

# Research Progress on TCM Syndrome and Treatment Characteristics of Female College Students in Emmeniopathy

Lu Feng, Xueyang Song, Zhaoxia Xu\*

School of Basic Medical Sciences, Shanghai University of Traditional Chinese Medicine, Shanghai  
Email: 1171130481@qq.com, \*zhaoxia7001@126.com

Received: Aug. 16<sup>th</sup>, 2018; accepted: Aug. 24<sup>th</sup>, 2018; published: Aug. 31<sup>st</sup>, 2018

---

## Abstract

Emmeniopathy is a common disease that plagued female college students. This article reviews the emmeniopathy, based on the literature, from the etiology and pathogenesis of TCM, the distribution of constitution type and TCM symptom, the harm of emmeniopathy to the female university, the prevention and treatment of emmeniopathy, the development of menstrual scale, and so on.

## Keywords

Emmeniopathy, College Students, TCM Syndrome, Therapeutic Principle and Therapeutic Method, Summary

---

# 在校女大学生月经病中医证治特征研究进展

冯 路, 宋雪阳, 许朝霞\*

上海中医药大学基础医学院, 上海  
Email: 1171130481@qq.com, \*zhaoxia7001@126.com

收稿日期: 2018年8月16日; 录用日期: 2018年8月24日; 发布日期: 2018年8月31日

---

## 摘 要

月经病是困扰女大学生的常见疾病。本文基于文献, 从大学生月经病的中医病因病机、体质类型与中医证候的分布、月经病对女大学的危害、大学生月经病的防治、月经病量表的研制等方面对大学生月经病

---

\*通讯作者。

进行了概述。

## 关键词

月经病, 在校大学生, 中医证候, 治则治法, 综述

Copyright © 2018 by authors and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

月经不调、痛经、崩漏等月经病是女大学生的常见病,严重影响女大学生的生活质量,给学习和生活带来困扰。本文基于文献,从大学生月经病的中医病因病机、体质类型与中医证候的分布、月经病对女大学的危害、大学生月经病的防治、月经病量表的研制等方面对大学生月经病进行概述,以期为临床研究提供一定的帮助。

## 2. 在校大学生常见月经病的类型

### 2.1. 痛经是在校大学生最常见的月经病

痛经是在校大学生最常见的月经病。贾彬等[1]通过问卷对某高校 590 名女生进行月经情况调查,发现 64.1%的学生在月经来潮期间会出现不同程度的痛经。有研究[2]利用问卷对某大学在校女生进行调查,结果发现原发性痛经的患病率为 81.5%。孟巧绒[3]对西藏民族学院在校藏族女大学生进行随机抽样,结果发现该院女大学生痛经发生率为 71.53%。孙艳明等[4]采用整群分层随机抽样的方法调查天津 5 所高校的 1800 例女大学生的痛经情况,结果发现原发性痛经的发生率为 77.94%。周玉丽等[5]采用自制痛经相关问卷以及匹兹堡睡眠质量指数量表对该校女生进行调查,结果发现该校女生近 3 个月原发性痛经的发生率为 58.8%。郑慧媛等[6]采用随机整群抽样的方法,对西安医学院护理学院 394 名女生进行问卷调查,结果被调查者中 78.4%有原发性痛经。唐娟[7]采取按比例随机分层整群抽样的方法对 900 名在校女大学生进行调查,结果发现该校女大学生原发性痛经发生率为 61.3%。李东阳等[8]选取 7 所民族大学少数民族女大学生进行问卷调查,对 7905 份问卷进行分析,结果发现痛经发生率为 90.9%。

