

<<更年期综合征>>

图书基本信息

书名：<<更年期综合征>>

13位ISBN编号：9787539020150

10位ISBN编号：7539020156

出版时间：2002-1-1

出版时间：江西科学技术出版社

作者：蔡树涛

页数：257

字数：160000

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<更年期综合征>>

### 内容概要

自然疗法主要运用自然药品、自然物品，采用自然方式以达到治疗疾病、强身健体的目的。实质上，自然疗法近似于我国的传统医药学体系，可以看成是在世界范围内对以中医学为主要内容的传统医学的新认识、新概念。

自然疗法基于对自然界、人类社会和人体生理、病理、健康的整体观和辨证观的认识，主张人是自然界、社会的组成部分，人的健康是身心两方面良好状态的综合，这符合世界卫生组织1990年重新公布的关于健康的定义。

自然疗法在医疗保健模式上主张天人相应，天人合一，返朴归真，回归大自然；强调人与自然、社会的和谐统一。

这与现代医学的主张的“生物—心理—社会”模式相呼应。

自然疗法已受到愈来愈多人们的重视，我国许多地方分别成立了自然医学会，出版有关书刊。

倡导自然疗法是每一位医学工作者的应尽之职。

祖国传统医学是世界上较为完善的自然疗法，为弘扬福传统医学的优势，并汲取世界各国自然疗法的合理精髓，我们组织有关专家共同编撰了这套《常见慢性病自然疗法系列》丛书，愿她能为患者的养生康复尽菲薄之力。

## &lt;&lt;更年期综合征&gt;&gt;

## 书籍目录

更年期综合征患者须知一、更年期知识点滴（一）人生阶段的划分（二）什么是更年期（三）更年期的身心变化二、什么是更年期综合征（一）细说女性更年期综合征（二）细说男性更年期综合征（三）男女更年期综合征的差异三、敢问更年期综合征缘何在（一）奇妙的女性内分泌（二）更年期男性的内分泌改变四、祖国传统医学对更年期综合征的认识及分型（一）祖国传统医学对女性更年期综合征的认识（二）女性更年期综合征的辨证分型（三）祖国传统医学对男性更年期综合征的认识（四）男性更年期综合征的辨证分型五、易患更年期综合征的人群六、更年期综合征的临床表现（一）常见症状（二）更年期综合征的病情轻重程度的评价七、更年期综合征的实验室检查与诊断（一）实验室检查（二）更年期综合征的诊断（三）鉴别诊断八、更年期综合征相关疾病（一）阴道炎（二）外阴病变（三）尿失禁（四）子宫脱垂（五）胆石症（六）肥胖症（七）冠心病（八）高脂血症（九）高血压（十）体位性低血压（十一）老年性痴呆（十二）甲状腺功能低下（十三）糖尿病（十四）骨质疏松症（十五）骨关节炎（十六）颈椎病（十七）肩周炎（十八）震颤麻痹（十九）中风（二十）更年期干燥症（二十一）更年期头痛（二十二）更年期神经病（二十三）更年期抑郁症（二十四）更年期便血（二十五）更年期牙周病（二十六）白内障（二十七）皮肤瘙痒症（二十八）肿瘤回归大自然一、起居疗法二、沐浴疗法三、按摩疗法四、运动疗法心理疗法一、更年期的心理特点二、更年期综合征患者的心理变化三、更年期综合征患者的心理呵护气功疗法一、回春功二、益智动静功三、调息法四、强壮功五、太极内功六、更年期练功法饮食疗法一、更年期综合征患者的饮食原则二、适合于更年期综合征患者的天然食物和天然药物三、更年期综合征患者的食谱和药膳其他自然疗法一、针灸疗法二、磁穴疗法三、刮痧疗法四、药枕疗法五、敷贴疗法

