**20221112事无事医师讲我们的女孩到底怎么了**

整理：源宝

事无事医师：我来做个自我介绍吧，我是广东省级医院的一名妇产科大夫，其实是个西医，在跟大千老师学中医，是大千老师的学生。

冯宝：今天咱们来聊一聊一个最新的话题，现在十几岁的这些女孩子，很早就进入了生理期什么的，好像还听说有少儿妇科，我听到这个的时候很好奇，这么小的孩子怎么会有这样的情况呢？让专业的医师来给我们解答一下，为什么这种现象会越来越多？

事无事医师：我有一天无意当中刷订阅号，冒出来一个题目“为什么少儿妇科一号难求？”。我看了一下，发布的是北京的一个比较大的一个医院，搞这个专科门诊的这个医生我就算认识吧，因为我在那个医院进修，我当时什么感觉啊，就说第一，确实可能这方面的问题现在多了。第二，一个医生，如果想在医院里面有一席之地，或者说想发财，想升职，那么必须有你的专业。像妇科大多数念的都是什么大的专业？妇科肿瘤，妇科内分泌，这就是大的一些专业啊，其他有一些零零散散小的专业，这现在又冒出一个这个东西来啊，那我在想这个之余实再回顾一下，现在小姑娘小女孩的这些问题，确实是比我20多年前工作的时候多了，所以这确实是个问题。这叫少儿妇科，很多医院其实没有专门的少儿妇科门诊，比较少，毕竟呢看起来多了，但终归没那么多，只是说比以前这种问题是多见了，但也没有说多到像成人妇科那么多，如果是那样的话，那就完蛋了啊，没那么多，但是呈现了一个增多的趋势。

我再简单说我一个学西医的为什么要学中医，在我认识老师之前的一段时间，也工作了十多年了，就开始出现困惑，书本上也好，临床经验也好，带给我的就是这个病原因是这样，1234567，治疗不一样，治疗来治疗去，那病因看来看去，总有最后有一个病因不详，或者是还未明。这一点真的特别不能说服我啊，这个治疗，我这个人很讨厌吃药，也不喜欢让别人吃药，那永远都吃药的这种状态我就觉得这不应该是一个常态。你医生给他治好了就是治好了，不要再吃药，这才叫治病。总吃药算什么治病？举一个最简单的例子，妇科最常见的就是子宫肌瘤，好，切了，切完了就回家，高兴啊，但三年后，又开始长出来了，这时候我就在想，当初我很年轻的时候，我就觉得切个瘤子一下子切掉了多爽啊，然后一下子就解决了，看不着了，那后面等她再来的时候，我就开始有疑问，但是我不懂，也没办法啊，就是说在我的专业当中，困惑越来越多。那时候自己身体也开始慢慢走下坡路，不舒服，在医院里找不到好医生，我也看了很多。

那时正好我以前一个同事，他是学中医的，大千老师那天来广州讲课，在广州图书馆，在广州中药大学都讲过课，那时候我们也不知道，到后面才听说，听说的时候，我同事就非要拉我去，我说我不去，因为前面其实在网上看过一些讲中医的这些，也买过书，后来看不懂，也就不去学了。然后他去听了一节课，听完之后，回来跟我说，总共三节课，我前面误了一节，第二节我昨天听了，今天还有一节课，你必须跟我去，你不去你肯定会后悔，说了半天，后面我说算了，陪你去吧。那天老师刚好讲了两个，一个是产后风，一个是小儿感冒发烧。我记得当时发了个资料，这产后风，虽然我说干妇产科的，我从来都没听说过产后风，这个产后风呢，确实有一些，比如说出汗，情绪不好不稳定，易哭这些啊碰见过多，我记得我当时特别有印象，见过这种，然后就说这是不是产后抑郁症，要不就去看看精神科，这就是我对这个病的那个时候的认识。那当老师讲的时候呢，我完全听不懂，都快睡着了。

讲到第二个，小儿感冒发烧的原理和对治，我一下就精神来了，为什么？我们平常自己会感冒嘛，我到底该吃什么药？西医就讲，你是细菌感染了，你是病毒感染了，要分，你要去验个血，中性粒细胞高，你就是细菌感染，淋巴细胞高，你就是病毒感染，病毒感染就吃抗病毒药，细菌感染，就给你用抗菌药。我自己就亲历过一次感冒拖了一个月都没好的，那之前确实对这个问题困惑。

