



第5版：农村与社区

上一版 < > 下一版



2009年9月11日 星期五

本报首页 | 版面导航 | 标题导航
[上一期](#) [下一期](#)

< 上一篇 下一篇 >

放大 缩小 默认

针灸并用治痛经

痛经又称“经行腹痛”，是指经期或行经前后出现的周期性小腹疼痛。以青年女性较为多见。西医学将其分为原发性和继发性两种。原发性系指生殖器官无明显异常者；后者多继发于生殖器官的某些器质性病变。痛经的发生与冲、任二脉以及胞宫的周期生理变化密切相关，与肝、肾二脏也有关联。如若经期前后冲任二脉气血不和，脉络受阻，导致胞宫的气血运行不畅，“不通则痛”；或胞宫失于濡养，“不荣则痛”。此外，情志不调、肝气郁结、血行受阻；寒湿之邪客于胞宫，气血运行不畅；气血虚弱，肝肾不足均可使胞脉不通、胞宫失养而引起痛经。

基本治疗

取穴：以任脉及足太阴经腧穴为主。主穴可取关元、中极、三阴交、地机、十七椎。兼有经色紫红或者次有血块，血块下后疼痛减轻，或者胀痛明显者加太冲；兼有腹痛，拒按，热刺激后疼痛减轻，经血量少者加归来；兼有腹痛绵绵不休，喜揉喜按，量少，精神萎靡，乏力者加肾俞、太溪、脾俞。

操作：针刺关元，宜用连续捻转手法，使针感向下传导；寒凝血瘀者针后在小腹部穴位施加灸法。发作期每日治疗1~2次，间歇期可隔日1次，月经来潮前3天开始治疗。

针法：寒湿凝滞、气滞血瘀者温经散寒、化瘀止痛，针灸并用，泻法；气血不足者益气养血、调补冲任，针灸并用，补法。

按：关元属任脉，通于胞宫，与足三阴经交会，针之行气活血、化瘀止痛，灸之温经散寒、调补冲任；中极可调冲任之气；三阴交为足三阴经的交会穴，调理脾、肝、肾；地机为足太阴脾经郄穴，是太阴经循于少腹部，郄穴治血症，可调血通经止痛；次髂、十七椎均为治疗痛经的经验效穴。

经验处方

针灸至阴穴治疗痛经疗效亦佳。运用本法的时间是月经前2天或痛经发作前2天。针刺深度是1~1.5分，每天针1~2次，每次留针30分钟，每5分钟行针1次，针治次数以月经来潮无痛为止。针治手法以捻转为主，提插要轻。寒者加艾条悬灸，出针时按其孔。热实者不加灸，出针时摇大针孔，让其出血少许。

按：至阴穴具有通经脉、理下焦、调整胞宫的作用，是治疗妇女胞宫疾病的特效穴。用针灸至阴之法治疗痛经效果满意，安全可靠。

针灸对原发性痛经有显著疗效。治疗宜从经前3~5天开始，直到月经期末。连续治疗2~3个月经周期。一般能基本痊愈。对继发性痛经，运用针灸法减轻症状后，应及时确诊原发病变，施以相应治疗。经期应避免精神刺激和过度劳累，防止受凉或过食生冷。（王维恒）

< 上一篇 下一篇 >

放大 缩小 默认

国内统一刊号：CN11-0153 邮发代号：1-140(国内) D-1138(国外)
 地址：中国北京市朝阳区北沙滩甲四号 邮编：100192 电话：64854537
 传真：64854537 mail:cntcm@263.net.cn 广告热线：64855366
 Copyright 本网站内容版权所有，未经许可禁止转载， All Rights Resened