## &lt;&lt;更年期综合征&gt;&gt;

## 章节摘录

书摘 (三)鉴别诊断 在45—55岁期间,有些女性会出现潮热、多汗、躯体不适等更年期综合征的表现。但是有些症状也可能是身体其他器质性疾病的表现,必须仔细鉴别。

1. 神经衰弱 更年期是由中年向老年过渡的时期,机体的代谢和内分泌功能,特别是性腺功能逐渐向衰老过渡,并处于一种不稳定阶段,这样便容易在精神因素或躯体因素的影响下出现平衡失调。更年期综合征便是这种平衡失调的结果,其临床表现主要为内分泌及自主神经系统紊乱的症状。患者常常有头痛、头晕、失眠、手颤抖、对声光刺激敏感、情绪烦躁不稳、易激惹以及疲倦乏力等神经衰弱的症状。

此外,患者还有明显的自主神经、内分泌功能失调症状,如心悸、血压波动、胸闷憋气、阵发性面部发红、身体忽冷忽热、出汗多、四肢发麻,胃肠功能失调表现为食欲减退、胃部不舒服和便秘等,多数患者有月经紊乱和性功能减退,但偶尔有性功能亢进者。

有的患者在不愉快的精神因素刺激下,可有癔病样发作,患者全身挺直,四肢抽动,过后大声哭诉自己的痛苦心情等。

本病的上述症状可持续较长时间,然后逐渐康复。

但也有一部分患者可进一步发展为较严重的更年期忧郁症或更年期偏执状态。

由于更年期综合征常伴有类似神经衰弱的症状,因此,往往容易与神经衰弱相混淆。

但本综合征在更年期发病,并伴有明显的自主神经和内分泌功能失调,特别是性功能的变化,借此可与神经衰弱相区别。

2. 高血压病 有些女性在更年期血压会升高,但主要是收缩压升高,舒张压变化不大,一天中血压波动较大,睡眠后血压往往可降到正常范围,常伴有潮热、多汗等,眼底和心电图检查无变化。而高血压病的血压往往呈持续性升高,舒张压和收缩压都超过正常水平,且常伴有头晕、心悸等症状,心、脑、肾等器官有不同程度的损害。