结果那天就老师就讲了原理，我在这不重复了，大家可以去看。生姜红糖水治疗感冒发烧，这我就记住了，从此以后，从那次老师讲完之后我们家再也没吃过西药，再也没吃过，那大家听清了，生姜加红糖水就解决了，稍微严重一点的，实在不行吃几副中药，老师有方。这么多年，这个感冒就彻底的不是一个难事了，也就是从那个时候开始，我一下子啊……第一个人把这个感冒讲的那么清楚，让我特别信服。感冒是什么，发烧是怎么引起的啊，因为我们学过，去查一下书啊，说发烧了，因为大脑中枢的体温调定点升高了，所以体温跟着高了。

那为什么大脑中枢的体温调整点会升高，没有人告诉我，我一直也很疑惑，我觉得我这个人还挺钻牛角尖，老想问为什么，但是我找不到这个答案，那时候我就想这个老师我要跟着他学。那后面的过程我就不讲了啊，就如愿以偿的跟老师学中医，但是因为老师这么多年没有系统的去讲。以前老师在民间中医讲堂讲的那些讲稿，我确实把它都看了一遍，也因为业余时间时间不是很多，那今年老师重新开始系统的讲中医，那我也在跟他学这个。觉得很幸福，为什么很幸福，就是你突然有这么一个老师带着你，让你明白了很多你之前不明白的东西，我觉得这感觉特别幸福。

那我们回归今天的正题，讲少儿妇科。黄帝内经的有一段话讲男子女子的发育过程。孩子几岁开始发育，几岁开始成年，开始生育然后更年期，这个过程，该有一个什么样的状态也都讲了。我给大家首先普及一下，正常的女孩子初潮年龄应该是多少岁呢？12到16岁，也就是上初中到高中的这个阶段，也有一些提前到11，12岁就来了，相对来讲也不能算它是不正常，那么黄帝内经上就叫做二七天癸至，二七十四，二七就是14岁啊，女子是以七为单位来递进的。到了二七，她就天癸至，就是说她的月经该来，古代算的是我们现在说的虚岁，周岁也就13岁，也就是说13岁以后就来了，那么13岁前来是不是就一定不正常啊，那么我们其实现在把这个标准往低调一调，因为其实很多现在11岁12岁来了，都把它算为正常，其实已经偏早了啊，但是现在有一些更早的，几岁就来了的，小学三年级四年级，为什么月经的时间提前这么多了，为什么医院的小病人多了，这可能也是一个原因，她太早来了，妈妈可能就会带她去医院去看。

这里面涉及到一个性早熟的问题。那你说十岁11岁来月经，算不算性早熟啊，不算，现在医学鉴定的年龄段是八周岁，也就是九虚岁以前来月经，就算是，或者已经开始明显的发育，算是性早熟，这个标准是一定的，这是一类啊，还有一类就是月经失调。为什么要讲一下这个，就说妈妈们有的时候可能不会太在意，那孩子比如说晚个一两天，提前一两天，这些都没问题，都正常，那什么叫月经不正常呢？一个叫月经延长，月经延长指的就是周期的延长，一般超过35天也就是五个星期不来，就叫做月经稀发，也叫做月周期延长。如果小于21天就来了，叫做月经频发，也叫周期缩短。当妈妈的要注意一下这个时间，这孩子比如说她一号来，下一次就二号或者三号来，这些都属于正常，那差不多那个时间来呢，你也就不用去太担心，那还有一种呢，就是闭经。什么是闭经？她大于16岁，还没来第一次月经。还有一种就是她来过，但是后面可能有半年都不来，至少要三个月以上，三个周期，因为也有可能小孩子她刚来月经的时候不是那么准时，或者超过了三个月的周期，两个月来一次的话，也是半年，所以说基本上半年左右都不来的话，那就叫做闭经了，那这种情况也是不正常。就是几个概念我先给大家普及一下。大概的年龄段啊，或者有什么临床表现，大家心里有个数。还有一个就是量，月经的量特别多啊，有一种叫青春期功血，功能失调性子宫出血，简称功血，不是子宫的宫，是功能的宫，功血来一次好多天都不停，流的可能会贫血，书本上写的整个月经周期超过80毫升，就是月经过多，还有少的，都不用卫生巾，就几天，就一个护垫就解决了，这个叫月经过少。就是一个过多，一个是过少，我们这些普及一下这些书本上的知识，你去门诊，人家医生可能会给你解释的一些名词。一般如果出现我刚才说的这些情况，你去到医院一般首先给你做一下检查，检查一些B超验血。验血查一下性激素，月经量多了查一下有没有贫血，B超看一下子宫卵巢发育怎么样，是不是提前发育了。怀疑性早熟的话，还会拍X光，拍一下手腕骨，看有没有骨骺闭合。如果闭合了，那确实是性早熟，可能这个时候，激素可能也反应出来是有不正常的。那么如果是性早熟，现在的通行的办法怎么治疗？

