淺論「痛經」與案例

鄭良琴

（香港中醫藥管理委員會註冊中醫師）

月經前後或經期出現下腹及腰部疼痛，甚至劇痛難忍，或伴有面色蒼白，冷汗淋漓，手足厥冷，泛惡嘔吐等症。並隨着月經週期持續發作者，此種症狀稱為「痛經」。如果僅感下腹或腰部輕微脹痛不適，這是常有的現象，不作痛經論。

痛經病主要為氣血運行不暢所致，臨床多以虛實之辨。張景岳云：「痛經病實痛者多痛於未行之前，經通而痛自減。虛痛者於既行之後，血去而痛未止，或血去而痛益甚。」以此為辨証要點，一般經前痛多屬實，經期痛多氣血阻滯，經後痛多屬虛。本病所見以實証居多，目前一般認為分四型：1.屬寒濕凝滯，症見經前或經行小腹冷痛，甚則牽及腰脊疼痛，得熱則舒，經行後期，量少，色黯有血塊，伴寒濕內盛脉症。治以溫經散寒，化濕行滯。可用十二味溫經湯。2.屬氣滯血瘀，症見經前或經期小腹脹痛，經量少，淋漓不暢，血色紫黯有凝塊，或呈腐肉片樣物，塊下則疼痛減輕，並伴氣滯血瘀脉症。治以理氣活血，逐瘀止痛。可用柴胡舒郁湯（冰玉堂驗方）、膈下逐瘀湯、金鈴子散、丹參飲等。3.屬氣血虛弱，症見經期或經淨後小腹綿綿作痛，按之痛減，經色淡，質清稀，伴氣血兩虛脉症。治以補氣養血。可用聖愈湯（蘭室秘藏方）、八珍、六君等。4.屬肝腎虧損，症見經後小腹隱痛，經來色淡量少，伴肝腎兩虧脉症。治以調補肝腎。可用調肝湯。以上是較為典型的分型，臨床上往往病情較為複雜，其實在實証中往往挾雜，如寒濕凝滯型中，視其體質，病機異化，或偏痰濕，或偏濕熱；氣滯血瘀型中，也要視氣滯與血瘀的偏頗。總之要權衡辨証，加減变通治療。

臨床上因肝郁氣滯所致痛經十分多見，不論何型，治療須注意在不同時期採取不同的相應治療方法。非經期以治本為主，經前和經期要適當重視理氣和血止痛。同時須在經前一週左右開始服藥，並連續治療2、3個月經週期，一般都可以取得較好效果。痛經合劑組方：柴胡6g、赤白芍各10g、當歸9g（後入）、香附9g、丹參9g、檀香5g（後入）、砂仁3g（後入）、丹皮9g、木通9g、路路通9g、黑梔子9g，水煎服。本方有疏肝調氣、和血止痛的功效，適用於經前或經中少腹脹痛，胸脇脹悶，腰腿酸楚，經量不多者。我們在臨証中體會：痛經病有虛實之辨，總屬氣血運行不暢所致。倘氣血充沛，氣順血和則通行無阻。如氣虛血少或氣滯血瘀，均可使經行不暢而作疼痛。本方專為氣血阻滯型痛經而設，方中以柴胡、香附、白芍疏肝柔肝，丹皮、黑梔清肝瀉火涼血，氣郁血滯不通則痛，故以丹參飲行滯止痛，赤芍、當歸養血調經，木通、路路通通行上下竅。綜上諸品以調氣為主，和血為副，氣行血暢，痛經自止。

【痛經病案】：

例1. 徐女　19歲　未婚　學生

10周歲時月經初潮，尚無發現痛經。自18歲起經期雖准，但臨經下腹部劇痛，經量少，伴有黑色小血塊，且乳房脹痛。近來發現經前鼻衄。脉弦，舌苔薄白，舌質紅。証系肝氣郁滯，氣血運行不暢。現值經後宜疏肝理氣、調和氣血。

處方：香附6g、當歸6g（後入）、柴胡4.5g、赤白芍各9g、白朮9g、茯苓12g、乾藕片15g、蘇梗4.5g 、丹皮9g、甘草3g　服二劑。

二診：現距下次月經預期尚有筍日，經前症狀未現。舌苔濁厚，脉弦滑。症屬氣滯濕阻，擬理氣化濕。

處方：青陳皮各1.5g、蘇葉梗各3g、草蔻仁3g、香附9g、煮夏6g、柴胡4.5g、赤白芍各9g、蒼白朮各9g 、茯苓12g、甘草梢2g、當歸6g（後入）、川芎3g；服6劑。

