解郁、活血通经之品; 若经期大便溏薄, 每日数次, 脉沉缓者, 加白扁豆、薏苡仁、肉豆蔻等健脾温肾之品。

### 2 养调法

此法适用于卵泡期中后期。现代医学认为, 此时卵泡发育趋于成熟阶段, 在雌激素作用下, 子宫内膜腺体和间质细胞呈增殖状态, 一般为月经周期第 5~14 日<sup>[2]</sup>。此期带下偏少, 一般无明显不适感。少数女性出现神疲乏力, 畏寒肢冷, 倦怠腰酸, 头晕耳鸣等临床表现。此时血室藏而不泻, 肾气始发, 血海空虚渐复, 精血耗伤徐盈, 冲任孱弱逐充, 呈现“阴尽阳初”之征。此期应以养调为法, 养血益气, 调理冲任, 促进阴长源充, 为阴生阳长奠定基础。选方以八珍汤、归芍六君子汤、圣愈汤、归芍地黄汤、养精种玉汤等加减成方。药用: 人参、白术、茯苓、甘草、川

芎、当归、熟地黄、白芍、陈皮、山萸肉等。若神疲乏力,面色苍白或萎黄,脉细虚者,重用人参,加黄芪、山药等大补元气、健脾固本之品;若四肢畏寒,腰脊酸软,舌暗淡,脉沉细虚者,加肉桂、菟丝子、杜仲、桑寄生等补肝益肾、温补肾阳之品;若头晕耳鸣,双目干涩,五心烦热,腰膝酸软,舌红少苔,脉细数者,加枸杞子、龟甲、地骨皮、女贞子、墨旱莲等滋阴补任,壮水填精之品。

### 3 疏调法

此法适用于排卵期。现代医学认为,此期为卵泡期和黄体期的分隔,是指卵细胞被排除的过程,多发生在下次月经来潮前14天左右<sup>[2]</sup>。此期白带量增多,偶有少腹胀痛,腰酸乏力之感。少数女性出现白带异常,或伴有阴道少量出血等临床表现。此时有锦丝带下,津津常润,血室藏泻有度,若两神相搏,合而成形,便成胎孕,故此期呈现阴生阳长之征。此期应以疏调为法,疏通血气,促进排卵。选方以逍遥散、二至丸、二子二仙汤、归芍六味丸、归芍异功散等加减成方。药用:枸杞子、当归、白芍、白术、茯苓、薄荷、柴胡、甘草、陈皮等。若腰膝酸软,耳鸣神疲,脉沉细虚者,加六味地黄丸、杜仲等滋阴补肾之品;若畏寒怕冷,四肢不温者,加仙茅、淫羊藿、菟丝子等补肾助阳之品;若少腹胀痛者,加延胡索、香附、川芎、丹参等活血化瘀、行气止痛之品;若带下量多,色黄质稠,有异味者,加黄柏、牡丹皮、焦栀子、淡竹叶、牛膝、滑石等清热利湿止带之品;若带下量多,色白质清,绵绵不断,面色苍白,神疲倦怠者,重用白术,加苍术、山药、荆芥、车前子等健脾益气,除湿止带之品;若排卵期阴道少量出血,色红质稠,伴五心烦热,夜寐不安者,加生地、牡丹皮、女贞子、墨旱莲、地骨皮、荆芥炭、侧柏叶等滋肾养阴、凉血止血之品。

### 4 平调法

此法适用于黄体期。现代医学认为,此时子宫内膜继续增厚,呈分泌反应,血管迅速增加,更加弯曲,间质疏松水肿,含丰富的营养物质,有利于受精卵着床。一般为月经周期第15~28天<sup>[2]</sup>。此期少数女性易出现烦躁少寐,面部发疹,两乳作胀,小腹坠胀,腰酸乏力,带下增多等临床表现。此时阴阳俱盛,若已受孕,精血汇聚,备以养胎,经停不潮;若未受孕,阴血已充,阳气内动,血室满溢,以待月经来潮,阳泄阴流,故而呈现“阴盛阳旺”之征。此期应以平调为法,平衡阴阳,和调气血,促进黄体成熟,为妊娠或月经来潮打下基础。选方以复方二仙汤、金匱