遇见的真性早熟，十八岁以前来的真不多，但是接近这个年龄的有点多，好多年前碰见一个，就是江浙那边的一个姑娘，她那个时候应该也有十七八岁，她长得其实挺高的，起码比我高，长得挺漂亮，开什么药呢？开一种叫做GnRH-a的药，这是个什么药，叫做促性腺激素释放激素激动剂。你为什么要打？想长得再高一点。这个药是模仿人的来月经，研究说，大脑有一个下丘脑，它分泌的这个GnRH-a，分泌了之后，这个东西促进垂体去分泌促性腺激素，然后垂体再指挥卵巢分泌雌性激素，是这么来的。那么她打了这个东西多了，就有个负反馈，垂体就说，太多了，那我就不要分泌了，它就不去告诉卵巢要分泌雌激素，不分泌了，那么它其实也叫做假绝经疗法，就是打了之后她不来月经，假绝经疗法。她说已经打了很久了，那这个药挺贵的，好几千块钱一支，每个月打一次。

冯宝：这个是不是就可以理解为，就打了这个针，可以长高，然后可以抑制月经的延迟来。

事无事医师：对，但我刚才讲这个例子她已经来了，但是她希望抑制住，中断，所以性早熟的，它就基于这个原理，你不是太早来了吗？我就用那个药让你先不要来。你该多长长身高。其实她的目的是增加身高，不要太矮，矮到病态的这个，这是她治疗的目的。因为太早来了之后，确实这个轴已经成熟了，过早的熟了，过早的来月经，就像果子已经熟了。那它叫你先别熟，长大一点再熟，简单来说就是这么个道理，用的是这个药。

冯宝：那它会不会有什么副作用啊？

事无事医师：副作用就是它不按照正常的自然规律来了，假绝经，绝经状态会有一些什么症状，潮热，盗汗，皮肤干燥，分泌物减少等很多，这个我就不赘述了，因为毕竟小孩子嘛，她可能相对来讲副作用表现出来的会少一些。这个药其实在子宫内膜异位症里面用的很多，就是抑制来月经来痛，月经痛就给她用，那些人其实用过几个月之后还是很难受的。我个人一直觉得对于这种治疗方法特别反感，你既然治疗，起码让人舒服一点，真的是治疗，免了痛经的苦，可是却要承受像这个更年期的痛苦，那治疗到底有什么用呢？没有意义啊，这是西医的治疗，没办法。

那么我再简单说一下，月经失调怎么治疗呢？很多时候，比如轻微的月经过多，医院会让吃点止血药，或者吃凉血的中成药，认为凉血可以止血，就给你开这些药，包括我以前也是。那能不能治好，也不清楚，当然月经特别多的，这些药是没有用的。那么会用到什么呢？就用到激素，雌激素，孕激素，那具体用法，我就没必要在这说了。以前有一些小孩子就青春期的出血量特别多的，需要去住院，我都管过这些病人，有一些还算有效，慢慢的减少了，吃上激素，慢慢吃上一个周期，减少了能够回家了，补血也补起来。那有一些真的没效，出血到贫血。那如果是稍微年纪大一点的，结了婚，甚至是有性生活的，这些就个做什么呢，就做个整刮，把内膜刮出来就止血了呀，小孩子不能用这个方法呀。所以那个时候我就特别头疼这种病，病人来到我这儿，我就很难弄，虽然不是我一个人管这张病床，但是我就很苦恼，我就觉得这方法怎么这么不灵光啊。现在想起来记忆还是很深刻，所以西医治疗的方法，不能说完全没效啊，有效率真的很低很低，而且从分子到原子到基因研究治这个病，其实挺悲催的，这个效果很差。

