

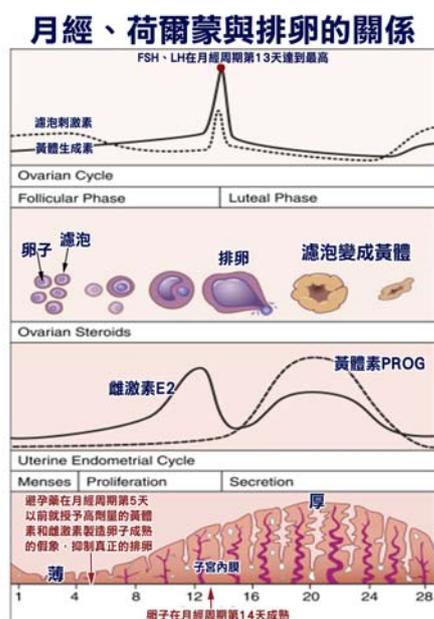
喝冰冷的食物，白帶案例

桃園廖桂聲中醫診所 院長廖桂聲

- ◆ 自 102 年 5 月 30 日起帶下量多
 - ◆ 患者為 23 歲女性，自 102 年 2 月開始發現月經週期不規則
 - ◆ 赴就診，經處方後，月經周期不規則已改善：
 - ◆ LMP：97. 7. 25.
 - ◆ D/ I：5-6/ 28-30
 - ◆ 色暗質稀量少夾血塊，經行腹悶痛
 - ◆ 今（97. 7. 30.）帶下色白質清稀量多
 - ◆ 談到冰水，時下沒有人不喜歡的，尤其是炎炎夏天，熱死人了，很多人都會去買冰涼 總之，我要告訴你冰實在害人無數，現今這一代孩子整天吃冰飲料，覺得很過癮，卻不知吃冰帶來的嚴重後果，你可以說冰就是一種毒品，
- 所以現今的怪病、癌症才會這麼多。結果很多導致月經不來、子宮急速老化、18 歲更年期就到了

俗話說：「十女九帶」，可見白帶對女性朋友而言，是生活上極大的困擾，所謂「白帶」是指女性陰道所分泌出來的液狀黏物之統稱，傳統醫學上分別有白帶、黃帶、赤帶等等，現代醫學上則分成黴菌或滴蟲感染、子宮及子宮頸等陰道病變等等，中西醫共存的台灣，因而使

得人們對白帶的認知偏差或不足，才會造成生活上的困擾。



正常的白帶是從陰道滲出的黏液，是生殖器官所分泌的黏液，也是正常的生理現象，目的是爲了讓陰道長期保持濕潤，維持並呈現一定酸度(PH 4)來抵抗外來細菌的入侵，這是一種陰道乳酸桿菌(益菌)，成乳白色黏液狀，且正常的量不至於沾濕內褲(排卵日除外)。另一種是子宮頸腺體所分泌的，是乳白色透明的黏液(如蛋清)，這是由卵巢荷爾蒙激素的刺激而分泌的，在排卵期的分泌量會增加，且濃度也會增加，目的是用來幫助精子的行進，以增進受孕機會。還有位於陰道的前庭的大腺體(巴氏腺)，也會分泌黏液，這是爲了性交的準備，具有潤滑的作用，所以又被稱爲「愛液」。由此可知應該把俗話的「十女九帶」，改成「十女十帶」才對，了解了白帶的正常生理現象，生活就不會受到困擾了。

異常的白帶，其色澤與分泌量是異常的，有時也會比較濃稠，且常伴有異味及搔癢燒痛的感覺，在傳統醫學上分成脾虛、腎陰虛、腎陽虛及溼熱型，都歸類於「水濕」之症，以致於後人稱此類的病患為「冷底」體質，不宜食用濕冷的食物，應調以溫補才對，其實這是大錯特錯的論調，其食療的效果恰好相反，也因被歸類為「冷底」體質，在治療上也常配黨蔘、黃耆、杜仲、肉蓯蓉、山茱萸、陳皮等藥材，在病理上是不適宜的，療效當然不彰。異常的白帶，用簡單的比喻來說明會更容易明白，就以我們的鼻子來說，正常情況下鼻竇內是保有一定的溼度的（用來調節空氣的溫度與溼度，且兼過濾與殺菌的功能。），但受感染發炎時，就會流出透明且帶有黏性的鼻水（用來降溫與沖洗病菌），接下來會流出較濃較黃的鼻涕（分泌黏液將病菌與其排泄物黏住排出），也會有異味，這與異常的白帶的生理現象是一樣的，同屬發炎現象，應食用較清涼的食物才正確哦！治療上也應以消炎殺菌為主，再配合提升免疫力配方，以防再患，這才是完美理療。

異常的白帶中的「白帶」，與正常的白帶較難區分，若分泌量過多且有異味者，就必須注意了，這大多是黴菌、念珠球菌、披衣桿菌、濾過性病毒感染及性病所引起的陰道發炎現象，會有搔癢燒痛感及惡臭，若子宮頸糜爛、卵巢功能失調、陰道萎縮或服用荷爾蒙不當，也會有不正常的白帶產生，此類的分泌物也是白色透明的，常會有異味

且量也較多。

異常的白帶中的「黃帶」，又稱為化膿性白帶，主要的病因有長期陰道炎、慢性子宮頸炎、子宮內膜炎、子宮積膿症、較嚴重的慢性卵巢炎及滴蟲感染等，其分泌物除了偏黃、偏濃外，還常有異味產生，若屬滴蟲感染的，則分泌物容易兼有泡沫狀，分泌量也會增多，且外陰部及陰道會有紅、腫、熱、痛或搔癢不適的感覺。

異常的白帶中的「赤帶」，意味著帶中含血，又稱為含血型白帶，如嚴重的子宮頸糜爛、子宮內膜病變、子宮頸瘻肉及子宮頸癌等，分泌物容易帶血成為赤帶，其他若常於性交後產生赤帶的現象，更不能忽視，應盡速診治才好。

正常的白帶是無色無味的，且分泌的量也會適中，希望能有正確的認知，千萬不要刻意的治療，尤其是服用過多的抗生素，反而會讓細菌產生抗藥性，細菌就更容易進駐感染，也不要使用灌洗方式來清洗陰道，會讓陰道乳酸桿菌量變少，改變陰道的酸鹼值（因市售的清洗劑大多是鹼性的），無法維持在 PH 4 而逐漸失去保護能力，更容易受細菌病毒感染，平常多注意個人衛生習慣，固定的性伴侶，穿著通透性較好的內褲，若有香港腳者襪子最好另外清洗，避免黴菌附著於內褲而受到感染，其他如維持良好的抵抗力也是必備的功課

藥物如治療上採滋陰養血、清熱涼血，用「梔子柏皮湯」加減方

治療。主成分是以知母、梔子、本黃柏、黃連、大黃、甘草等水酒各半淬提，加苦參丸+++++，以消炎、修護損傷組織細胞。