肾气丸、加味丹栀逍遥散、归芍六味地黄汤合二至丸加减成方。药用:仙茅、淫羊藿、知母、黄柏、黄芪、当归、生地黄、甘草、白芍等。若烦躁易怒,胸闷乳胀,多思善虑,少腹坠痛者,加柴胡、郁金、青皮、蒲公英、香附、川芎、丹参等疏肝解郁、清热化火之品;若胃脘痞胀,暖气则舒者,加木香、陈皮、枳壳、佛手等宽胸理气之品;若夜寐不安,面肤发疹,小便色黄者,加酸枣仁、紫草、浮萍、莲子心、淡竹叶等清心导赤,凉血安神之品;若四肢畏寒,小腹冷痛者,加肉桂、补骨脂、乌药、小茴香等温肾助阳之品;若腰酸乏力,五心烦热者,加六味地黄丸、女贞子、墨旱莲等补肾凉血之品。

### 5 典型病例

患者,女,42岁,2012年5月30日初诊。主诉:月经量少,伴有异味3个月。初潮年龄14岁,月经周期30天,经期5天,量中,色暗,有小血块,偶有痛经。近3个月来,行经期经量偏少,色暗,伴有异味,偶有血块,5天即净,周期正常。经来神疲乏力,烦躁易怒,自觉口臭。面部灰滞,色素沉着,体型偏胖。就诊时本次月经适来2天。胃纳可,夜寐浅短,易醒梦扰,小便调,大便不畅,舌质淡红,苔薄白,脉象弦细。妇科检查无明显异常。中医诊断:月经过少。证属肝肾阴虚,湿热阻络。治宜滋肝养肾,清利湿热,考虑月经方潮,因势利导,推陈出新。方用丹栀逍遥散加味。处方:牡丹皮15g,当归15g,赤芍20g,柴胡12g,茯苓15g,生白术12g,甘草5g,丹参30g,焦栀子15g,蒲公英30g,生地黄30g,玄参30g,桃仁15g,枳壳15g。7剂,水煎服。

2012年6月6日二诊:服用上方2剂后,经量略见增加,经期烦躁易怒减,2012年6月4日月经干净,未见血块,异味感依然,大便稍通,口臭减,神渐振,夜寐未见改善,胃纳可,小便调。舌质淡红,苔薄白,脉象弦细。考虑月经方净,阴尽阳初,血海不充,应以养调为主。治宜补益气血,调理冲任。方用八珍汤加减。处方:太子参20g,白术15g,茯苓12g,甘草5g,川芎12g,当归15g,生地黄20g,炒白芍15g,炒麦芽30g,炒山楂20g,神曲12g,厚朴15g。7剂,水煎服。

2012年6月13日三诊:服用7剂后,精神渐爽,夜寐渐深,大便畅通,口气清爽,面色转润,色素渐淡,胃纳可,小便调。舌质淡红,苔薄白,脉细。考虑时值排卵期,阴生阳长,宜以疏调为法。治以疏通血气,促进排卵。方用二子二仙汤合大补元煎加减。

处方:仙茅 15 g,淫羊藿 20 g,枸杞子 20 g,党参 15 g,山药 30 g,生地黄 30 g,炒当归 15 g,黄芪 20 g,山萸肉 15 g,延胡索 30 g,甘草 5 g。7 剂,水煎服。

2012 年 6 月 20 日四诊:药后,诸症悉减,神振寐安。舌质淡红,苔薄白,脉细。时值黄体期,阴盛阳旺,以平调为法。治以平衡阴阳,和调气血。方用归芍六味丸合二至丸加减。药用:当归 15 g,炒白芍 20 g,生地黄 30 g,山茱萸 15 g,山药 30 g,牡丹皮 12 g,泽泻 10 g,茯苓 15 g,女贞子 30 g,墨旱莲 15 g,酸枣仁 20 g,小麦 30 g。7 剂,水煎服。