我就简单把常规的流程说一下，比如真有这种病去医院就是这么一个流程，所以说病能好，那是你运气好，如果好不了，其实吃不吃都是一样的。还有个呢，我觉得有一些医生可能会从非生理化性质的层面上去考虑说，哎，你孩子是不是最近压力大呀，学习压力大啊，现在孩子确实学习压力大，压力大，精神因素也是会导致月经失调。所以在这个层面上，有一些医生我觉得也比较好，他起码会在这个方面会提醒一下，给孩子减减压减负，经常去运动运动啊，不要熬夜，你老熬夜的话，就说本来应该休息啊，但是你现在还点着灯在那写作业，那这个灯光刺激，比如还有的人，怕半夜孩子起夜或者什么的看不着，就一直会点着那个小夜灯，千万不要用这个方法，因为光会抑制生长激素的分泌，会影响孩子发育。这个有研究，作为医生说句话病人听，那他改善一下，孩子不是特别严重的话，可能就改善了，那也有一些情况呢，你就算真的注意了，可能也不见得好。

讲起我们中医的理论啊，我特别有感触的，就前几天有一个人有点问题要咨询一下，发了几张化验报告给我，我说不是已经去医院做过检查了吗，那还问什么呢，不都很明确了，还是跟他聊聊吧，结果她就是想得到我的帮助，她说医院医生是这样说，28岁月经过多，还有很大的子宫肌瘤，还有息肉，瘤子太大，医生就让她吃药，一次性把瘤缩小一点。就是我刚才提到的那个药，缩小一点后，再去做手术，相对来讲创伤会小一点。我说对呀，我说医院做法就是这样的，那你还希望得到什么其他的帮助？大多数的病人想得到的就是，医院医生是这样说的，你也这样说，好，我的心安了，那我就去用这个方法，或者你说别用这个方法，我有一个更好的方法，可以三下五除二帮你搞定，那当然更好，但不可能有这种迅速的方法。那我说你如果还想知道那我可以给你讲，从中医的角度讲讲你得病的道理，然后你看看怎么去做好，我就给她发了，那我们有得明很多公众号就写着子宫肌瘤怎么来的。发过去之后，然后就一直就沉默了。到第二天发了一个谢谢来，我也没理。

我跟介绍我加她的人说有句话叫做医衣不叩门，这是第一点，第二，我说人是需要有一些自己的想法，有一些悟性，有一些慧根，那么你在听到不同的意见的时候，可能你才会去甄别到底哪一个是不是更好一些，可能不一定说必须要所有的东西都懂，有时候，我可以理解为一种直觉吧，就我也不知道怎么说啊，我说，所以我现在已经很清楚，这些天天见那么多人，去跟那么多人交流，我说两句话，我就知道她后面想听什么，有时候我就不太想说了，浪费我口水，那人也就笑一笑啊，因为我也要尊重他，我没太好意思说别的，那这个事儿也就过去了，就是这个例子。

这次还有一个原因，为什么促使我去讲这个问题啊，就是身边有几个很典型的孩子有这些问题，就是小学三四年级就来月经了。那我觉得五年级来月经还可以接受，我们已经把这个标准放低了，宽松了。我认识的就好几个。其中有一个四年级来的，她那个时候已经长得牛高马大的，其实她妈妈还没有一米六，爸爸长得比较高，但都不是肥的那种，孩子长得很壮，经常看她妈妈发朋友圈，照片长那么大，就等于她比她的同学完全大了一个型号，很壮，不是肥的很厉害，就很壮实。来找我看，说来月经了，我就知道了，已经来了嘛，但也不是说早的离谱啊，也没太好的方法。其实这个孩子三岁多的时候得了一场大病，就是感冒发烧，最后又得肺炎，直到后面住了ICU，就住在我们医院，当时确实是有点儿严重，这事儿发生在十年前，我记得当时我还去看过她，那个时候她长得是很正常的一个小孩。后面一直诊断不清楚她发烧是什么原因，一会儿说是衣原体，一会说是病毒，那个时候我还没接触中医，也没有办法给她。这孩子住院很久，直到后面终于好了，但在这个过程当中我记不清她用了什么药，当时她严重过敏，全身红肿，人都肿了，后来全身褪了一层皮。那次住院把这孩子折腾坏了，现在回想过来，她为什么月经提前，这肯定是一个原因，待会儿我们再讲为什么，就是这是一个原因，因为她妈妈生她的时候很年轻，两个人身体身体还是挺好的，她先天其实并不差，就是她三岁的时候就经历了这么一个大病，其实用了非常非常多的药，这是一个例子。

