

# 子宮內膜異位症致不孕

## 益母牛肉湯可調理

—— 難以受孕的  
異位子宮內膜  
症的女性。

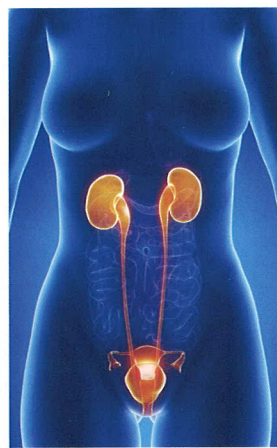


**子宮內膜異位症（Endometriosis,EM）是指子宮內膜組織不正常地生長於子宮腔以外部位所引起的一種疾病。受影響部位包括盆腔、輸卵管和卵巢，以及體內任何器官及組織，其中以卵巢為最多見（約80%），為生育期婦女最常見的疾病之一。女性月經期的子宮內膜組織會脫落，但患者異位的組織可能積累於盆腔、輸卵管和卵巢，刺激周圍組織產生炎症，引起黏連，可影響輸卵管的功能，引致精子與卵子無法接觸而導致不孕，亦會影響卵巢功能而妨礙生育。**

撰文：香港大學中醫藥學碩士（針灸學）註冊中醫師周鳳珍

子宮內膜異位症可因病變部位不同而出現不同症狀，大約20%的患者無明顯症狀。病徵以經痛、月經失調、不孕、長期下腹疼痛、行房疼痛、盆腔包塊（卵巢囊腫，即朱古力瘤），或其他器官及組織在經期時間不明原因的出血，如鼻衄、呼吸道或消化道出血等症狀；出現兩項或以上病徵，應考慮本病的可能。EM為良性病變，病因尚未完全確定，可能與經血逆流、內分泌、自身免疫、遺傳等因素有

子宮內膜異位症多數影響卵巢位置。



關。可通過婦科、實驗室、超聲波、腹腔鏡、病理等檢查確診此病。

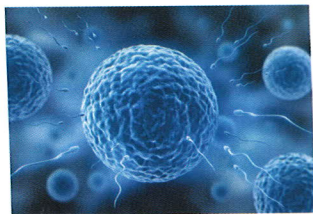


少吃生冷食物有助預防。

## 中醫沒子宮內膜異位症

在中醫典籍中沒有子宮內膜異位症的病名，根據其臨床症狀和體徵，可歸屬於「月經不調」、「痛經」、「不孕」、「癥瘕」、「經行發熱」等不同病證範疇。多數醫家認為本病的發生為「瘀血阻滯衝任、胞宮」。根據中醫辨證分型可分為氣滯血瘀型、寒凝血瘀型、氣虛血瘀型、熱鬱血瘀型及腎虛血瘀型。

氣滯血瘀型症見經行小腹及腰骶部脹痛明顯，經量多，色紫暗有塊，經前常伴乳房及胸脇悶脹，煩躁易怒，治則為理氣行滯，活血化瘀；寒凝血瘀型症見月經色暗有塊，經行腹墜痛，小腹涼，得熱則舒，四肢不溫，面色蒼白，治則為溫經散寒，化瘀止痛；氣虛血瘀型病程較長，除有瘀血症外並有氣虛徵象如神疲乏力、腹脹便溏、肛門墜痛，治則為健脾益氣，活血化瘀；熱鬱血瘀型除有瘀血症外並有熱象，包括經行發熱、煩躁易怒、口苦咽乾、便秘、行房疼痛，治則為解鬱清熱，活血化瘀；腎虛血瘀型除有瘀血症外，並見腰脊痠痛，婚久不孕或反覆流產，治則為補腎調經，活血止痛。以上各證型，舌象及脈象從略。



子宮內膜異位症可影響輸卵管的功能，引致精子與卵子無法接觸而導致不孕。

## 助患者活血化瘀

EM以中藥治療，通過活血化瘀恢復正常的氣血運行，對控制病灶的擴大、消除疼痛、調整月經周期、減少月經出血量等具有較好的臨床療效，不但可改善症狀並且可提高妊娠率。此病除內服中藥外，還有外用中藥敷貼、針灸等療法，在不採用手術的情況下，對減輕症狀、促使受孕方面具有一定的優勢及療效。在預防與調護方面，積極治療原發性痛經，注意經期衛生保健，勿淋雨、涉水、受寒，忌食生冷和辛辣之品。避免月經期間進行不必要的婦科手術或盆腔檢查。⊕

### 1. 益母牛肉湯 (1人量)

**材料：**益母草(見圖) 30克、當歸20克、香附及延胡各10克、牛肉100克。



**做法：**將益母草、當歸、香附及延胡洗淨加清水適量煎1小時，去渣留汁，將牛肉切成小塊，加入藥汁燉1小時。每周可服2至3次，經期停服。

**功效：**益母草活血化瘀，通經止痛；當歸活血祛瘀，調經止痛；香附疏肝理氣，調經止痛；延胡活血行氣，止痛；牛肉補中益氣，滋養脾胃，強筋健骨。諸味合用，共奏行氣活血，通經止痛之效，適用於氣滯血瘀型痛經不孕之婦女服用。

### 2. 艾葉生薑玫瑰飲 (1人量)

**材料：**艾葉10克、生薑20克、玫瑰花(後下) 10克、紅糖適量。

**做法：**將艾葉、生薑加清水適量煎約半小時，加入紅糖溶化後再放入玫瑰花焗5~10分鐘即成。每周可服2至3次。

**功效：**艾葉溫經止血，散寒止痛；生薑溫中散寒；玫瑰花理氣解鬱，和血散瘀。諸味合用，共奏溫經行氣，散寒止痛之效，適宜寒凝血瘀型痛經不孕之婦女服用。