### 2.2. 其他月经病的发病情况

在校女大学生,除痛经发病率高外,其他常见月经病有月经周期不规则、闭经、月经间期出血等。艾梅等[9]对苏州卫生职业技术学院 1012 名女生进行问卷调查,结果发现月经失调者的发生率为 80.1%,其中月经周期不规则的发生率为 20.78%;并发现月经不规则与经期洗冷水澡、经期睡眠不佳、吃辛辣食物有关。张东枚[10]采用整群随机抽样方法,对某高校 266 名女大学生进行自填问卷调查发现,月经病症状自报患病率为 79.3%,其中痛经为 67.3%,经期不规则为 37.0%、月经稀发为 7.1%。吴赞等[11]采用女大学生月经状况调查问卷,随机抽取某校 434 例女大学生的月经状况、对痛经的认知、态度和应对策略进行调查,发现女大学生月经周期异常者占 17.28%,经期天数异常者占 8.98%,经量异常者占 25.35%。陈玲等[12]随机选取沧州某高校在校女大学生 600 例,统计月经一般情况、月经失调发生情况及相关影响因素,结果显示,所调查的女大学生月经失调者 100 人。

### 3. 在校大学生月经的病因病机研究

#### 3.1. 禀赋素弱，肾气不足

中医认为原发性痛经多为患者素体肾气未充，天癸初至或禀赋素弱，肾气不足，冲任气血调和的能力较弱，对于经期及经行前后的急骤变化不能疏通条达[13]，而继发性痛经主要是由于肾虚所致的肝气无法正常宣泄，肝气不舒则肝郁气滞，日久成瘀。若瘀阻胞宫，便产生痛经；若瘀血阻滞皮肤脉络，导致气血运行不畅，从而出现血瘀痰阻，经脉失畅，瘀阻于局部，在皮肤表面形成结节、囊肿、瘢痕疙瘩，则发为月经前痤疮[14]。

#### 3.2. 个人的生活习惯是月经失调的诱因之一

孙艳明等[4]采用整群分层随机抽样方法调查 1800 例女大学生的痛经情况，结果发现痛经影响因素为平素多冰冷饮食、爱生气、母亲年轻时有痛经、居室潮湿等，组合影响因素为运动、遗传等。有研究[15]对藏族地区女大学生进行调查，发现个人卫生习惯、洗冷水浴、参加剧烈运动等是引起月经失调的诱因。艾梅等[15]对 1012 名大学女生进行问卷调查，发现痛经与经期末注意保暖有关，经常食用辛辣食物者月经失调的危险增大。何晓翠等[16]采用问卷对女大学生 210 人进行调查并分析，发现压力过大、便秘、贪凉、不良的经期卫生习惯和电磁污染与月经失调相关。有研究[17]对杭州地区女大学生进行问卷调查，发现在月经期出现乳房胀痛及痛经与女大学生月经前痤疮增多现象具有一定的关联性，女大学生平日喜好甜食、喜好辛辣物等生活习性，与月经前痤疮增多也有一定关系。

#### 3.3. 情绪不畅，肝郁气滞

有研究[18][19]对藏族地区的女生进行观察，发现民族信仰虔诚，恪守规则长期压抑自我情绪及欲望，气滞血瘀，气血虚弱，肾气亏损是造成她们痛经发病率高的诱因。有研究[20]对在校护理专业 800 名女生进行调查，发现月经失调的因素主要是精神焦虑、饮食习惯、经期剧烈运动和电离辐射等。李东阳等[8]对 7 所民族大学 7905 名少数民族女生进行问卷分析，结果发现烦躁易怒、忧郁、精神不集中的发生率依次为 44.8%，23.7%和 25.7%。有研究[21]对就诊的 680 例女大学生月经失调与心理相关因素数据进行分析，结果显示月经失调与健康心理因素存在密切关系，情绪不稳、精神紧张、压力过大等是造成月经失调的最普遍、最重要的心理应激反应。罗云[22]等通过回顾性分析 445 例月经失调的超声声像图与病程、年级、心理因素等的相关性，发现月经失调的发生与心理因素关系密切。