还有一个例子也是四年级的孩子，我也见过这孩子，就老跟她妈妈说，你要带她多活动活动，为什么，她下眼睑一看上去都是黑的，特别明显，不懂的人可能不太在意，要懂你搭眼一看特别明显，我说你一定要多带孩子去运动，不要再给她吃凉东西，但是妈妈执行力不行。那她四五年级来月经。后面我说不行，还是有点早，量也多，吃点中药吧。吃一段时间中药，也没坚持。就说这个妈妈对这个问题的重视程度不够。还有什么问题？这么小的孩子整宿整宿睡不着，这么小的孩子能失眠一晚上。这是两个例子。

这个孩子还有一点，精力特别不好，总是嚷累，白天嚷累，晚上躺在那儿睡不着，所以能想象到将来的她会有多痛苦，那个时候家长真的不懂这些，因为这种情况如果去医院也没有什么好办法，临时来那也不是特别多，那就这样喽，那睡不着觉，那不行就吃安眠药吧。真的没有好办法。

所以要提到黄帝内经怎么讲，女子七岁肾气盛，肾气是先天之本，也就是说，从娘胎里是什么样就是什么样，娘胎里就不好，那先天肾气就不好，还有一句话脾胃是后天之本，那脾胃不太好，那后天还可以去补养补养调理调理，那脾胃还会好一点。但是肾气也就是先天决定了你这钱夹子里有多少钱，先天就决定了，也是西医讲卵巢的卵泡一辈子有多少卵泡也就决定了就那么多。也就说，如果先天就不行的话，等到孩子一来月经的时候，就完全就表现出来了，所以说月经是女人健康的一个晴雨表，确实是这样的。

肾气盛之后二七天癸至，天癸就是月经，二七十四岁开始发育，就是我们现在所说的青春期，这个其实是我们能够改变先天的一个很重要的节点。肾气不行，就相当于，果树上一些果子过早成熟的果子，感觉熟了，之后你去吃，也是甜的，这种果子如果你不摘下，提前凋零的就是它。这个就是肾气不盛，可以这样来理解，先天的基础就不行。

冯宝：是不是这个跟母亲有关系，如果是母亲的身体没有那么好的话，孩子可能先天就没有那么好？

事无事医师：对，我以前看病人每天熬夜什么什么的不好习惯就很焦虑，我说你们不能这样啊，你说这对下一代影响有多大呢？就特别操心，然后那天听了老师讲完课，我一下子就很释然，觉得我这瞎操什么心呢。你看看现在，生孩子变得越来越困难，生产不了，要剖，到了预产期太多太多都无法动，需要去催，人工的催产，有一部分催不出来，就剖了，这就是个事实，还有一个呢，受孕困难，现在好多不孕的，或者去选择人工受孕，甚至选做试管婴儿，更有一些，精子卵子质量不好，那去给你选一个优质的受精卵。

这就是整个人自然繁衍，优胜劣汰的这种机制已经现在好像被人操控了一样，不能完全按照自然来，我既然怀孕了，我就必须要保胎，需要干什么？用特别特别多的药，当然，不吃不一定保不住，但是她害怕，于是用药，真的太多太多的药了，我之前看的都焦虑了，现在想想算了，不焦虑，你要愿意用就用吧，这么多药给人家药用进去，什么药？激素，大量的孕激素，口服的肌注的阴道栓剂，然后抗凝剂什么什么，这药太多了，我不想数了。你用那么多药，而且这些西药，老师讲过，这西药它提纯出来的，提纯出来的话，它这个药性都是很苦，都是很寒的，人体对寒的东西当然可以耐受，但这就是给你种病的一个因嘛。我记得以前吃什么替硝唑还有吃什么药，小便的时候那个味道都很刺鼻的。吃这些药在你身体里走了一圈之后，要排出去，都还是那种让你很不舒服的那种味道，对这些药呢95%以上的人，我认为他们都不排斥这些药，这个药大家都在用，都说好，保胎就用这样，他们不懂啊。

