



# 臺北市立聯合醫院藥訊

發行人：張聖原

主編：藥劑部

總編輯：楊淑瑜

執行編輯：張婉珍

地址：臺北市大同區鄭州路 145 號

電話：(02) 2555-3000 轉 2091

創刊：94 年 3 月 15 日

101 年 9 月第 91 期

## 本期專題

中醫婦女專題：善待「好朋友」首重經期保養

## 中醫婦女專題：善待「好朋友」首重經期保養

撰稿：吳宿真藥師；校稿：樓亞洲科主任、吳宗修組主任

### 壹、前言

女性由女童至具有生殖能力的女人，要面臨的就是來經，再來就是懷孕、生子以及更年期。「黃帝內經 素問」上古天真論篇第一，闡明女子在不同階段的生理變化。「女子七歲腎氣盛，齒更髮長；二七而天癸至。任脈通，太冲脈盛，月事以時下，故有子。三七，腎氣平均，故真牙生而長極。四七，筋骨堅，髮長極，身體盛壯。五七，陽明脈衰，面始焦，髮始墮。六七，三陽脈衰于上，面皆焦，髮始白。七七，任脈虛，太冲脈衰少，天癸竭，地道不通，故形壞而無子。」<sup>1</sup>所謂天癸即陰精，藏于腎，腎屬水（癸亦屬水），由先天之氣，蓄極而生，故謂陰精為天癸，也可以說是性荷爾蒙分泌或月經。

### 貳、婦女經期常見的病症與中藥的應用

一般婦女常見和月經有關的病症有：經期不適（經行頭痛、痛經）、經期乳脹、經期不規

則（經期先期、月經錯後）、月經太密集、經行泄瀉、月經量少、閉經、功能性子宮出血、月經過多、崩漏、子宮內膜異位、子宮肌瘤、卵巢囊腫等症。

以下依病症分類說明用藥，同時介紹一些常用方劑及單方：

一、**經期次數頻繁、崩漏**：桂枝龍骨牡蠣湯、芎歸膠艾湯、當歸芍藥散、理中湯、仙鶴草、雞血藤等。

### （一）桂枝龍骨牡蠣湯<sup>2</sup>

出典：張仲景「金匱要略」虛勞篇裡提到「女子夢與鬼交，半產漏下。」所謂半產就是習慣性流產<sup>2,3</sup>，漏就是滴滴答答的，下就是帶下。

組成：桂枝、芍藥、生薑各三兩，甘草二兩，大棗十二枚，龍骨、牡蠣各三兩，上七味，以水七升，煮取三升，分溫三服。

功能：調和陰陽、收斂固澀。

主治：陰陽失調、遺精、夢交、少腹弦急、下部覺冷、目眩髮落。

臨床應用：常用於陰陽失調的遺精、夢洩、眩暈、盜汗、自汗、心悸亢進、不眠、夜尿症等。此方中龍骨為古代哺乳動物之骨骼化石，包括象、犀牛、馬（三趾馬）、駱駝、羚羊等骨骼及白齒。其中以象類為主。性涼。有收斂，止汗鎮靜、止血之效能<sup>4</sup>。牡蠣性味鹼澀微寒，有鎮靜、斂陰、止血作用。

### （二）芎歸膠艾湯<sup>2,3</sup>

出典：金匱要略。

組成：芎藭、阿膠、甘草各二兩，艾葉、當歸各三兩，芍藥四兩，生地黄六兩，上七味，以水五升，清酒三升，合煮取三升，去滓內膠，令清盡，溫服一升，日三服。

功能：養血止血、調經安胎。

主治：沖任虛損所致的月經過多、淋漓不止。或妊娠下血、腹中疼痛及產後或流產下血不絕等。

臨床應用：凡月經過多、血虛腹痛、妊娠下血、胎動不安、產後或流產後惡露不止，先兆流產或產後子宮復舊不全的出血不止等，皆可應用。此方為四物湯加阿膠、艾葉、炙甘草。方中艾葉性溫，屬溫裏藥，可溫經止血、暖宮散寒，常用於婦科的止血、安胎。阿膠為黑驢 *Equus asinus* Linne' 之皮，經長時間熬製加工而成。現則用牛馬等動物皮、骨膠原質，以加水分解法製造。性味平甘。有止血、滋養、強壯、調經、滋陰的效能。臨床應用於吐血、尿血、貧血<sup>3</sup>。