#### 3.4. 遗传因素

有研究[7]通过痛经组与正常组的比较分析发现生长环境、体质指数(BMI)、初潮年龄、母亲有痛经史、饮食规律、睡眠、平时体育锻炼情况、经期用凉水洗漱、学习压力和近期焦虑等因素差异具有统计学意义，是引起女大学生原发性痛经的主要危险因素。孟文苓等[23]采用自编调查问卷对 600 名女大学生进行调查，结果发现母亲有痛经史、月经来潮时有恐惧心理、有喝冷饮习惯等因素为原发性痛经的影响因素。有研究[24]采用随机整群抽样的方法回归分析结果发现痛经家族史、体育锻炼、经期进食辛辣食物、经期冷水洗漱、经期情绪状态等因素是原发性痛经的主要影响因素。

#### 3.5. 肝肾功能失调

肝为冲脉之本，肾为任脉之本，肝肾同源，肾阴亏虚而肝血不足，肝肾阴血不足使冲任失养而不调，从而导致月经失调或痤疮随月经周期而发；阴阳消长是维持女性正常月经周期变化的基础，经前期是阳长期，容易引起肝阳有余而肝肾阴血不足，正是这种阴阳不平衡导致了女性痤疮患者在月经前病情的加

重, 研究进一步证实肾阴不足、肝经郁热为月经前痤疮发生和经行乳房胀痛以及痛经的共同原因[18]。许子春[25]认为, 经行乳房胀痛多是因为情志内伤导致的肝气郁结、乳络失利而致疼痛; 或是由于肝经气火过于旺盛, 冲任气血失调, 乳络失利而发; 或瘀血阻滞乳络而病。如果气滞、痰阻、瘀凝, 日久则结成肿块, 并且损伤肾气。冲脉所司在肝而又隶于足阳明胃经, 其病位在肝、胃、肾三经, 病之性质多见本虚标实。这与肝经郁热、肾阴不足, 相火过旺上熏头面而表现为月经前痤疮的基本病机一致, 均应采用疏肝解郁法治疗。

#### 4. 在校大学生月经病的体质类型与月经病中医证候分布

韩莹等[1]研究发现气郁体质严重影响着原发性痛经的发生率, 偏颇体质和复合体质较单纯体质人群更容易发生痛经现象, 且数据表明大部分痛经的人带有两种或以上的体质, 其中气虚合并气郁又占据复合体质的很大部分。郑良琴[26]对在校各年级女大学生进行痛经与中医体质的研究, 结果发现: ① 调查人群中平和体质占 53%, 偏颇体质占 47%, 分布由高至低顺序排为: 平和体质 > 气虚体质 > 气郁体质 > 湿热体质 > 阳虚体质 > 阴虚体质 > 痰湿体质 > 血瘀体质 > 特禀体质; 无痛经人群中偏颇体质占 43.3%, 痛经人群中偏颇体质占 47.7%, 痛经与无痛经人群平和质和偏颇体质无显著性差异, 痛经人群偏颇体质按其分布比例由高至低排序为气虚体质 > 气郁体质 > 阳虚体质 > 湿热体质 > 阴虚体质 > 痰湿体质 > 血瘀体质 > 特禀体质。孙艳明等[27]采用整群分层随机抽样的方法调查天津 5 所高校的 1800 例女生的痛经情况, 结果发现原发性痛经中医证型分布为寒凝血瘀证占 37.25%, 气血虚弱证占 27.10%, 气滞血瘀证占 24.49%, 肾气亏虚证占 6.67%, 湿热瘀阻证占 4.49%。

