

# 更年期綜合症

- 婦女在自然絕經前後，出現**月經紊亂或閉止**，伴隨**烘熱汗出、心煩易怒、憂鬱、失眠、心悸、骨質疏鬆、黃褐斑**等症狀，中醫稱為**絕經前後諸證**
- 相當於西醫學**更年期綜合症**
- 絕經年齡**45 - 54歲**。症狀持續時間長短不一
- 引致衰老過快、過早，影響**生命節律、生活質量**
- 需要重視及調治

# 中醫病因病機

腎氣漸衰、天癸將竭



腎中陰陽失衡



心、肝、脾等  
臟腑功能失調

氣滯、血瘀、痰濁等病理產物

# 病因

原為生殖生理自然衰退

- 因過程或程度突然加速
- 社會、心理因素影響
- 自身體質較差、數脫血、房勞多產、勞心過度、緊張不已
- 生活缺乏規律，長期失眠等

引起腎陰陽失衡狀態加劇

# 證候分析

腎氣虛  
天癸竭

上則影響心肝，  
心肝氣火偏旺，上擾神魂

情志異常

下擾子宮血海

月經紊亂  
或閉經

重於心者，必致心煩失眠，神魂失寧而致烘熱汗出，胸悶心悸、悸忡不安

重於肝者，必致頭痛頭暈，焦燥忿怒、胸脅脹痛

# 證候分析

天癸既竭 -- 子宮失養 →

經血失調或閉止

氣不得隨經血下洩 -- 隨胞絡上擾心腎 -- 心腎不交

失眠多夢

心、腎、子宮失和，導致此期特有的綜合症

- 陰虛及陽 -- 陽虛則火不暖土 -- 脾胃失運  
出現**腹脹便溏**，**面浮肢腫** → **上熱下寒**複雜病理
- 陰精不足 -- 常引致骨髓不充 → **骨質疏鬆**
- 陰精不足 -- 五液的不充 → **更年期乾燥症**