三診：今晨月經來潮，未發現腹痛，經量少。舌苔薄白，脉弦。仍取調理氣血。

處方：蘇梗葉各5g、香附9g、陳皮3g、川芎9g、當歸9g（後入）、赤芍9g、延胡9g、丹參15g、失笑散12g

香港註冊中醫學會版權所有 Copyright HKPCMP All Rights Reserved

（布包）、菟蔚子9g、烏藥9g ；二劑

按：肝喜條達，其脈佈於兩脇乳房，循陰器繞少腹，倘若情志不遂，必致肝氣郁滯，氣為血帥，氣滯則血阻，影响衝任通洩，故值經期則現乳房脹痛，下腹劇痛等症。氣有餘便是火，郁氣化火，迫血傷絡故鼻衄。肝氣不達，肝脾違和，脾運不健，濕從內生，故舌苔濁厚，肝脈主弦，滑有濕，氣滯濕阻，血行不暢。此例論治，平時以逍遙散疏肝理脾，以調暢氣血，屆經前及經期仍以疏肝解郁為主，佐以活血調經。

例2. 潘女 27歲 已婚

痛經已二、三年，月經週期先後無定，每次經前四、五天小腹疼痛，灼熱感，經量甚多，色紫。現將屆經期，又見小腹痛，口乾欲嘔，面部燥熱，便秘溺赤。脈弦數，舌質紅，舌苔薄黃。証屬肝氣郁結，蘊火內盛。治以疏肝洩熱。

處方：柴胡4.5g、赤白芍各9g、丹皮9g、檀香3g（後入）、砂仁3g（後入）、木通9g、路路通9g、黑梔子9g、烏豆24g、女貞子15g、側柏葉15g；二劑

復診：服二劑後月經應期於今晨來潮，腹痛較減輕，按前方再服二劑。囑下次經前再來服藥，調理二次週期後痛經已愈，且經量亦恢復正常，諸症悉平。

按：本例痛經伴現諸症均由肝氣郁結，蘊熱內盛所致。肝主疏洩，疏洩失常則氣機不暢，故經期不准，且經前小腹痛。氣郁化火，蘊熱迫血故量多色紫，且現熱象舌脈。經二次疏肝洩熱，涼血止痛治療後，諸症悉平。

例3. 高女 30歲 已婚

24歲結婚，大產一胎。年來身体漸胖，月經多先期而至，量少色淡伴有凝塊，經前乳房及小腹脹痛，經期則痛甚，現值行經，舌淡紅，舌苔薄白，脈細滑。小腹痛甚須服止痛片。脈症互參顯系氣血虛弱，且有挾滯。宜以通為主，略佐補正。

處方：當歸9g（後入）、川芎6g、酒炒芍9g、党參12g、炙草3g、香附6g、青陳皮各4g、丹皮6g、路路通9g、桂枝6g、烏藥9g、金鈴子9g ；三劑。

復診：藥後腹痛瘥，月經淨。舌淡紅，苔薄白，脈細弱。滯解宜補，處八珍料五劑。次月痛經大減。連續調理三個週期，未見痛經復發。

按：張景岳云：「經行腹痛症有虛實。……但實中有虛，虛中亦有實，此當於形氣稟質兼而辨之。」本例辨証屬氣血虛弱，且有挾滯，氣不攝血，故先期凝滯腹痛。初以溫經行滯，活血止痛，以通為順。方中香附、青陳皮行氣化滯，桂枝、丹皮調經行滯，芎、歸、芍活血養血，路路通、牛膝通絡引下，參、草補氣和中。滯解痛瘥則轉補養以八珍治本。

例4. 鄭女 25歲 已婚 工人

近半年每當行經則小腹疼痛難忍，甚至在床上打滾，汗出，泛惡欲嘔。經量少，色紫黑伴有瘀塊，塊下則痛減，脈弦澀。舌苔白，質淡紅。此為寒阻衝任，氣血凝滯所致。擬溫經散寒，活血行瘀。

處方：丹皮9g、桂枝9g、莪朮6g、川芎6g、當歸9g（後入）、赤芍6g、桃仁9g、川牛膝9g、失笑散12g（布包）、延胡9g、小茴香6g（後入）；於經前服三劑，連服二個週期，經量增多，痛經消失。

