



子宫肌瘤是妇科第一大瘤,平均每4人就有1人罹患,大家容易忽略的是:有子宫肌瘤的人,往往也可能有甲状腺结节。为什么两者有共病的关联呢?以中医理论来看,两者都是压力大“肝气郁结”在作怪!为了疏通肝经,中医推荐一些中药材,并且每天按3大穴位,帮助调节内分泌,或使用针刺耳穴与头皮针,也有助于经络的疏通与改善。

周宗翰中医师表示,常常在门诊碰到有女性患者自述,自己不但患有子宫肌瘤,还患有甲状腺结节等良性肿块的情况。西医通常对症治疗,或是给予药物,或建议手术治疗。至于中医则是看患者的体质,各种病症之间有关联性,一些疾病的发病机制也相同,在病症不太严重时,这些疾病在中医临床实证上是可以同时治疗,也就是“异病同治”。原因在于容易长子宫肌瘤与甲状腺结节的朋友,常常都是肝经出了问题。

**中医:子宫肌瘤、甲状腺结节,原来都是肝气郁结在作怪**

为什么会有的这样的情况呢?中医古书上有记载子宫肌瘤为“症瘕”

范畴,《女科经论?症瘕痰癖》指出,“此证多兼七情亏损,五脏气血乖违而成。肝失条达而为病。甲状腺结节属于“瘕瘤”范畴,多因情志内伤,痰浊凝结所致。《济生方?瘕瘤论治》曰:“夫瘕瘤者,多由喜怒不节,忧思过度而成斯疾焉,大抵人之气血,循环一身,常欲无留滞之患,调摄失宜,气凝血滞,为瘕为瘤。”

《灵枢?经脉》对足厥阴肝经的循行,也作了详细记载:“肝足厥阴之脉,起于大指丛毛之际……循股阴,入毛中,环阴器,抵小腹,挟胃,属肝,络胆,上贯膈,布胁肋,循喉咙之后,上入颞颥,连目系,上出额,与督脉会于齿。”

所以,从发病部位看,甲状腺和子宫均位于足厥阴肝经所过之处,当人体的肝气郁结不畅与肝经密切相关,而肝气一旦郁结,郁结在上方部位,就会出现甲状腺结节;而郁结在下方部位,就形成了子宫肌瘤。或许有人觉得中医理论太抽象,简单来说,压力过大,或情绪波动与内分泌失调,会造成肿块产生的幕后凶手。

# 压力大子宫肌瘤、甲状腺结节跟著来!

華人健康網

压力大子宫肌瘤、甲状腺结节跟著来!



**情志影响气机的调畅,进而引起内分泌系统失常造成甲状腺结节与子宫肌瘤**

长期压力是造成肿块的罪魁祸首!周宗翰中医师解释,肝气郁结主要在于情绪,肝喜条达而恶抑郁。偏偏现代女性背负著巨大压力,可能来自于家庭、工作、感情等。压力会影响身体荷尔蒙的运作,慢性、长期的压力会不断地噬食你的身心!女性就是被这种不知不觉、长期

累积的压力而造成内分泌功能异常,《黄帝内经-素问-举痛论》:“百病皆生于气也。”也就是说,情志影响气机的调畅,进而引起内分泌系统的失常。长期在这样的情况下,甲状腺结节与子宫肌瘤,就有可能生成。

**揪祸首!甲状腺肿与子宫肌瘤,与情绪压力密切相关**

周宗翰中医师说明,甲状腺肿与子宫肌瘤与情绪密切相关,女性常见的压力症候群、失眠、动辄生气等精神情绪问题,多半与肝经不顺畅有关。中医认为“肝主疏泄”,“疏泄”指的是疏通