### （三）仙鶴草

其來源為薔薇科植物龍芽草 (*Agrimonia pilosa* Ledeb.) 的乾燥全草。性味苦、涼。入肺、脾、肝、大腸經。可止血、強心、抗菌、驅蟲。廣泛用於治療身體各部分出血，無論鼻衄、

吐血、便血、尿血、牙齦出血或子宮出血都可應用。

#### (四) 雞血藤

為豆科植物昆明雞血藤 (*Millettia reticulate* Benth.) 或白花油麻藤 (*Muccuna birdwoodiana* Tutcher) 的乾燥莖。性味：味苦、微甘、微澀、性溫。其藥理作用為行血通脈、暖腰膝。臨床應用在治風濕痺痛、老人手足萎弱、麻木癱瘓、月經不調 (由血虛引起者較適宜，常配四物湯)、貧血 (因可養血補血)。使用時應注意，氣血虛弱之孕婦忌服 (可能是因增加子宮節律性之收縮)。另外雞血藤藥性平和，連續服用 2-3 個月，一般也未見有什麼副作用，有虛火者也可服用<sup>7</sup>。

#### (五) 當歸芍藥散<sup>2,3,5</sup>

出典：金匱要略。

組成：當歸三兩，川芎半斤 (一作三兩)，白芍一斤 (一作六兩)，白朮四兩，茯苓四兩，澤瀉半斤。為末，每服一方寸匕，日三次，酒調送服。

功效：補血養肝、健脾滲濕。

主治：月經不調、頭暈、腰腳冷痛、妊娠腹中綿綿作痛、妊娠水腫、婦人貧血、易疲勞、頭痛等諸疾。

注意事項：痛經屬陽虛凝滯者不宜用。

## 二、經期延後：過期飲、當歸四逆湯等。

### (一) 過期飲<sup>3,6</sup>

出典：「醫宗金鑑」「濟陰綱目」。

組成：當歸、白芍、熟地、香附各二錢，川芎一錢，紅花七分，桃仁六分，莪朮、木通各五分，炙甘草、肉桂各四分，水煎服。

功能：養血化瘀、理氣調經。

主治：血虛血瘀月經不調、月經過期不至，或經來量少，色暗有塊，少腹脹痛。

臨床應用：用於月經愆期、痛經、閉經、慢性子宮附屬器炎等。孕婦禁用。月經愆期，指經行先後無定期「醫宗金鑑」；即經行後期「普濟本事方」<sup>3</sup>。

## 三、經期不適，如頭痛、逆經、乳房發脹、情緒不穩、痛經、腹脹、拉肚子等：四物湯、加味逍遙散、玉積散、少腹逐瘀湯、安中散、桂枝茯苓丸、桃紅四物湯、溫經湯、當歸四逆湯、當歸芍藥散、過期飲、調經丸等。

### (一) 四物湯

出典：「太平惠民和劑局方」。

組成：當歸、川芎、白芍、熟地黃各等分，為粗末，每服三錢，水煎服。

功效：補血調血。

主治：一切血病之主方，舉凡血虛血燥及婦女月經諸病皆可依此加減。

注意事項：脾虛便溏者勿服，孕婦慎用。行經時不要服用四物湯，或有外感時也不要服用。此方中之當歸為婦科要藥，主要用於調經，對痛經有好的療效。取

其有行血、鎮痛作用，或加強子宮收縮而排出瘀血，或弛緩子宮痙攣而鎮痛。久服多服當歸會造成虛火上炎，出現咽喉痛、鼻孔灼熱等症狀，可加清熱涼血藥，如生地或金銀花。又當歸通便，故凡脾胃陽虛，而大便滑泄者不宜；如平素大便不實，需用當歸時，要加白朮、茯苓以制當歸之滑泄作用。方中之川芎味辛、性溫，歸類於活血藥，有活血、祛風、止痛之作用<sup>7</sup>。性味辛散，擅長於祛風，故對感冒風寒的頭痛以及風濕有關的偏頭痛有效。