3. 冠心病 在更年期,由于自主神经功能紊乱,使血管舒缩功能失调,会出现心前区疼痛,呈持续性钝痛,舌下含服硝酸甘油无效。

而冠心病的心绞痛在胸骨下段或心前区,疼痛呈压榨性或窒息性,并向左臂放射,舌下含服硝酸甘油后可缓解,发病与情绪活动、体力活动有关。

4. 食管癌 更年期的妇女常感咽喉部有异物,咽之不下,吐之不出,但不影响吞咽,各项检查正常。

食管癌的吞咽困难是渐进性的,患者同时有进行性消瘦。

食管钡餐x线检查、食管拉网检查可发现病理改变。

5. 宫颈癌和子宫肌瘤 女性更年期综合征多发生于绝经前期,此时月经会发生紊乱。

而此时也正是宫颈癌和子宫肌瘤的好发年龄。

因此,要定期做妇科检查,必要时做宫颈刮片活检和子宫内膜活检。

月经异常者应及时去医院就诊,明确诊断,以免延误治疗。

八、更年期综合征相关疾病 (一)阴道炎 1. 滴虫性阴道炎 阴道滴虫是一种很小的单细胞,在显微镜下可以看到。

它比人的白细胞约大2倍,顶端有4根鞭毛,可以在原位移动。

它对环境的适应力很强,离开人体还能生存几个小时,所以很容易传染别人。

它在氧气较少的地方,比如阴道深部也可以生存、分裂、繁殖。

月经来潮前后和妊娠期,阴道的酸碱度更适宜于滴虫寄生。

更年期时卵巢功能减退,影响阴道黏膜的厚度和糖原的含量和代谢,对阴道滴虫的生存有利,因此更年期妇女是比较容易感染滴虫的。

但阴道滴虫主要是由性交直接传染的;通过浴盆、坐便器或污染器械间接传染的可能性也有。

但若人人自己注意,不用未经严格消毒、不清洁的浴缸和别人用过的器械,毛巾、衣裤、被褥之类有可能带滴虫的用具,则可以防止感染。

## &lt;&lt;更年期综合征&gt;&gt;

如果男方有尿道滴虫感染，则应同时进行治疗。

治疗阴道滴虫的特效药物叫灭滴灵，可每次口服此药200毫克，若作阴道栓塞效果更佳。

不过治愈后还应多次复查，以观察是否复发。

局部用酸性或碱性较强的药物也能杀灭阴道滴虫。

另外用雌激素治疗更年期综合征，增强阴道黏膜的抵抗力，对防治阴道滴虫病有利。

2. 霉菌性阴道炎 霉菌性阴道炎是一种可以寄生在正常人体皮肤或黏膜的白色念珠菌引起的。

平时可不发生炎症症状，但在人体抵抗力降低或者长期应用抗生素、肾上腺皮质激素，以致阴道内菌群发生紊乱，抗感染能力降低时可引起突出的外阴阴道瘙痒，伴白带多，外阴阴道红肿甚至糜烂。

幼女和更年期妇女因雌激素低下，念珠菌生长更快，外阴瘙痒更重。

本病重在预防，平时不要随使用抗生素，尤其广谱抗生素及可的松类药；有糖尿病者需降低血糖，并注意皮肤和外阴的清洁。

阴道滴虫病和霉菌性阴道炎都被世界卫生组织列为性传播疾病，因此注意性的卫生非常重要。

在治疗期间，应避免性交，到检查呈阴性为止。

每日治疗用药的同时，勤换内裤，换下衣物采取日晒、煮洗等消灭病菌的方法，避免治疗过程中重复感染。

3. 萎缩性阴道炎 萎缩性阴道炎，过去人们一直称老年性阴道炎，也是更年期妇女的一种常见病。成年妇女由于雌激素的作用，阴道上皮内含有一定量的糖原，在乳酸杆菌的作用下，部分糖原分解成乳酸，使阴道呈酸性环境，除乳酸杆菌外，其他细菌都不能在这个酸性环境中生存。

这就是阴道的自然保护作用。

如果这一保护作用被削弱，各种细菌都可能侵入阴道，并在其中大量繁殖，造成阴道黏膜发炎，这就是阴道炎。

绝经后的老年妇女，由于卵巢功能衰退，雌激素水平减少，生殖器官萎缩，阴道黏膜上皮中糖原含量减少，从而不能产生足够的乳酸，阴道的酸度降低(有的甚至降为中性)，以致阴道局部抵抗力大为减弱，外界细菌容易侵入并大量繁殖，使阴道黏膜感染发炎，即为萎缩性阴道炎。

此病主要见于老年妇女，绝经后妇女有30%患有此症。

本病也可在人工绝经或哺乳期过长而未达更年期的人群中发生，因此，称此病为萎缩性阴道炎较老年性阴道炎更为恰当。

.....

## &lt;&lt;更年期综合征&gt;&gt;

## 媒体关注与评论

书评自然疗法主要运用自然药品、自然物品，采用自然方式以达到治疗疾病、强身健体的目的。实质上，自然疗法近似于我国的传统医药学体系，可以看成是在世界范围内对以中医药学为主要内容的传统医学的新认识、新概括。