#### 5. 月经病对在校女大学生的危害

孙艳明等[4][25]利用自制问卷, 采用整群分层随机抽样的方法调查高校女大学生的痛经情况, 结果显示痛经对女大学生经期生活质量影响较大, 主要反映在生理、心理、社会等方面, 对其生活质量的影响以轻、中度为主, 少数有重度影响, 通过药物治疗、健康教育等途径能改善痛经女大学生经期的学习生活, 提高其身心健康水平。张永爱等[28]研究发现, 不同痛经程度的女大学生月经态度及影响身心健康的事件、烦恼的事情、可预测之事 3 个领域比较的结果显示, 无痛经症状组和痛经症状非常严重组之间差异有统计学意义, 而无痛经症状组和痛经程度一般组、痛经程度较严重组之间差异无统计学意义, 痛经症状非常严重组和痛经程度一般组、痛经程度较严重组之间差异无统计学意义。周玉丽等[5]采用自制痛经相关问卷以及匹兹堡睡眠质量指数量表进行痛经与睡眠质量的相关性研究, 结果发现中、重度痛经组睡眠各维度得分均高于不痛经、轻度痛经组, 各组睡眠质量、实际睡眠时间、白天困倦情况有显著性差异, 中、重度痛经组睡眠质量差者较多。

#### 6. 在校大学生月经病的防治研究

##### 6.1. 健康教育对女大学生月经病的改善有促进作用

郑慧媛等[6]对 394 名女生进行问卷调查研究, 结果发现关注女大学生痛经症状, 采取积极有效的对策方式, 加强月经保健知识的宣传教育, 对于改善女大学生个体健康, 提高学习生活, 减轻痛经对女性的负面影响, 有着重要的意义。有研究[21]对 680 例月经失调女大学生进行心理健康状况调查, 结果提示药物治疗同时进行心理疏导, 月经失调状况会得到明显改善, 学校通过多样化的形式加强心理健康的指导, 促进女生的身心健康, 提高女生的生活质量和学习质量。

##### 6.2. 心理干预与药物治疗相结合

有研究[29]将月经失调女大学生分为干预组与非干预组, 无月经失调的高校女生作为对照组, 采用生



活事件量表(LES)对女大学生生活情况进行分析,非干预组女生给予常规药物治疗,干预组女生给予生殖健康、心理干预。结果显示月经失调组 LES 量表评分分别与对照组学生进行比较,干预组治愈率明显高于对照组,提示给予相应的心理、生理、药物治疗,可有效改善女大学生的心理状况,以积极的心态进行学习、生活。万光花等[30]对 431 名由精神因素引起月经失调的女大学生分成干预组和对照组进行研究分析,干预组进行生殖健康教育、心理干预、药物治疗,对照组只给予药物治疗。结果发现半年内干预组女生月经周期紊乱、痛经、继发性闭经和功能性子宫出血的治愈率均优于对照组,差异均有统计学意义,提示生殖健康教育和心理干预能显著提高女大学生由精神因素引起的月经失调的治愈率,从而促进女大学生身心健康,减少月经失调的发生。

### 6.3. 按摩、针刺治疗对月经病的防治具有良好效果

李蔚江等[31]通过按揉地机穴治疗痛经患者,利用中医痛经评分量表评分和疼痛视觉模拟评分法评分,分别观察治疗前、治疗开始 15 min 后、30 min 后的变化。结果发现治疗组止痛效果优于对照组,按揉地机穴治疗痛经即时疼痛疗效确切。中医传统的推拿手法按揉法,取穴和操作简单、方便,适合患者自我治疗,且起效迅速,止痛效果良好。有研究[32]采用三阴交、足三里为治疗穴位行针刺治疗原发性痛经女大学生 27 名,每周三次,每次 30 min,其间行针 1 次,治疗三个月,在接受治疗前后一个月经周期的第二天晨起空腹检查卵泡刺激素(FSH)、黄体生成激素(LH)、雌二醇(E2)、孕酮(P)、睾酮(T)、 $\beta$ -内啡肽( $\beta$ -EP),进行治疗前后疼痛评分,结果显示,FSH、LH、P 显著降低,血清 E2 显著增高,血清  $\beta$ -EP 显著降低,患者症状明显减轻,痛经症状积分较前下降,提示针刺是治疗原发性痛经有效方法之一,通过针刺可调整神经内分泌免疫系统,减少致痛物质的产生。