白芍：味酸苦。臨床上用於治療腹痛、月經不調、崩漏、小腹不適或疼痛，有養血、鎮痛作用。

地黃：分為鮮地黃、生地，及熟地。生地性涼，用於滋陰清熱涼血、止血。熟地性溫，用於補血滋陰。生地多服影響消化功能，為防其膩滯，可酌加枳殼或砂仁之理氣藥。熟地味甘而膩，久服有礙消化，可能有腹脹、腹瀉、胃納欠佳等反應，與砂仁（可養胃、醒脾）同用，可減少副作用。氣血虛弱的孕婦或胃腸虛弱，大便稀爛者，不要用生地。

總之，當歸可潤腸通便，故凡脾胃陽虛而大便滑瀉者不宜用。川芎、芍藥之用量要適宜，否則會造成出血量增加或月經忽然停止。又凡外感未清、消化不良、脾胃虛寒、大便泄瀉，不宜用熟地。四物湯則孕婦慎用、陰虛火旺所致的月經過多，崩中漏下，胎動漏紅慎用；脾虛便溏者勿服。大便溏泄，指大便不成形、水分多、排便次數多。

## （二）加味逍遙散（丹梔逍遙散）<sup>3</sup>

出典：「證治準繩」。

組成：牡丹皮、梔子、柴胡各五分，當歸、白芍藥、白朮、茯苓、炙甘草各一錢。為粗末，加煨薑、薄荷，水煎服。

主治：肝鬱血虛發熱，或潮熱，或自汗盜汗，或頭痛目澀，或怔忡不寧，或頰赤口乾，或月經不調，或少腹重墜，小便澀痛。怔忡，指心悸的重症。心胸躁動，謂之怔忡；跳動往往上至心胸，下達臍腹。又名心忪、忪悸等，屬心悸一類，但又常為心悸或驚悸的進一步發展。多由陰血虧損，心失所養；心陽不足，水飲上逆；或突受驚恐所至。臨證以虛者為多。另，怔忡亦指心跳有恐懼感。

臨床應用：慢性肝炎、慢性胃炎、神經官能症、失眠多夢、更年期障礙、頭痛目澀、顴紅潮熱、自汗盜汗、食少神疲、婦女經前乳房或脅肋脹痛、月經先期量多色鮮紅，或少腹脹痛、低熱、疲乏食少。

方中之牡丹皮歸類為清熱、涼血藥<sup>5,7</sup>。其來源為毛茛科植物牡丹（*Paeonia suffruticosa* Andr.）的乾燥根皮。味苦、辛，性微寒。入心、心包、肝、腎經。功效為清熱瀉火、涼血和血、消瘀。主治傷寒熱毒發斑、衄血、吐血、便血、骨蒸勞熱、閉經、癰腫、金瘡內瘡。參考用量為生藥飲片 1.5-3 錢，濃縮中藥 0.5-2 克。血虛有寒、孕婦及月經過多者慎服。

方中之梔子（山梔子、山枝子）出「神農本草經」<sup>3,5</sup>。為茜草科植物梔子（*Gardenia jasminoides* Ellis. Var. *angustifolia* Nakai）及其同屬近緣植物之成熟乾燥果實。味苦性寒，無毒，

入心、肺、三焦經。期功效為清熱、瀉火、涼血，能使心肺之熱下行由小便出。主治心煩不眠、黃疸、濕熱身黃、口渴目赤、頭痛、吐血、衄血、淋病。參考用量為生藥飲片 1-3 錢，濃縮中藥則用 0.5-2 克。凡脾胃虛寒，無濕熱鬱火者忌用。

#### 四、經期不適，例如經前乳房發脹、長硬塊

足厥陰肝經（十二經脈之一）說明：「靈樞、經脈」此經脈循行乃自足大趾始（腳拇趾有個穴道叫大敦），沿著足背上行至內踝前一寸處，上行於脛骨內側緣，至踝上八寸處，交叉到足太陰脾經之後側，再沿著膝關節和大腿內側上行入陰毛之中，環繞前陰後，抵達小腹，再上行散佈於脅肋部，上到乳頭。乳房的發育與乳房疾病要從足厥陰肝經和足陽明胃經著手<sup>8,9</sup>。一從肝經補肝血，另一方面從足陽明胃經調整腸胃系統。

