


推薦序

月經是女性生育期的重要生理現象，依《素問·上古天真論》所說，女子一般在二七天癸盛，即十四歲左右即已發育，衝任二脈的氣血開始充盛通達，按月排出月經，而有受孕生育的可能。三七即二十一歲至四七二十八歲，為女子體力達到壯盛充沛的高峰，再從五七三十五歲之後，便開始趨向衰退。七七四十九歲左右，衝任二脈氣血俱衰，當天癸絕，月經閉止就不能生育。可見月經對女子來說是重要的生理特性，生殖能力的象徵，亦是女子健康的重要指標。

從天癸盛的初經，到天癸絕的閉經，長達大約35年左右之久的月經，深深影響著女子生活的健康。在經期的生理循環中，大部份的女性在經前都會有疲勞、消化不良、緊張，及注意力不集中等現象，為經前症候群不適的症狀。婦科常見疾病有「經」、「帶」、「胎」、「產」四大類，醫家將經病列為婦科疾病的首位。

中醫對婦科疾病治療及保健具有獨特的照護優勢，婦科臨床治療，從古代的黃帝內經古籍，到現代的中醫婦科學，已累積為數甚多的經方及驗方，對「經」病的治療保健，中醫方家首重辨證論治，同時依據婦女發育的不同階段，依其生理病理，而有不同的照護，如金元四大家劉河間即指出天癸未行治在少陰，天癸即行治在厥陰，天癸將竭治在太陰。

陳鐵誠醫師為台北市名醫陳渡人之後，陳醫師家學淵源，從小即立下懸壺濟世之志，考上中醫師執照，在其先翁的指導下，對婦



科疾病治療有獨到的臨床經驗，治療婦女病患皆能著手回春。陳醫師古道熱腸，對病患視病猶親有口皆碑，更熱心於中醫公益，歷任台北市中醫師公會理事、中華中醫學會監事長、台灣中醫男科醫學會副理事長，任期內參與公學會推動中醫學術現代化不遺餘力，誠為醫界的楷模。

現陳醫師更將其行醫的多年經驗，對婦科月經疾病的保健治療心得，著作成專書，並配合月經治療及保健發明「月經週期轉盤」，與中醫同道分享其婦科臨床寶貴經驗，大公無私的奉獻精神，令人敬佩與尊敬，時值本書及經期轉盤付梓問世，造福杏林之際，特為之序。

中華民國中醫師公會全國聯合會名譽理事長
中國醫藥大學中國醫學研究所教授

林昭庚 謹識

2013年3月


理事長 序

所謂男女各佔半邊天，婦科絕對是大科。婦科病讓你看好了，那麼她的親友，甚至她認識的人，都將變成您潛在的患者，因此婦科一定要好好掌握！

陳鐵誠醫師臨床四十年，對於婦科之診治有獨到之心得，特別是月經病，更將繁複且不易掌握的辨證法則，變化為一個簡單轉盤—月經週期轉盤，臨證只要問問患者來經時日天數，即可按圖索驥，快速診斷處方，如排經期第1~5天有痛經屬氣滯血瘀者，根據轉盤指示，便可處方血府逐瘀湯加減，並建議吃九層塔煎蛋以緩解疼痛。所以有了此一轉盤，即可輕易掌握診療要領，不必苦思「辨證論治」。

月經週期轉盤的特色，是將週期大約30天分成數期，每期各依其不同的症狀而有相配之方藥與食膳，如上述般，得知某期某天某症，只要根據盤針指示，便可容易地把月經病治好。此外，本書還介紹了男女不孕症及更年期症狀的診治法則與其治療經驗、胎前優生的觀念與婦女身心靈照護等，均有其參考價值。換言之，陳醫師的獨家心得經驗，可以帶您輕鬆面對錯綜複雜的婦科疾病。

本書的另一個亮點，就是腹診腹症的臨床要訣與臨症應用。一般四診望聞問切，切診以脈診為主，幾乎不太用到腹診，其實有關腹診，內經早有記載，只是沒去學而已。筆者以為，臨證若能脈診腹診合參，必能大大提高診斷的準確性。陳醫師是國內少數運用腹



