

月经失调的中医最新研究

胡习娇 著

图书在版编目

月经失调的中医最新研究 / 胡习娇 著. — 澳门:

澳门科学出版社, 2024.10

ISBN 978-99981-16-10-8

I. ①月... II. ①胡... III. ①月经失调—中医

IV. ①R711.51

月经失调的中医最新研究

胡习娇 著

ISBN 978-99981-16-10-8

责任编辑: 谢嘉深

责任校对: 谢嘉深

装帧设计: 吴惠华

出版发行: 澳门科学出版社

地 址: 澳门南湾大马路恒昌大厦 11 楼 F 座 邮 编: 999078

网 址: <https://www.mospbs.com>, <https://moaj.mospbs.com>

总 机: +853-62961666 反 馈: book@mospbs.com

印装公司: 翰林出版集团有限公司

开 本: 787 mm × 1092 mm 1/16 印 张: 8.5

字 数: 201 千字 印 数: 1 ~ 3000

版 次: 2024 年 10 月第 1 版

印 次: 2024 年 10 月第 1 次印刷

核准编号: 2024101515

如有缺损质量问题, 请联系本社销售中心。

版权所有 违者必究

作者简介

胡习娇，女，1979年2月生，博士研究生，中医全科主治医师，广州美年大健康中医科医师，湖南省桃江县中医院妇科医师，广东省老年保健协会医康养数智化专业委员会委员。主要研究方向为中医妇科各类疑难杂病症的诊治以及对红外热成像技术的应用研究、对亚健康调理及中医养生保健。擅长：运用整体医学观和系统性方法，重视天人相应，因时、因地、因人地对慢性疾病进行针对性治疗、长期管理和体质评估、调理。熟知中医经方、针灸、推拿、煎膏等治疗手段，能根据患者的病情和体质，制定个性化的治疗方案。擅于运用经方、时方等治疗月经失调、不孕症、子宫内膜异位症、多囊卵巢综合征、妇科痛症、妇科肿瘤等妇科疑难杂病症及内科脾胃病等疑难病症。

第一作者发表国家及省级论文20余篇，著作主编一本，第一副主编四本，国家级科研项目三项，软件著作权三个。先后获得院级优秀医师，抗击疫情爱心义诊医师，华南大区践行美年文化标杆人物等荣誉称号。

前言

本书是一部专注于月经失调的中医诊疗专著，结合了古典中医理论与现代临床实践。本书系统探讨了月经的生理机制、病因病机，并从中医的辨证论治角度深入剖析了月经失调的不同类型和治疗方法。书中涵盖了经典中药方剂的应用、中医针灸的治疗策略以及经期调理的饮食和生活方式建议，适用于从事中医临床及研究的专业人员。通过丰富的理论与实践指导，本书为解决月经失调问题提供了科学、系统的参考。

目 录

第一章 中医对月经失调的理论基础	1
第一节 月经的中医基础理论.....	1
第二节 脏腑与经络的调控作用.....	6
第三节 气血与月经的关系.....	11
第四节 阴阳平衡与月经调节.....	14
第五节 情志因素对月经的影响.....	17
第二章 月经失调的病因与病机	20
第一节 中医对月经失调的病因分析.....	20
第二节 月经失调的病机探讨.....	23
第三节 外感六淫与月经失调.....	27
第四节 内伤七情与月经失调.....	31
第五节 劳逸失度与月经失调.....	34
第三章 月经失调的中医辨证论治	38
第一节 月经过多的辨证与治疗.....	38
第二节 月经过少的辨证与治疗.....	41
第三节 月经先期的辨证与治疗.....	44
第四节 月经后期的辨证与治疗.....	47
第五节 月经先后无定期的辨证与治疗.....	52
第四章 痛经与经期综合症的中医诊治	55
第一节 痛经的中医辨证.....	55
第二节 经期综合症的中医调理.....	58
第三节 痛经的针灸治疗.....	61
第四节 经期综合症的中药调理.....	64
第五节 痛经与经期综合症的日常护理.....	67
第五章 常用中药方剂及其应用	71
第一节 调理月经失调的经典方剂.....	71
第二节 中药材的功效与现代研究.....	76
第三节 补肾类中药方剂在月经失调中的应用.....	79
第四节 活血化瘀类方剂的作用与应用.....	82
第五节 清热凉血类方剂在月经问题中的应用.....	87
第六章 针灸在月经失调中的应用	91
第一节 针灸调经的基础理论.....	91
第二节 针灸治疗常见月经问题.....	93
第三节 不同针法在月经失调治疗中的特点.....	97
第四节 艾灸在月经调理中的应用.....	101
第五节 针灸与中药结合治疗月经失调.....	105
第七章 月经调理的饮食与生活方式	108
第一节 饮食调理的基本原则.....	108
第二节 生活方式的调整与月经调养.....	111
第三节 运动锻炼与月经健康.....	114