應用的方劑如加味逍遙散以及四君子湯、六君子湯、香砂六君子湯、參苓白朮散等健脾補氣的藥。單味藥如蒲公英、山藥、玉竹、黨參、黃耆、天花粉、浙貝母、香附、金銀花等。

##### （一）蒲公英<sup>3</sup>

出自「新修本草」，別名黃花地丁、奶汁草，基源為菊科植物蒲公英(*Taraxacum mongolicum* Hand-Mazz.) 及其同屬近緣植物之乾燥全草。味甘苦性平、微寒，入肝、脾、胃經。功效為清熱解毒、散結消腫。主治乳癰、疔毒、腸癰、通淋。生藥飲片用量 3 錢-1 兩，濃縮中藥則用 0.5-2 克。注意陰症及瘡瘍已潰者忌服。

##### （二）天花粉<sup>3</sup>

出自「雷公炮炙論」。別名栝樓根、萋根。為葫蘆科植物栝樓 *Trichosanthes kirilowii* Maxim 的根。甘、微苦、酸、微寒。入肺、胃經。清熱生津、降火潤燥，排膿消腫。治熱病傷津、口渴，肺熱燥咳、咳血、消渴、黃疸。煎服 8-12 克。另外還可以治癰腫，乳癰，痔瘻。

##### （三）浙貝母<sup>3</sup>

別名象貝母、大貝母。為百合科植物浙貝母 *Fritillaria verticillata* Willd. Var. *thunbergii* (Miq.) Bak. 的鱗莖。苦、寒。入肺、胃經。其功效為潤心肺、化燥痰、清熱散結，解毒。治風熱感冒，咽喉腫痛，肺熱咳嗽。痰多。肺膿瘍，胃、十二指腸潰瘍，瘰癧癭瘤、癰癤腫毒。煎服 4.5-9 克。

##### （四）香附<sup>3</sup>

出「本草綱目」，別名香附子。有一句話形容香附「氣病之總司，女科之主帥。」為莎草科植物莎草 *Cyperus rotundus* L. 的塊莖。辛、微苦、甘、平。入肝、三焦經。功效理氣、解鬱，調經止痛。主治肝氣鬱滿、胸腹脹痛，腳氣，月經不調，癰疽瘡瘍。生藥飲片用量 1.5-3 錢，濃縮中藥則用 0.5-2 克；注意陰虛血熱者忌用。

##### （五）金銀花<sup>3,5</sup>

出自宋朝王默庵「履巉岩本草」。別名忍冬花、雙花、銀花。為忍冬科植物忍冬 *Lonicera japonica* Thunb. 的花蕾。甘、寒。入肺、胃、心經。功效為清熱、解毒。主治風熱感冒，溫

病初期，咽喉腫痛；治癰癤膿腫，丹毒，急性乳腺炎，闌尾炎。煎服 9-30 克。

#### (六) 玉竹<sup>3,5</sup>

出「吳普本草」。別名萎蕤、葳蕤、鈴鐺菜。為百合科植物玉竹 *Polygonatum odoratum* (Mill.) Druce 的根莖。入肺、胃經。滋陰潤燥，除煩止渴。柔筋、強心。治熱病津傷，陰虛燥熱，乾咳無痰，心煩口渴。治消渴、多尿、遺精。參考用量為生藥飲片 3-5 錢，濃縮中藥則為 0.5-2 克。注意中寒便溏，痰濕瘀滯者忌用。

#### (七) 紅鳳菜<sup>12</sup>

為民間用藥，也是食用蔬菜。為菊科菊三七屬的植物，別名紅菜、紅甕菜、桿菜、腳目菜。原生長在海拔 600 至 1000 公尺的地區，多生長於山坡林下，岩石上和河邊濕地。現也人工栽培作為食用蔬菜。味淡甘、性溫。有活血、止血、解毒、消腫。應用於痛經、創傷出血、產後瘀血、腹痛。