按：此例患者經行小腹劇痛，經色紫黯量少，脈弦澀，苔白質淡。皆因寒邪留阻沖任，胞脈氣血凝滯，不通則痛。仿溫經湯加減。方中桂枝溫經散寒，芎、歸、芍活血調經，丹皮、莪朮、桃仁活血祛瘀，佐以牛膝、延胡、小茴理氣導下止痛。合而俱溫經散寒，活血行瘀之效。

例5. 陳女 33歲 已婚 幹部

患者四年以來，每當經來則小腹冷痛如絞，必用熱水袋敷之稍緩，經量少，色暗紅伴血塊，畏冷，手足不溫，大便不實。舌苔白，脈沉緊。脈症合參顯為寒凝血滯。治宜溫經散寒，理氣活血。

處方：當歸9g（後入）、赤白芍各6g、桂枝9g（後入）、泡吳萸3g、路路通9g、丹參9g、舊艾葉3g 、丹皮4.5g、炙草3g、川芎6g、木香6g（後入）；服一劑。

復診：藥後小腹冷痛依然，形寒喜暖，噁心便溏，舌脈如前，雖療效未著，証未变，法亦不变。照上方加

香港註冊中醫學會 版權所有 Copyright HKRCM All Rights Reserved

元胡9g 肉桂心1g（分吞）連服三劑後痛少減，經亦將淨。患者因在外地工作，囑常服溫經丸，每日12g。三個月後知悉痛經痊愈，越四月已有孕。

按：本例系寒邪凝聚胞中，阻滯氣血，運行不暢，故小腹冷痛如絞，喜暖，經量少色暗紅。寒邪昜傷陽氣，氣血不能輸佈四肢，故四肢不溫。舌苔白，脈沉緊，均為寒邪凝滯之象。故用溫經散寒，理氣活血。初服一劑藥力未到，效不顯著。加重溫經止痛藥後逐漸見效。

例6. 陳女 30歲 已婚 护士

三年來月經週期超前四、五日，經前小腹脹痛，經量少，色紫黯有小塊，行而不暢，伴胸脇乳房作脹，心煩口苦而乾，帶下色黃穢臭，脈弦，舌質紅，苔黃。經婦檢兩側附件增厚，俱壓痛。擬肝郁氣滯，濕熱下迫，氣血失調。現距經期尚有旬日，治宜疏肝清熱利濕，佐以調和氣血。

處方：丹皮9g、生梔9g、柴胡4.5g、赤白芍各6g、丹參9g、黃芩9g、香附9g、椿根皮24g、茵陳9g、封髓丹9g（分送）；服三劑。

二診：藥後帶下銳減，色淡黃，微臭。經期將屆，經前不適症狀尚未出現，舌紅，苔微黃，脈弦。疏肝洩熱，宣郁通經繼之。

處方：丹皮9g、黑梔9g、柴胡4.5g、赤白芍各6g、金鈴子9g、烏藥9g、丹參9g、香附9g、黃芩9g、郁金6g、澤蘭9g；服三劑 。

三診：上藥僅服2劑月經即來潮，經前腹痛、乳脹症狀銳減，餘症亦瘥，經量增多，色紫紅，脈微弦舌質偏紅，苔黃。以上方加減繼之。

處方：丹皮9g、黑梔9g、柴胡4.5g、白芍9g、黃芩9g、金鈴子9g、烏藥6g、丹參9g、蘇蘿子9g、路路通9g；服二劑。

月經淨止，諸症悉除。後以丹梔逍遙丸鞏固療效，經隨訪痛經症狀消失，月經亦轉正常。

按：肝主疏洩，性喜條達，其脈佈胸脇繞陰器抵少腹，若情志怫郁必致肝氣不舒，衝任失其通洩，血行不宣，致生經前乳脹腹痛，經血澀少。且肝郁氣滯，郁久釀濕生熱，濕熱下迫，任帶不固，故口苦心煩，帶黃穢臭，脈弦舌紅等症。治以宣郁通經湯為主方，非經期疏肝清熱利濕，經前於疏肝洩熱中，佐以宣郁通經而調氣血。再以丹梔逍遙丸鞏固療效。

例7. 楊女 28歲 已婚

結婚八載，未曾生育。三年來月經週期如恆。經前自覺兩乳脹悶，手足心熱，四肢疲憊，小腹疼痛，潮時痛甚，經量澀少，血色紫黯，二便如常。現值經期諸症又作，脈弦滑，舌質紅。緣由肝氣失調，郁火內生，陰血涉虛，血行不暢所致。治宜解肝郁，洩肝火，和血通經。擬宣郁通經湯加減。