第四节	日常护理与月经调理	117
第五节	心理疏导在月经失调中的作用	120

第一章 中医对月经失调的理论基础

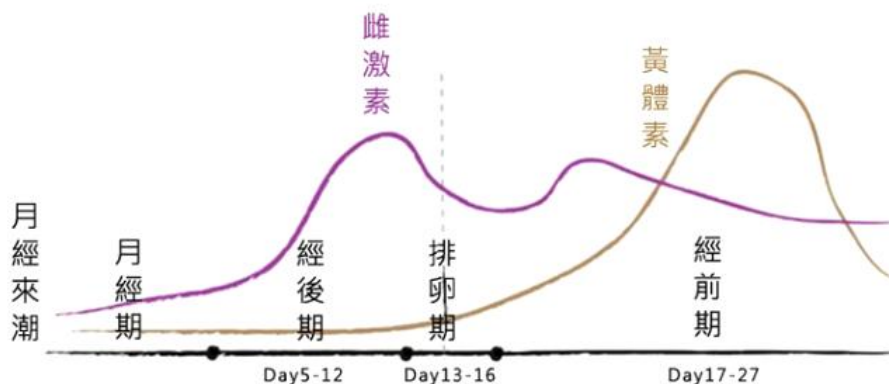
第一节 月经的中医基础理论

一、阴阳平衡与月经周期调控

在古老而深邃的中医理论体系中，阴阳平衡犹如生命之舟的稳定舵手，对人体健康起着根本性的保障作用，而在女性独特的生理现象——月经周期的调控中，阴阳平衡更是发挥着至关重要的核心作用。

阴阳学说，这一源自古代中国哲学的智慧瑰宝，经过漫长的历史沉淀与传承，被巧妙地引入中医学领域，并逐渐发展成为中医理论不可或缺的重要组成部分。阴阳之间的关系既相互对立，又紧密依存，同时还能够在特定的条件下相互转化。在女性复杂而精妙的生理结构中，阴被赋予了物质基础的象征意义，其中包括至关重要的血以及滋养生命的津液等。而阳则代表着人体的功能活动，例如气的强大推动作用以及温暖身体的温煦功能等。

月经是一女性生命中具有特殊意义的生理现象，其产生与阴阳的微妙消长变化息息相关。当女性步入青春期，身体的生殖系统如同春日的花朵般逐渐绽放成熟，月经周期也随之悄然建立。一个完整的月经周期可以清晰地划分为月经期、经后期、经间期和经前期四个各具特色的阶段，而在每一个阶段中，都生动地体现着阴阳的动态变化，仿佛一场精妙绝伦的生命之舞。



月经期，无疑是阴阳转化的关键节点。在这个特殊时期，阳气开始逐渐增长，如同一位强大的推动者，助力经血顺利排出体外。从中医的独特视角来看，月经的顺畅排出极大

2019

历史机遇 · 打造交流合作基地

Historic Opportunity · Build Communication And Cooperation Bases



· 粤港澳大湾区 · 发展规划纲要

解读2019年新发布《粤港澳大湾区发展规划纲要》

★★★★

大湾区规划 · Introduction

《粤港澳大湾区发展规划纲要》明确了澳门“一个中心、一个平台、一个基地”的三个定位，即：建设世界旅游休闲中心、中国与葡语国家商贸合作服务平台，**打造以中华文化为主流、多元文化共存的交流合作基地。**

It further clarified the three orientations of "one center, one platform and one base" of Macao, namely, to build a world tourism and leisure center, a business and trade cooperation service platform between China and Portuguese-speaking countries, and to build an exchange and cooperation base with Chinese culture as the mainstream and multicultural coexistence.

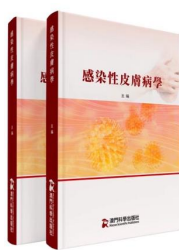


全球发行 · Publishing worldwide



由于国内自费书没有实际销售，出版社不会实际发行，属于非正式出版物，因此国内自费书绝大部分是属于非正式出版物。国际出版即便在没有销售市场的情况下也可以在海外发行上架。世界上其他地方（包括中国）的读者可以通过海外电商平台进行订购和销售。

Since there is no market for self-funded books in mainland China, mainland publishing houses will not actually issue them, so most of self-funded books in the Mainland are informal publications.