自然疗法基于对自然界、人类社会和人体生理、病理、健康的整体观和辩证观的认识，主张人是自然界、社会的组成部分。

人的健康是身心两方面良好状态的综合。

这符合世界卫生组织1990年重新公布的关于健康的定义。

自然疗法在医疗保健模式上主张天人相血，天人合一。

返朴归真，回归大自然；强调人与自然、社会的和谐统一。

这与现代医学所主张的。

“生物，心理，社会”模式相呼应。

现代医学的突飞猛进从根本上改变了医学发展的进程，使许多疾病得到了有效的控制，但随之而来的是化学药品的副反应日趋严重。

现代文明使得人们与大自然之间的距离逐渐增大，许多文明病、富贵病亦随之产生。

化学药物在治疗一些疾病时往往显得力不从心，因而自然疗法再次盛行于世，越来越受到人们的重视。

相信今后的医疗将会趋向于多元化，人们一方面上心烦之事会使人的精神状态不佳，必然导致机体免疫功能低下而生病。

心脑血管疾病、糖尿病、癌症等发病率高、危害大，其病因都与社会心理因素有很大关系，因此，除了注意心理预防外。

临床上也需心理和药物治疗相结合，以达到良好的效果。

其中气功疗法、音乐疗法、书画疗法、娱乐疗法也都起到了心理上的治疗作用。

三是气功疗法。

气功是通过调身、调心和调息原理，锻炼人的精、气、神而起到防病治病的作用，气功强调自我锻炼，而且要持续数月、数年。

四是食物疗法。

亦称食物养生，是指通过调节饮食来防治疾病、强壮体质的一种自然疗法。

五是传统医学中的其他自然疗法。

主要指在中医理论指导下的纯天然药物疗法、针灸疗法、刮痧疗法、点穴疗法、火罐疗法等。

自然疗法具有与现代西方医学治疗方法截然不同的两大特点，一是完全摒弃化学合成药物，充分利用自然环境的各种因素、物质和信息防病治病，如森林、阳光、泥沙、空气、水及汤泉，以至草木花果、酒茶饮品的内服、外用(如药敷、熨敷等)和磁、蜡、热能等等。

都是利用自然环境和资源为主的疗法；二是效法大自然的规律。

以调理恢复人的自然之性、激发人体抗御疾病的能力为主要应用目的，如针灸、推拿、健身术、气功和心理、音乐与娱乐等等。

这些方法与以对抗治疗为主要模式的现代医学不同，它重在激发人体自身的自然抗病能力，调畅机体的失衡状态，达到祛病养生的目的。

自然疗法在调节身体的功能状态、保障健康方面有其独到之处。

现代社会中的许多疾病与环境有关，在充满噪声、粉尘、废气、废水、空气污染的环境中，人类的生存质量下降。

倘若回归自然，享受一下森林浴、太阳浴、空气浴、温泉浴，会令人心情舒泰，神清气爽。

自然疗法有时也可用于解决一些疑难病症，如抗癌症、治肝炎、祛风湿等。

自然疗法相对安全无害，副作用及不良反应较少，不仅可以帮助自己摆脱困难，还能有效地帮助别人。

由于自然疗法取材方便，操作简单，效果显著，且无痛苦。

## <<更年期综合征>>

不少方法在人们的衣食住行、生活娱乐中即可实施，因而受到病患者及家属的普遍欢迎。尽管许多自然疗法的作用机制还有待于应用现代科学技术方法进一步予以上心烦之事会使人的精神状态不佳，必然导致机体免疫功能低下而生病。

心脑血管疾病、糖尿病、癌症等发病率高、危害大。

其病因都与社会心理因素有很大关系，因此，除了注意心理预防外，临床上也需心理和药物治疗相结合，以达到良好的效果。

其中气功疗法、音乐疗法、书画疗法、娱乐疗法也都起到了心理上的治疗作用。

三是气功疗法，气功是通过调身、调心和调息原理，锻炼人的精、气、神而起到防病治病的作用，气功强调自我锻炼，而且要持续数月、数年。

四是食物疗法。

亦称食物养生。

是指通过调节饮食来防治疾病、强壮体质的一种自然疗法。

五是传统医学中的其他自然疗法。

主要指在中医理论指导下的纯天然药物疗法、针灸疗法、刮痧疗法、点穴疗法、火罐疗法等。

.....

<<更年期综合征>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>