## 7. 月经病量表的研究

苏敏等[33]以格林健康教育模式为理论基础,通过查阅国内外文献和对痛经女大学生进行半结构化访谈,形成包含 40 个条目的条目池;结合专家意见,并经过预测试,形成包含 20 个条目的女大学生原发性痛经原始量表;通过对 100 名痛经女大学生进行调查,采用条目分析法对原始量表的条目进行筛选,最终形成含有 19 个条目的暂定量表;选取 500 名痛经女大学生进行调查,采用因子分析、相关分析等方法对量表的信度和效度进行检验,形成量表。通过女大学生原发性痛经自我管理行为量表具有较好的信度和效度,可以作为评价我国女大学生自我管理行为的参考工具。

## 8. 小结与展望

综上所述,女大学生最常见的月经病是痛经,而且其发病率呈明显的上升趋势,其他常见月经病有月经周期不规则等。影响女大学生月经病的常见原因有情绪的波动、遗传因素、生活不规律等。对月经病的治疗,心理干预结合药物治疗效果较好,健康教育能有效减轻及预防月经病的复发,针灸、按摩亦对月经病有很好的治疗作用。但是,查阅文献发现,在女大学生月经病的中医证候分类及月经病问诊量表的研制等方面研究较少,进一步研究,可以结合现代科学技术对月经病的病因病机、月经病的问诊量表等进行研究,以为其临床治疗提供更科学更客观的依据。

### 基金项目

上海市健康辨识与评估重点实验室(NO.13DZ2261000)建设经费资助。

### 参考文献

- [1] 贾彤,于学文. 陕西高职女生月经及经期保健知识调查分析[J]. 中国妇幼健康研究, 2014(3): 377-379.