### 五、經期抵抗力低，出現不適：小柴胡湯。

有些人生理週期一來，抵抗力相對會減低，容易感冒，出現很多的狀況。像這樣的現象稱熱入血室。熱入血室<sup>3</sup>：出自「傷寒論」。指婦女在經期或產後，感受外邪，邪熱乘虛侵入血室，與血相搏所出現的病證。症見下腹部或胸脅下硬滿，寒熱往來，白天神志清醒，夜晚則胡言亂語，神志異常等。「金匱要略」有如下記載：「婦人中風，七、八日，續來寒熱，發作有時，經水適斷，此為熱入血室，其血必結，故使如瘧狀，發作有時，小柴胡湯主之。」「婦人傷寒風熱，經水適來，晝日明了，暮則譫語，如見鬼狀者，此為熱入血室，治之無犯胃氣及上二焦，必自愈。」血室，指前人對血室有三種解釋—指衝脈、指肝、指子宮。

#### (一) 小柴胡湯<sup>3,10</sup>

出典：「傷寒論」方。

組成：柴胡八兩，黃芩、人參各三兩，半夏半升，炙甘草、生薑各三兩，大棗十二枚。  
水煎，分三次服。

功能：和解少陽，益氣養胃。

主治：少陽證（往來寒熱、胸脅苦滿、心煩喜嘔、口苦咽乾、目眩耳聾、不欲飲食、脈弦而數、舌苔薄白等）。或婦人傷寒熱入血室見上證者。

### 六、子宮肌瘤、子宮腺瘤、卵巢囊腫等婦科疾病：少腹逐瘀湯、桂枝茯苓丸、當歸芍藥散、龍膽瀉肝湯、當歸六黃湯、三黃瀉心湯等。

#### (一) 桂枝茯苓丸<sup>2</sup>

原出典：「金匱要略」。

組成：桂枝、茯苓、牡丹（去心），芍藥、桃仁（去皮尖熬）各等份，上五味，末之，煉蜜和丸，如兔屎大，每日食前服一丸，不知，加至三丸。

功用：活血祛瘀、緩消癥塊。

主治：

婦科—婦人宿有癥塊，妊娠胎動，漏下不止，瘀血痛經、經閉、子宮內膜炎、肌瘤、

卵巢炎，輸卵管炎，更年期症狀，月經異常，帶下<sup>5</sup>。

皮膚科—濕疹、蕁麻疹、皮膚炎、黑斑、面皰。

神經科—神經質、歇斯底里。

其他—前列腺肥大，高血壓、關節炎、神經痛、風濕病。

注意事項：孕婦及無瘀血者忌用，陰虛火旺者忌用。

附註：近代多用本方加減，治療慢性盆腔炎症性包塊，子宮內膜炎，不孕症，以及子宮肌瘤等，屬於瘀血內停，經脈阻滯，久之成癥塊的病症，有一定療效。關於肌瘤、腺瘤、婦科腫瘤也有許多單味藥可應用，如活血化瘀藥、理氣藥之丹參、香附、澤蘭、三稜、牡蠣等等。以下簡單介紹幾樣。

## (二) 丹參<sup>5</sup>

來源為唇形科植物丹參 (*Salvia Miltiorrhiza* Bunge.) 的乾燥根。味苦、性微寒、入心包、心經。作用為活血祛瘀、清熱除煩。主治心絞痛、經痛、血崩帶下、除煩熱、腸鳴、腹痛、驚悸不眠、癥瘕積聚、惡瘡腫毒。(癥瘕：婦人胞中有結塊，伴有腹或痛或滿，甚或出血者)。參考用量為生藥飲片 1.5-3 錢，濃縮中藥 0.5-2 克；使用時須注意，無瘀血者慎服。