診的名家，但看他那擠滿患者的診間，便可知道腹診的厲害；所以想要進入腹診的堂奧，就請您閱讀內容介紹。

陳鐵誠道長家學淵源，其先翁陳渡人醫師是本會的創會會員，擅長內婦兒科疾病的治療，陳道長盡得其父真傳。陳府三代為醫，陳道長公子陳淵渝先生為中西醫師，醫術精湛，備受肯定。今日父子同心，合寫一書，求序於余，余樂而為之！

台北市中醫師公會

理事長 **陳志芳** 謹識

2013年國醫節

自序


進入中醫領域近四十載如一日，回顧入行初期，看診循規：以四診八綱論證治病。因環境病情多變，臨床應用上為求醫術精進拜師學藝，擷取前輩之經驗結晶，以腹診穴診應用於臨床。

時代飛變、科技日新，也曾用脈診儀、電子探穴診病，雖電子儀器對病情診治有其功能。但診症愈久，愈知經驗累積之重要性。病例研究和患者回診反應，更能自衡醫術之進退、方藥之靈活運用。臨床應以理論實踐為根、患者的實證醫療為本，方能駕馭自如。

婦科實務診療，深知月經周期不同，用藥互異，非四物、八珍能一方概全，月經週期有固定的循環性，經前腹滿脹痛、來經排瘀體虛、經後恢復調養、排卵黃體增加，用藥處方需合時宜，方能藥到病除。

傳統觀念及隱私，使婦科疾病難以突破，很多患者伸手不語，醫師難為。

近20年婦科各症、不孕優生，求診者與日俱增，運用自創『生理週期輪盤』看診。以輪盤論症面對患者，知悉來經日期，婦科各症便可迎刃而解，使其自知身體狀況，醫病關係互信、療效可期；不孕優生，運用輪盤確知排卵受胎之時日，做生男育女之準備，隨心所欲而省錢省時，頗受大家肯定。



腹診、腹症古今有之，乃中西醫學診斷技術手法之一，易學難精需集更多病例實證，經驗交流確具臨床參考價值，自知術藝有限、才疏學淺，只作拋磚引玉共同分享，殷盼前輩同道指正。

小犬陳淵渝醫師從事精神醫療臨床工作及研究十餘年，今日以中西醫觀念，探討現代“婦女身心症”之治療及預防保健，與大家分享心得，也請多多指教。

本書出版承蒙林昭庚教授不吝指教惠序推薦，陳志芳理事長促成惠序。謹以最感恩的心致上最深的謝意。

陳鐵誠 謹識
2013元旦





救人足行道而
非謀富

鐵誠先生屬

許之文




前言

中西醫都一樣，婦科是大科，以前婦產科盛極一時，滿街林立，三步一家，門庭若市，近年因生育率下降，致不少婦產科難以生存，或轉從事醫美服務，中醫婦科的治療水準慢慢提升，用藥處方方便有效，安全無副作用，更多女士們對中醫的認識及了解與日俱增，經、帶、胎、產、不孕症以及胎前優生、胎教、安胎等，並廣及預防、養生、健美、幸福的目標和更年期的調養，頗得大眾的認同。

然而婦科的疾病錯綜複雜，侷限於傳統及隱私等問題，要做到診斷正確，藥到病除，難度相當，如果沒有豐富的臨床經驗，照書行事，按證處方，不但病人懷疑，連自己都沒信心。所以有待同道努力，深入研究，交換臨床心得，多做實際案例的探討，才能有效突破。

有關中醫婦科書籍百數十冊，症狀藥方更難以計算，疾病名稱，五花八門，“一病多方治”、“一方治多病”，似是而非的著述，答案都不準，臨床更是傷腦筋。





先父 陳渡人執業中醫研究內婦科20餘年(1951-1976)。潛心研究中醫藥，腹診腹症、針灸等開班授徒，公開驗方，著作驗方奇藥保健錄，男女私病保健錄，頭腦部病保健錄，風濕性病保健錄等，風行海內外。

有幸承 先父遺志，繼續發揚中醫事業，專研中醫婦科疾病，月經不調，不孕症、胎前優生及更年期之治療，男科疾病，性功能障礙，男女性更年期症，針灸等近40年。

近十餘年，兒女皆在教學醫院從事西醫工作，互相交流相關經驗，討論結合。並從家人親友實際做起，結合現代醫學的長處，整理出一套方法，提出來讓大家討論，希望同道指正。