- 呼吸系统基本基础与临床 Fundamentals and clinic of respiratory diseases
- 临床肿瘤护理学 Clinical oncology nursing
- 感染性皮肤病学 Infectious dermatology
- 内分泌系统疾病 Endocrine system disease



- 实用小儿内科学 Practical pediatric internal medicine
- 消化系统疾病诊疗学 Diagnosis and treatment of digestive system diseases
- 现代中医诊断学 Modern diagnostics of traditional chinese medicine
- 皮肤修复与再生 Skin repair and regeneration

出版流程 · Publishing Process

出版流程快速简便，在填写基本信息、签订合同并支付费用后，IBPC将原始内容进行校对、排版及封面设计；在经过多次校对后，提交申请国际书号；可根据实际需求进行印刷和馆藏存档，最后上架发行。全程专人沟通指导，以极高性价比的方式出版属于自己的作品。

The publishing process is simple and convenient, after filling in the basic information, signing the contract and paying the fee, IBPC will conduct proofreading, typesetting and cover design. After multiple proofreading, submit the ISBN application. According to the actual needs, we will arrange printing and collection archiving, and finally put on the shelves and issued.

检索服务 · Retrieval Service

IBPC的检索服务可提供出版物国际注册文件及出版物所在地的图书馆检索证明，为作者提供证明文件支撑。同时，优秀图书将推荐至国际数据库中收录，提升出版物的认可度。

IBPC can provide retrieval service including the registration documents and the library search certificate. Meanwhile, excellent books will be recommended for inclusion in authoritative databases to enhance the recognition of publications.

销售协议 · Sales Agreement

作者签订销售合作协议后，IBPC可提供多种上架渠道，包括官网、京东、天猫、亚马逊、当当网等平台，可销售纸质印本与电子图书等形式，并按照合作协议进行利润分成。

After the author signs the sales agreement, IBPC can provide a variety of sales channels, such as the official website, JD & T-mall overseas Purchase, Amazon and other platforms, printed paper and electronic books are available, and the authors share the profits according to the sales agreement.



填写信息
Information Filling



签订合同
Contract Signing



支付费用
Payment



提交书稿
Submitting



内容校对
Proofreading
内容排版
Content Layout
封面设计
Cover Design

申请书号
ISBN Apply



印刷出版
Printing



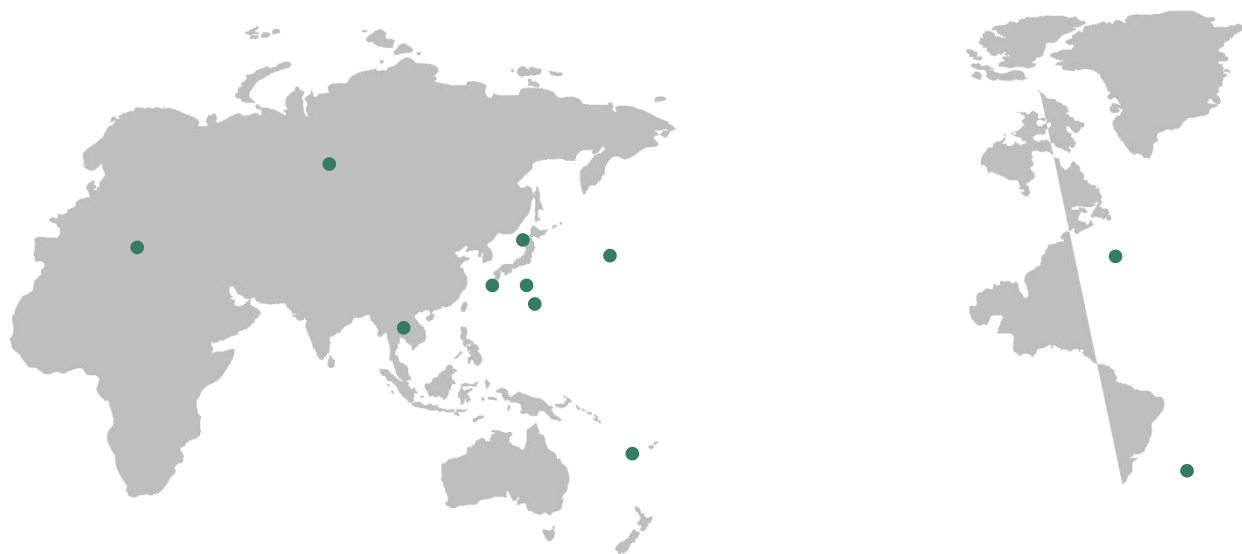
馆藏存档
Archives



上架发行
Publication

澳门科学出版社 MOSP

“以服务青少年及青年科学才俊为己任，
打造国际性的科学技术交流平台”



正规国际出版，首选澳科出版

- 学术著作/个人作品 - 优质
- 中华“强国文化”输出战略 - 翻译后国际出版
- 数字教材 - 教材出书 & 数字化媒体上线

所有优质内容，均可申请出版减免资助。

所有澳门本土内容，均可申请出版减免资助；

澳门总部

电话：0853-62961666（澳门）

邮件：book@mospbs.com

地址：中国澳门南湾大马路恒昌大厦F座11楼

网址：www.mospbs.com（英文）| moaj.mospbs.com（中文）

特别提醒：MOSP所有业务均有出版社的正规盖章合同，
若有任何疑问，可联系出版社编辑确认。