

可以養精種玉湯來調理。
腎陰虛證引起的不孕症。

腎陰虛證致不孕 良方養精種玉湯

中醫認為生育能力決定於腎氣的盛衰，腎所藏之精，在不孕症佔重要地位。根據中醫辨證論治助孕，腎陽虛證可用毓麟珠溫腎補氣養血，調理衝任；腎陰虛證可用養精種玉湯滋陰養血，調衝益精。本期會講講由腎陰虛證引起的不孕症。

撰文：香港大學中醫學碩士（針灸學）註冊中醫師周鳳珍

名醫傅清主小檔案

傅青主（1607-1684），名傅山，字青竹，後改字青主，山西陽曲人，是明末清初著名的醫學家，有「醫聖」之名。他出生於醫學世家，祖輩通曉醫學。明末清初，連年戰亂，致使疫病流行，民間缺醫少藥，他親睹這樣的悲慘情景，決心做一個治病救人的良醫。傅清主自幼受到家庭的熏陶，精通醫理，還向許多醫家和懂醫的道士學習，並廣泛搜集藥方，以醫濟世。他曾在太原三橋街設立「衛生館」，醫名遠揚四方。著有《女科》、《青囊秘訣》及《男科》等醫書傳世。



承接上篇介紹「毓麟珠」治療因腎陽虛證引起的不孕症，本文討論由腎陰虛證引起的不孕症，「養精種玉湯」是治療本證的主要方藥，功效是補血養精，贊育種子。



熟地黃補腎水益真陰。

出自名醫家傅清主

「養精種玉湯」出自明末清初著名醫家傅山（字清主）所著的《傅清主女科》，書中云：「婦人有瘦怯身軀，久不孕育……方用養精種玉湯。……服三月便可健身受孕，斷可種子。」婦女因血虛精虧，身體瘦弱，久不孕育；症見婚久不孕、閉經或月經量少、色淡質稀、形體瘦弱、頭暈目眩、心悸、舌淡苔薄、脈細弱，治以「養精種玉湯」。此方不僅能補血，更能補充精氣，精氣旺盛子宮便容易統攝精氣，血液充足子宮便能讓胞胎穩當地生長，這都是懷孕、生育的關鍵條件，故傅清主將此方名命為「養精種玉湯」。

「養精種玉湯」由熟地黃30克、當歸15克、白芍15克、山茱萸15克組成。方中重用熟地黃以補腎水，益真陰，生精血；當歸補血和血以調經，白芍養血斂陰，共助熟地黃以補益腎精，山茱萸滋補肝腎，固腎益精，助熟地黃以增強養精之效，有促進血紅蛋白和紅細胞生成，及增強免疫功能的作用。諸藥合用，共奏補血養精種育的功效。臨床適應證為腎陰虧虛，若見內熱明顯、五心煩熱、盜汗者，加女貞子、旱蓮草、麥冬、知母以養陰退熱。傅清主曰：「此方之用，不特補血，而純於填精，精滿則子宮易於攝精，血足則子宮易於容物，

白芍養血斂陰。



皆有子之道也。」他亦告誡後人要節制性慾三月，待心靜神清，腎精得以調攝，同時服此方三月，自然成孕。

中女服方5月有孕

患者某，女，35歲，初診於2009年1月。主訴：結婚5年未孕。婦科檢查無異常，丈夫精子正常。患者初潮14歲，月經常推遲5至10天，經量少色淡，身體瘦弱，頭暈目眩，舌淡苔薄，脈細弱。末次經期2008年12月2日。中醫診斷為不孕，辨證為腎陰虧虛，治宜滋陰養血，調經益精。方藥用養精種玉湯加減調治5個月，並於經間期適時加入川芎、桃仁等活血調經之品以促排卵。於2010年3月順產一健康男嬰。⊕

湯水調理

材料：當歸12克、紅棗（見圖）10克、杞子10克（後下）、桑椹10克、淮山15克、豬瘦肉200克。



做法：將材料洗淨，豬瘦肉汆水，加清水適量用猛火煲滾後，改用細火煲2小時至剩一碗半，加入杞子再煲10分鐘，調味即可飲湯食肉。

功效：當歸性溫味甘辛，能補血調經，活血止痛；紅棗性平味甘，能補中益氣，養血安神；杞子性平味甘，能補腎益精，養肝明目；山藥（淮山）性平味甘，能補脾益胃，益肺養陰，補腎澀精；瘦豬肉性平味甘鹹，能滋陰潤燥，補血。全湯補腎益精，補血調經。