黄帝内经还有句话叫肾者主水，受五脏六腑之精而藏之。就是五脏六腑的精华都要藏在肾，可以储存这些精气，所以肾气是一个根本，就是我们人的底气就在肾气这儿，如果你肾气不足，五脏六腑的精华藏不住，这个人的根基就不行啊，这一辈子可能就摇摇欲坠风雨飘摇的这种状态。我们从黄帝内经的条文就知道你肾气好不好，你这个月经跟你先天的这个是密切相关的啊，但是很多人几千年前的东西他不信，他更相信实验室化验的一些数据。信的就信，不信的还是不信，看缘分。

这个我们可以改变的啊，就是妈妈没给她一个好身体的孩子，这个时候当然不是完全没办法，当她青春期一出现的时候，还是可以干预的。妈妈只给了她50分，确实还不及格，那么通过后天，比如调理，多运动，不熬夜，起码让她有一个好的睡眠，这个能做得到，不是吃安眠药啊，其实晚上睡不着觉，往下一躺就清醒是下焦瘀滞的太厉害了，这个气血在人体上中下焦流动的时候啊完全下不去就一直往脑袋上顶，就在上面活动，人就特别清醒。

那我可以把这种情况去给你改善一下，那你改善了之后，晚上有一个良好的睡眠是吧，不影响第天的活动，孩子相对来讲她的生长发育还是有一定的促进作用，我们通过正确的方法，把五分的肾气通过非常关键的青春期有可能把这个事情稍微逆转一下的这个机会点，一定要抓住，能让她达到六分七分，是不是就比原来那个五分要强很多。所以父母的认知是很重要的。父母有没有福，就看看孩子是不是投胎到一个好人家了。

这个孩子家长天天看她这样长不觉得怎么样，那是没有跟别人家的孩子比，因为你天天见不觉得，所以很多时候，她父母也不觉早点来月经是问题，看不到将来，那将来出现什么问题，她也未必能想到，哦，原来其实那个时候我把这个病给种下了。但是我觉得那孩子可惜，那以后怎么样，就不知道了啊。还有一个说着容易做着难，就是现在运动太少，你看现在国家就算比较重视体育了，我看楼下开始请跳绳教练来教孩子跳绳。孩子现在的运动仅限于学校安排的那些跑步跳绳，及格就行，达标就行，平常的运动很少，久坐写作业，作业写不完就熬夜写，我家隔壁那孩子才四年级吧，没有一天是11点以前睡。所以我特别觉得能来到我们得明的人，我觉得真的是比较幸运的。

很幸运，自己改变，然后起码能让家里人，让孩子少受一些罪，少走一些弯路，真的赚啊，不是能拿钱来衡量的。

冯宝：有点无奈是不是，就是有时候觉得我知道要怎么样去做，但是人家就是不相信，我们越想越没办法的这种感觉。

事无事医师：我现在只能做到的就是来检查的告诉她，你不要熬夜啊，不要吃冰凉的东西，能听的我就给他讲，不听的就不讲，有一些人说不熬夜，一两点钟睡，这叫不熬夜。

很多东西你改变不了，这个世界整个人口的质量绝对是一个下降状态，所以我说不能孩子现在出了问题将来再去倒腾，怀孕期间我这样吓她，我说你这样子将来会影响孩子怎么样怎么样，肯听的还算好的。就是说讲月经可以讲很多东西啊，那我下次再讲吧。

冯宝：今天我们医师讲的很精彩。

事无事医师：我就是刚好借这个机会吧，因为老师正好在讲中医课，我也想系统的学一下，讲这个其实因为我西医干了这么多年，老实说这些东西干了几年之后自己都清楚了，也就那么多东西，没有什么可深究的，但是从中医的角度去理解人体的话确实是完全不一样的一个思路，现在感觉思路就开阔了很多，然后你就把这些结合在一起，我就希望能通过我自己这种浅显的理解给大家讲明白，让大家明白这个道理，就是希望大家能有这根弦，理解了，下次我们至少不要走弯路。

冯宝：那我们今天非常感谢我们事无事医师和大家的陪伴。今天咱们就到这里了，晚安。