## (三) 牡蠣<sup>5</sup>

為牡蠣科動物近江牡蠣 (*Ostrea rivularis* Gould) 及其同屬近緣動物之貝殼。味鹹，性澀微寒，入肝、腎經。其功效為斂陰、軟堅、清熱、補水。主治虛勞煩熱，驚癇眩暈、虛汗、遺精、崩漏帶下、瘰癧癭瘤、脅下痞痛、金瘡出血。參考用量為生藥飲片 3 錢-1 兩，濃縮中藥則為 0.5-3 克。使用時須注意，虛而有寒者忌服。

## (四) 澤蘭<sup>5</sup>

為唇形科植物地瓜兒苗 (*Lycopus lucidus* Turcz.) 及其同屬近緣植物之乾燥全草。性味甘苦，辛微溫，入肝、脾經。功效為活血祛瘀，通九竅，利關節、調經、破宿血、頭風目痛、癰腫瘡膿、月經不調。參考用量為生藥飲片 1.5-3 錢，濃縮中藥則用 0.5-2 克；使用時須注意，無瘀血者慎服。

**七、閉經，例如經閉、月經閉止：**少腹逐瘀湯、左歸丸、桂枝茯苓丸、桃紅四物湯、聖愈湯、過期飲、女科柏子仁丸等。

### (一) 少腹逐瘀湯<sup>5,11</sup>

出典：「醫林改錯」。

組成：小茴香七粒炒，乾薑二分炒，元胡一錢，沒藥一錢研，當歸三錢、川芎一錢，官桂一錢、赤芍二錢、蒲黃三錢、靈脂二錢炒、水煎服。

功效：活血祛瘀、溫經止痛。

主治：少腹瘀血、積塊疼痛、月經不調、少腹脹滿、血色紫黑。

### (二) 女科柏子仁丸<sup>3,5</sup>

出典：「婦人良方大全」。

組成：柏子仁 1.8 克、牛膝 1.8 克、卷柏 1.8 克、澤蘭 7.2 克、斷續 7.2 克、熟地黃 3.6 克。

功效：祛瘀通經。

主治：月經不調、瘀積不通、腰痠腹痛、目眩頭暈、經閉不通。

服法：每日三次，每次二克。

### (三) 聖愈湯<sup>5,13</sup>

出典：「醫宗金鑑」。

組成：當歸 2.5 克、川芎 2.5 克、白芍 5.0 克、人參 5.0 克、熟地 5.0 克、黃耆 5.0 克。

功效：補氣、養血。

主治：失血過多、氣血俱虛、煩渴燥熱、睡臥不寧、貧血、月經色淡血少、體倦少食。

服法：科中每日三次，每次 1.5 克。一日飲片量 25 公克。

## 參、總結

以上各方劑及單方，皆為月經常見疾病之用藥，需由醫師辨證論治，增減應用。當然還有許多的方劑及單方，本文謹擇類介紹。此外，臨床上濃縮科學中藥的使用非常廣泛，其使用方法及劑量，可參考臺北市立聯合醫院中藥常備藥品手冊（2009 年 9 月）。

## 肆、參考資料

1. 劉越、劉山雁、劉泉。圖解皇帝內經素問。北京：人民衛生出版社，2003：5。
2. 李克光、楊百蕪等。金匱要略。台北：知音出版社，1994：159-568。
3. 李永春等。實用中醫辭典。台北：知音出版社，1998：76-840。
4. 顏焜熒。常用中藥之炮製。台北：南天書局，1982：179。
5. 臺北市立中醫醫院。臺北市中醫醫院常用藥品手冊，2004：29-206。
6. 羅元愷、曾敬光、劉敏如等。中醫婦科學。台北：知音出版社，1997：479。
7. 戴新民。中藥臨床應用。台北：啟業書局有限公司，1988：56-308。
8. 張步桃。張步桃治大病。台北：遠流出版公司，2004：240
9. 張步桃。張步桃開藥方。台北：遠流出版公司，2002：242-243。
10. 李家雄。傷寒論診治入門。台北：武陵出版有限公司，2000：124。
11. 王勳臣。醫林改錯。台北：集文書局，1975：109。
12. 李幸祥。台灣藥草事典。台北：旺文社股份有限公司，1999：(2)159。  
吳謙等。新校本醫宗金鑑。台北：新文豐出版公司，1998：(2)8。