處方：鱉血柴4.5g、赤白芍各6g、當歸6g （後入）、丹皮4.5g、生梔6g、金鈴子9g、丹參9g、烏豆24g、郁金3g、甘草3g；連服四劑。

二診：上月服四劑後行經乳脹腹痛均瘥，經色較鮮紅。現距經期尚有數天，乳脹腹痛又作，但較前減輕，脈弦舌紅。仍宜解郁清熱。

處方：丹參9g、赤白芍各6g、當歸9g、穭豆18g、鱉血柴4.5g 丹皮9g、生梔9g、金鈴子9g、生地9g、烏藥6g、甘草3g；四劑。

三診：近二次經期均無明顯不適，為防復發囑以丹梔逍遙丸口服二週。

按：本例肝經郁火痛經証，涉及陰虛內熱，故見手足心熱，舌質紅等症，而用穭豆、烏豆、生地、鱉血柴等養血涼血，清虛熱。鱉血柴既疏肝郁又解處熱。

例8. 潘女 20歲 未婚

室女18歲月經初潮，週期尚准，量少，色淡紅，歷3天。兩年來每逢經期小腹墜悶隱痛，伴腰酸倦怠，精神不振，經淨後始見緩解。經肛腹診檢查斷為子宮發育不良，脈細弱，舌質淡紅，苔薄。証屬肝腎俱虛，胞脈失養所致。現經才淨一周，宜補肝腎，養精血為先。

香港註冊中醫學會 版權所有 Copyright HKRCMP All Rights Reserved

處方：枸子15g、山萸9g、杜仲15g、當歸6g、白芍9g、熟地12g、紫河車12g、淮山12g、甘草3g；八劑（隔日服一劑）。

二診：藥後精神較佳，諸感舒适。辰下月經來潮量較多，色紅，小腹未見隱痛，仍見腰微酸楚，脈濡緩，舌質正常，苔薄。囑以歸芍六味丸常服。

按：痛經病機皆為氣血運行不暢，病因卻有寒熱虛實之異。本例月經初潮遲，量少色淡，伴神倦腰酸，舌質淡，脈弱，系屬肝腎虧損無疑，肝腎為沖任之本，肝腎虛則精虧血少，衝任不足，故每遇經行，血海虧空，胞脈失養，血行不暢，致生小腹隱痛，所謂「不榮則痛」。治療方面，非經期重補虛，以補為通，通則不痛。經前、經期略加理氣以順血行。方中用血肉有情之紫河車培本益氣填補精血，待精充血旺，体虛漸復，痛經自愈。

例9. 徐女　21歲　已婚

結婚四年，未生育。14歲月經初潮，週期不定。每次經前二天均感兩乳脹痛，小腹墜悶，經行則腹痛加劇，經量不多，伴胸悶泛嘔，噯氣頻頻，經後諸恙消失。

舌質紅，舌苔微厚。系氣郁血滯遂作痛經。囑每月於經前一週，隔日服痛經合劑，連續治療二個週期後，痛經症狀消失。越數月因妊娠嘔吐又來求診。

例10. 陳女 24歲　已婚

每屆經期小腹脹痛，尤其行經前半天兩乳脹悶，小腹脹痛，經來則加劇，非服止痛片或打止痛針不可，經行後三、四小時痛漸減，經量如常。如是者已七年矣。曾經他院診治未效。脈弦近滯，舌質淡紅，舌苔薄黃。良由肝氣郁結，氣血失調而致。時值經前旬日，處以痛經合劑五帖分服，以後痛經均消失。

例11. 蔡女　23歲　未婚

患痛經已三年。每經前二、三天，感乳脹、小腹脹痛，痛甚於脹，經期錯後，色紫量少有凝塊，食少，心煩，舌紅苔薄，脈弦澀。此為氣滯血瘀，血行不暢。經前以痛經合劑，經行加桃紅失笑散。痛經愈後仍囑每月於經前，服痛經合劑二、三帖，連續治療三個月，痛經之患消失。

關於預防：

中醫非常重視預防，內經云：「虛邪不能獨傷人，必因身形之虛而後客之也。」足見重視養生預防的人，不易招至疾病。尤其婦人，因為有經、產關係，務必注意養生。特別在經期、產後血去正虛時候，要注意飲食起居和精神方面的調攝。

平時要根据自己體質的偏頗，加以調理。

（編委：吳俊來審校 2010.12.28）

香港註冊中醫學會版權所有 Copyright HKRCMP All Rights Reserved