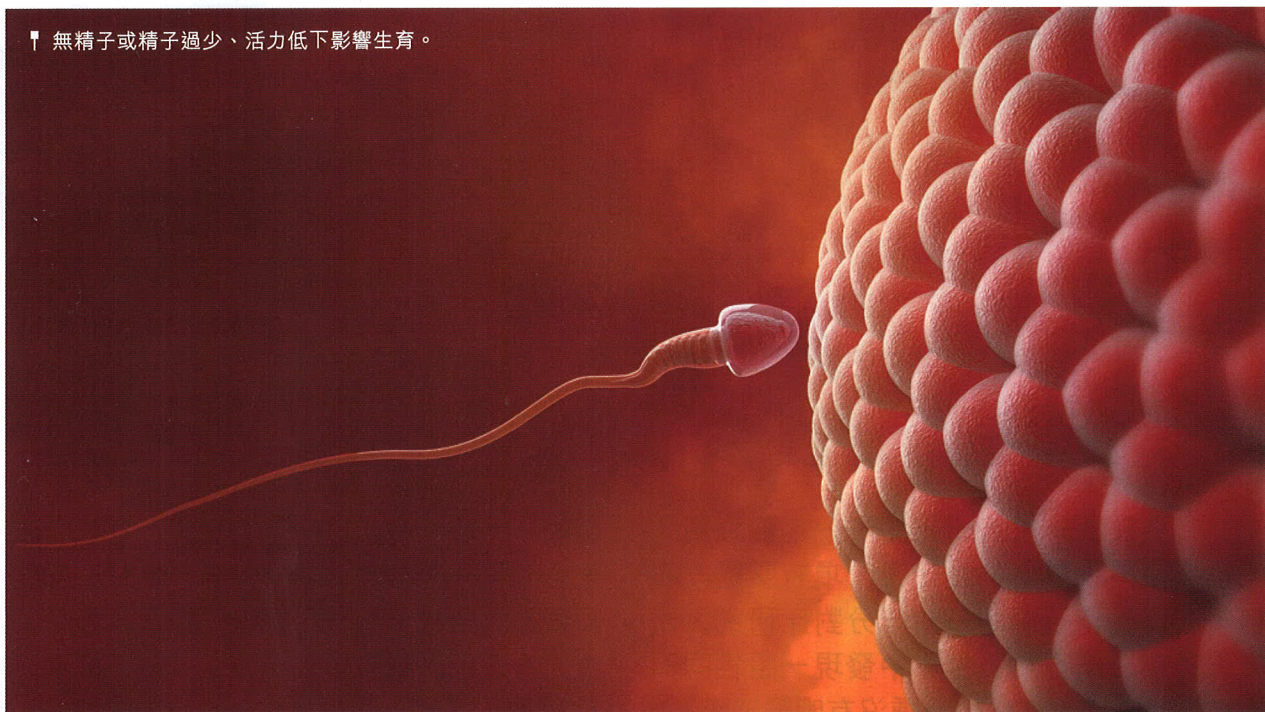


# 中醫有效治療男性不育

↑ 無精子或精子過少、活力低下影響生育。



**世界衛生組織（WHO）指出，正常性生活的夫婦婚後一年以上，未採取避孕措施，由男方原因造成女方不孕者，稱為男性不育。根據香港家庭計劃指導會的相關統計數據，每六對夫婦中便有一對出現不育，這與全球統計相若，其中男性因素引致的約佔三成。**

撰文：香港大學中醫學碩士（針灸學）註冊中醫師周鳳珍

**男**性不育的成因比較複雜，已知的因素有：精子形成及功能不良、性功能障礙、內分泌失調、免疫異常（精子與卵子結合障礙）、精神和環境因素、生活因素（抽煙、酗酒）、藥物（吸食毒品，治療癌症及抑鬱症和某些抗血壓藥）、各種慢性疾病、肥胖（BMI>25）等。其中精子異常是主要因素，包括精液質量低下（無精子

或精子過少、活力低下）、產生障礙（睪丸疾病、感染性疾病、染色體異常等）及精液輸送通道受阻，通過實驗室檢查可協助診斷。



↑ 想治療不育，煙酒一定要戒。

## 「無嗣」、「斷緒」

中醫稱男性不育症為「無嗣」或「斷緒」等，認為生育能力決定於腎氣的盛衰，腎所藏之精，在本病佔重要地位。中醫對不育症的臨床辨證主要認為是肝腎功能失調，腎虛則性功能障礙、精子質量及數量均低下，肝陰不足則精子數量少，肝膽濕熱則損傷精子而致不育。按中醫理論辨證分型一般分為以下七個證型：



中醫辨證分型	症狀	治療原則	食療
腎陰虛型	婚久不育，形體消瘦，頭暈耳鳴，腰痠腿軟，咽乾舌燥，五心煩熱，午後潮熱，盜汗顴紅。	滋陰補腎，生精種子。	山萸肉10克、淮山20克、杞子15克，煲瘦豬肉200克。
腎陽虛型	婚久不育，面色蒼白，精神不振，腰膝痠軟，陽痿早泄，小便清長，夜尿量多，畏寒喜溫。	補腎壯陽，生精種子。	柏子仁15克、仙靈脾15克，燉鹿茸3克。
氣血兩虛型	婚久不育，面色蒼白或萎黃，少氣懶言，乏力自汗，心悸失眠，頭暈目眩，納呆便爛。	補氣養血，生精種子。	北耆15克、淮山15克、紅棗10克、杞子10克，煲牛肉150克。
肝膽濕熱型	婚久不育，脅肋脹痛，睪丸腫脹疼痛，射精疼痛或血精，面紅耳赤，口苦咽乾，大便秘結，小便短赤。	疏肝利膽，清熱利濕。	龍膽草6克、車前草10克、薏苡仁15克，生地30克，煎水代茶。
肝陰不足型	婚久不育，面色無華，眩暈，夜寐多夢，耳鳴如蟬，眼睛乾澀，視物不清，肢體麻木，筋脈拘急，爪甲不榮，精液減少，陽痿。	滋陰養肝，生精種子。	白芍15克、制首烏10克、杞子10克、煲小烏雞1隻。
肝鬱血瘀型	婚久不育，脇肋脹痛，胸悶不舒，睪丸墜脹疼痛，煩躁易怒，精索靜脈曲張，睪丸或附睪有結節，陽痿或不射精。	疏肝理氣，活血通絡。	田七5克加適量水煎30分鐘，放入素馨花及玫瑰花各6克焗10分鐘，代茶飲用。
痰濕內蘊型	婚久不育，形體肥胖，肢體困倦，神疲氣短，頭暈心悸，胸悶惡心，性慾淡漠或不射精。	健脾去濕化痰。	茯苓15克、陳皮6克、薏苡仁30克、竹茹15克，煎水代茶。

★ 以上食療可每星期2~3次。

## 預防與調護

中醫長期臨床實踐顯示，針灸及中藥結合對精子少、活力差的不育症患者，治療效果較好，如完全無精，甚至是先天性缺陷者，大多無效。

平日調理上，可以留意以下數點：

1. 減少或避免蒸氣浴，注意睪丸保健；
2. 避免穿緊身內褲，保持胯下透氣散熱；
3. 戒煙限酒；
4. 肥胖者應積極減肥；
5. 進行安全性行為以防感染性病；
6. 服藥期間向醫生瞭解藥物對精子的影響；
7. 重視婚前身體檢查，早期發現疾病盡早治療。



† 田七加玫瑰花可治肝鬱血瘀型。