

女人以养血为本

血对女人的一生，尤其珍贵。女性由于有周期性失血的生理特点，而与血结下了不解之缘。而伴随女人一生的经、孕、产、乳的不同生理过程，均与血息息相关。因此，中医学早就有“女人以血为本，以血为用”，“妇女以养血为本”等观点。

女人一生都要养血。肖教授说，女人做小姑娘时，常会因月经失调，功能性子宫出血等导致失血过多，血红蛋白和红细胞数下降，出现头晕心烦、气短乏力、食欲不振、失眠多梦、面唇苍白等症。女人十月怀胎时，不但自身需要充足的血液来滋养，胎儿更需要依靠母亲的血来供养，所以一般孕妇都会出现贫血、厌食、头晕目眩、面色苍白等症状。而女人生产时失血过多或引产、流产时导致流血过多，更容易因贫血引发多种病症。严重贫血者，还会过早出现皱纹、白发、脱牙等症状。而产后哺乳期，母亲更需要补血化生乳汁。女人到了更年期，又会因为肝肾不足、心肾不交，出现潮热出汗、胸闷眩晕以及腰酸骨痛等一系列问题。所以，女人不同的生理阶段都会对身体有一定影响，有些女人可以很顺利度过，有些则症状明显，这主要与是不是及时调养并加以养血有很大关系。

我们知道，阿胶具有滋阴润燥、补血止血之功。现代科学证明，阿胶能促进红细胞与血红蛋白的生成，有显著的抗贫血、止血作用，并能改善体内钙的平衡，促进钙的吸收，使血清钙增高。肖教授解释说，正因为如此，阿胶是女人一生滋阴养血的最好选择，女人在不同年龄都可以根据情况，适当服用阿胶，那么就不仅可以因血滋养顺利地度过不同的生理阶段，而且对保持容颜、身心健康都有一定裨益。

阿胶是妇产科的圣药

临床中妇科疾病，多以阴血虚者较多，而阿胶正是滋阴、补血和止血的佳品，所以，很多妇科病的治疗都用到阿胶。

月经是女人一生需要面对的一个“痛苦”，在那几天特殊的日子，无论小姑娘还是已为人母的女人，都不得不忍受因失血带来的种种不适。肖教授提示，如果平时适量服用阿胶，不仅可以补血养血，改善面色，还可以减轻经期的“痛苦”。

肖教授特别提到月经失调，她说这是妇科的最常见疾病，是指以月经的周期、经期、经量、经色、经质异常或伴随月经周期出现的症状为特征的疾病。常见有月经先期、月经后期、月经先后无定期、月经过多、月经过少、闭经、痛经、崩漏等现象。其临床治疗重在调经养血。

阿胶味甘平，性微温，临床上常用它治疗月经过多、经期延长。对于阴虚血虚者，肖教授建议，可以适量服用阿胶。

阿胶对先兆流产也有治疗作用

近年来，由于高龄孕妇的不断增加，使流产和面临保胎的患者数量骤增。对此，从事妇科临床40多年的肖教授十分忧虑，但她同时表示，中医在这方面具有明显优势，应用中药治疗先兆流产的效果很好。

对于先兆流产和习惯性流产，临床上可用阿胶、杜仲、白芍、炒艾叶、熟地、桑寄生、菟丝子等，根据病情辨证施治。但服药期间患者必须绝对卧床休息。

不孕症已成为育龄女性的一大困扰。肖教授说，治疗不孕症中西医结合很重要。首先要通过西医的检查手段，确定男方精液是否正常，女方的排卵功能以及其他的生殖器官是否正常。寻找出不孕的根本原因，然后根据不同情况，中医进行辨证施治。

民国时张锡纯的《医学衷中参西录》中记载的寿胎丸是妇科医生常用的一剂补肾安胎的良方。其中就用到阿胶，并配以桑寄生、川断、菟丝子。

更年期也是所有女人必须经历的一段特殊时期，月经紊乱伴有阵发性潮热出汗、头晕、失眠、心烦、焦虑等是这一阶段妇女常常出现的一些症状，当出现一些信号时，就应适当调养，这也体现了治未病精神。