2012 年 6 月 27 日五诊:适逢月经来潮,月经量中,色红,异味消失,未见血块,自觉神振心宁,口中清爽。面色转润,色素变淡。四调之后,盖冲任渐趋流利,以逍遥散养血健脾,轻清疏解,理气达郁,以善其后。随访 2 个月,诸症均未见反复。

按:四调法属于时间医学的范畴,概而论之,根本源自古人对天地阴阳和天人合一理论的认识。根据人体阴阳涨落更替之势,进一步完善肾—天癸—冲任—胞宫轴。患者年近更年期,孕 5 流 3,血海空虚,阴血不足,内膜受损,久病必瘀,则经量偏少,色

暗,偶有血块;体型肥胖,胖人多痰湿,痰湿内停,遏阻中焦,郁久化热,则有口臭;下走胞宫,痰瘀互搏,则经血有异味;再则体阴亏耗,无以濡养肝体,疏泄失常,肝郁气滞,则经期烦躁易怒,面部灰滞,色素沉着,大便不畅,脉象弦细。综其症状,肝脾肾皆虚,阴阳气血皆失调,病机复杂。考虑初诊时月经方潮,故而先以势调为法,因势利导,疏肝解郁,祛瘀生新、清热利湿、泄浊清滞,以期血海满盈之时。二诊以养调为法,补气养血,健脾和胃,以充血海。三诊以疏调为法,疏通气血,促进排卵。四诊以平调为法,平衡阴阳,和调气血。五诊因冲调任通,诸症已罢,故去清热凉血之品,养血健脾,轻清疏解,理气达郁,以固其效。

#### 参考文献

- [1]张玉珍. 中医妇科学[M]. 2 版. 北京:中国中医药出版社,2002:18.
- [2]乐杰. 妇产科学[M]. 7 版. 北京:人民卫生出版社,2008:14-16,20-21.

(收稿日期:2012-09-24;修回日期:2012-11-14)

[编辑:洪涛]

## 全国第八届中西医结合治疗肝病高级研修班通知

由中华中医药学会、中医杂志社、北京东方中医药培训中心主办,河北中医肝病医院协办的“全国第八届中西医结合治疗肝病高级研修班”定于 2013 年 9 月 13—16 日在河北中医肝病医院举办。本期高级研修班的办学宗旨是:浓缩中西医结合治疗肝病理论与实践精华,突出临床实用经验,使学员在短期内获得该领域内名老中医诊治经验以及最新的肝病研究治疗新动态。本次研修班将邀请国内知名肝病专家教授重点传授自己在临床工作中的治疗经验及行之有效的中医传统专方、验方,并将介绍治疗肝病中药研究进展方向等。凡参加学习者将获得中华中医药学会、北京东方中医药培训中心联合颁发的结业证书,并获国家 I 类继续教育学分证书。现将有关事宜通知如下:

一、时间安排:9 月 13 日(星期五)全天报到;9 月 14—15 日专家讲座及交流;9 月 16 日返程。

二、培训地点:河北省石家庄市河北中医肝病医院

三、交通路线:1. 石家庄火车站售票厅外停车场有河北中医肝病医院班车(每天 10 趟)免费接送,接站电话:0311-88786114。

2. 石家庄火车站乘 148 路公共汽车至正定汽车站转乘 132 路公交车到河北中医肝病医院下车;或石家庄博物馆乘 130 路公共汽车到河北中医肝病医院站下车。

3. 石家庄京石高速公路正定出口处下车至河北中医肝病医院。

4. 乘飞机者从石家庄机场乘民航班车或的士到河北中医肝病医院(该院位于机场与石家庄市中心之间的京石高速公路正定出口处)。

四、收费标准:980 元(包括学费、资料费、学分证书费、餐费及考察费等),住宿费自理。

五、注意事项:报到时请带身份证和 1 寸照片 1 张(制作证书用)。

六、咨询电话:0311-88788272,88788046,13091000293,邮箱:zygbyy@126.com。

七、联系人:刘素敏、张涵