- [2] 韩莹, 张岩, 张春蕾. 女大学生中医体质与原发性痛经的相关性分析[J]. 中国妇幼保健研究, 2016, 27(2): 349.
- [3] 孟巧绒. 内地藏族女大学生月经及经期保健情况调查分析[J]. 中国妇幼保健, 2016, 31(17): 3589-3591
- [4] 孙艳明, 王玲, 王学岭, 等. 1800例女大学生痛经病因及证候分布规律调查报告[J]. 中华中医药学刊, 2012, 30(5): 1014-1016.
- [5] 周玉丽, 王维清. 大专女生原发性痛经及睡眠相关性调查[J]. 卫生职业教育, 2017, 35(1): 133-134.
- [6] 郑慧媛, 郑全庆, 苏军龙, 等. 某医学院在校女大学生月经情况及原发性痛经的调查分析[J]. 延安大学学报(医学科学版), 2012, 10(1): 62-65.
- [7] 唐娟. 女大学生原发性痛经相关因素及其对心理、生命质量的影响研究[D]: [硕士学位论文]. 长沙: 中南大学, 2011.
- [8] 李东阳, 于秋红, 康晓平, 等. 少数民族女大学生月经相关症状的流行病学调查[J]. 中国学校(卫生), 2008, 29(12): 1092-1094.
- [9] 艾梅, 鲁燕, 苏春娟, 等. 江苏某高校大一女生月经情况调查及相关因素分析[J]. 齐齐哈尔医学院学报, 2015, 36(26): 3983-3985.
- [10] 张东枚. 某高校女大学生月经病症状及其影响因素分析[J]. 中国学校卫生, 2009, 30(7): 629-630.
- [11] 吴赟, 徐彩意, 潘丹阳, 等. 某校女大学生月经现状及其认知的调查研究[J]. 齐齐哈尔医学院学报, 2016, 37(9): 1229-1231.
- [12] 陈玲, 张秀芬. 女大学生自测基础体温对月经失调的相关性分析[J]. 中国性科学, 2013, 22(2): 43-45.
- [13] 毕丽娟. 黄素英治疗痛经经验[J]. 山东中医杂志, 2008, 27(2): 132-133.
- [14] 石向欣. 痤疮从血论治[J]. 现代中医药, 2008, 28(1): 37-38.
- [15] 艾梅, 鲁燕, 王艾丽, 等. 某高校女生月经及青春期多卵巢巢综合征调查[J]. 中国妇幼保健, 2013, 28(20): 3327-3328.
- [16] 何晓翠, 张新宇, 陈雪飞. 女大学生发生月经失调的原因探讨[J]. 中外妇儿健康, 2011, 19(6): 156-157.
- [17] 王琴, 许佳威, 陈扬, 等. 月经前痤疮发病影响因素分析——以杭州地区女大学生调查为例[J]. 中国中医药图书情报杂志, 2017, 41(2): 27-29.
- [18] 刘晓丽, 王人卫, 朱传芳, 等. 人工调整月经周期对女大学生有氧能力和下肢爆发力的影响[J]. 中国运动医学杂志, 2011, 30(8): 697-701.
- [19] 张迎, 陈华蓉, 谭祈纬. 少数民族女大学生痛经多因素相关研究[J]. 中国妇幼保健, 2013, 28(26): 4293-4295.
- [20] 吴丹丹. 护理专业女大学生月经失调的相关因素及干预对策分析[J]. 中国现代药物应用, 2012, 6(11): 126-127.
- [21] 孙茜. 女大学生月经失调与心理健康状况的相关性[J]. 中国妇幼保健, 2017, 32(4): 683-685.
- [22] 罗云, 王和平. 445例女大学生月经失调的超声观察及相关因素分析[J]. 中国现代医生, 2011, 49(34): 158-160.
- [23] 孟文苓, 王宁宇, 李苹, 等. 女大学生原发性痛经的流行病学现状调查及影响因素分析[J]. 泰山医学院学报, 2013, 34(8): 579-583.
- [24] 夏淑娟. 女大学生原发性痛经影响因素及健康教育效果评价[D]: [硕士学位论文]. 济南市: 山东大学, 2014.
- [25] 焦蓓蓓. 许子春治疗经行乳房胀痛的经验[J]. 中国乡村医药, 2012, 19(15): 31.
- [26] 郑良琴. 原发性痛经与中医体质的相关性研究[D]: [博士学位论文]. 广州市: 南方医科大学, 2011.
- [27] 孙艳明, 王玲, 吕仕超. 痛经相关症状对女大学生经期生活质量的影响[J]. 天津中医药, 2010, 27(5): 375-377.
- [28] 张永爱, 王立芹, 周小兰, 等. 痛经对大学生月经态度、对策方式的影响分析[J]. 护理研究, 2011, 25(6): 1526-1528.
- [29] 张慧君. 女大学生月经失调相关因素及心理护理效果分析[J]. 基层医学论坛, 2016, 20(29): 4160-4161.
- [30] 万光花, 雷秀峰, 潘晓红. 心理干预与精神因素引起的月经失调相关性分析[J]. 中华全科医学, 2014, 12(5): 778-779.
- [31] 李蔚江, 李征宇, 肖彬, 等. 按揉地机穴对原发性痛经即时止痛效应的研究[J]. 中国中医急症, 2012, 21(9): 1392-1393.
- [32] 金亚菊. 女大学生痛经情况调查及针刺干预对血清  $\beta$ -EP 及生殖激素的影响[D]: [硕士学位论文]. 南京: 南京中医药大学, 2007.
- [33] 苏敏, 杜彩素, 孙晓理, 等. 女大学生原发性痛经自我管理行为量表的编制[J]. 现代临床护理, 2016, 15(11): 1-7.

**知网检索的两种方式：**

1. 打开知网页面 <http://kns.cnki.net/kns/brief/result.aspx?dbPrefix=WWJD>  
下拉列表框选择：[ISSN]，输入期刊 ISSN：2166-6067，即可查询
2. 打开知网首页 <http://cnki.net/>  
左侧“国际文献总库”进入，输入文章标题，即可查询

投稿请点击：<http://www.hanspub.org/Submission.aspx>

期刊邮箱：[tcm@hanspub.org](mailto:tcm@hanspub.org)