气、血、津液,以确保其运行畅达的功能。若肝的功能失调则气机会受阻,进而引致身体机能失调,产生肿块体质。

中医的治疗,常常以疏通肝经为主,常使用赤芍、牡丹皮、丹参活血散瘀;香附、柴胡、薄荷行气理滞;知母、栀子、黄芩、黄连清热解毒;荆三棱、广莪术、炒王不留行子、夏枯花散肿软坚。另外,使用针刺耳穴与头皮针,也有助于经络的疏通。

**疏通肝经最有效:按揉鼠蹊部 中医3大穴道调节内分泌、保护腹腔**

至于,平时自己在居家,应该如何疏通肝经,

改善肿块体质呢?中医师周宗翰表示,疏通肝经有个既有效又简单的方式,就是按揉鼠蹊部。此处有急脉以及阴廉穴,是下肢静动脉流动的关卡,按压此两部位能够促进下肢、子宫与腹腔的循环。对于内分泌系统的改善,也扮演著相当大的重要性。按揉急脉与阴廉穴时,力道不要太轻,也可以采取拍打方式,但要掌握好力道,切勿过于用力,以免造成瘀青,否则反而会造成肝经阻塞。

按揉的方向最好沿著腹股沟管的方向,有痠胀的感觉即可,每天两到三次,每次按揉约10分钟。



## 不要沮丧,生命中最大量的变化,往往是来自你的错误

犯错当然是不好的。有时为著我们的错误,许多人吃了亏,受了苦,所以我们应该尽可能,把事情做好做对,不只为自己的良心,也为了别人的益处。但是不要小看神!虽然错误是不好的,但神能使用我们的对,也能使用我们的错。更明确地说,神经常会借力使力,使用我们的错误。

亚伯拉罕因著生活的为难,就逐渐往南方去,最后还把妻子卖了。这绝对是不讨神喜悦的,也是人所看不起,但若没有经历这样的环境,亚伯拉罕还不能那样深刻认识自己的软弱,并认识神呼召的绝对。

神的呼召绝不会因为人的软弱而停止,人的软

弱不能阻挡神对人的成全。他在南地,明明自己生不出儿子,还得为基拉耳王亚比米勒祷告,为他们全家的生育祷告;后来到了时候,亚伯拉罕自己也得了儿子。

神这样做,不是要让亚伯拉罕极度困惑,而是要让他认识神是谁,亚伯拉罕自己又是谁。许多属灵的前辈,包括马丁路德、卫斯理、达秘、倪柝声等人在内,若不曾犯过某些错误,他们不会被变化为后来的模样。倪柝声年轻时贪睡,所以被逐出圣经学校,但此事让他生命有所改变。

生命中最大量的变化,往往是来自人的错误,有错误才知道要转向神,神才有机会说话并行事。

是的,机会教育。

没有一件事比错误更困扰我们了,但甚麽时候我们自以为不错,主就容许我们犯错。这不是说,我们该作恶以成善,这种论点两千年前就有人说过,而使徒保罗也严正驳过。绝不,动机是恶的,果子也是恶的。你若故意犯错,那些错误恐怕不会帮助你变化,反而会使得你下沉并定罪你。但当我们尽力避免错误,祷告求主保守在祂的面光中,但一段时间后你仍然犯错,这时你千万不要万念俱灰。

不,是主!主宰一切环境的主,正借著我们的出错,好叫我们生命改变、经历变化。

来源:水深之处



人穷,不能穷一世

人富,富不过百年

有钱时不要目中无人,没钱时不要看轻自己

成功了不要骄傲自满,失败了不要自暴自弃

花无百日红,人无一世穷

你富,深夜里也会哀愁,我穷,或许一辈子轻松

穷待如何?富又怎样?

风水轮流转,万事皆有转变

说不定哪一天,你瞧不起的人翻身成强者

你欺负的人转身成名人

所以不要以貌取人,不要以财看人

金山银山未必能换平平安安

大富大贵也未必能够长命百岁

人生在世,低调一点不吃亏,善良一点没有损

“败坏之先,人心骄傲;尊荣以前,必有谦卑。”

~箴言18章12节~