



周鳳珍

註冊中醫師、香港大學中醫針灸碩士，另取得香港大學專業進修學院中醫腫瘤學深造證書資格及香港浸會大學中醫皮膚科證書資格

多囊卵巢綜合症

病因腎虛痰濕肝鬱



■多囊卵巢綜合徵是育齡婦女無排卵性不孕症的首要病因，佔不孕症60%。

在女性不孕原因的篇章提到，內分泌失調可引起排卵障礙而致不孕，其中多囊卵巢綜合症（polycystic ovarian syndrome, 簡稱PCOS）是育齡婦女最常見的內分泌失調疾病，為無排卵性不孕症的首要病因，佔不孕症的60%，約40%施行輔助生育技術的患者是罹患PCOS。

PCOS是由月經調節機制（下丘腦－垂體－卵巢之生理調控軸）失常所產生的一組複雜的症候群。由於垂體分泌的促黃體生成素（LH）、促卵泡成熟素（FSH）

比例失衡，引起卵巢多囊性改變，慢性不排卵，導致月經稀疏（如季經即數月才來經一次）、閉經、不孕、多毛、肥胖（約60%）等臨床症狀；亦有只出現月經失調或不規則出血（量多或少），超聲波檢查才發現是PCOS。

病因複雜具基因改變

PCOS病因複雜，目前認為的主要原因有：1.腎上腺功能異常，影響下丘腦－垂體－卵巢軸的分泌異常；2.促性腺激素FSH和LH的合成和分泌異常，導致卵泡發育障礙引起月經失調、不孕，就算偶有妊娠，也易發生流產，而體內雄激素增高，會出現多毛症，軀幹毛髮過多更明

顯；3.代謝異常，由於胰島素、生長激素等代謝異常，引起肥胖（通常是蘋果型肥胖，腰圍>80cm）、胰島素抗拒性（類似糖尿病症狀）和高雄激素血症而引起多毛、暗瘡、黑色棘皮病；4.遺傳因素，部分患者有家族史，具有基因的改變。PCOS者易患子宮內膜癌、心血管病和糖尿病。

20至40歲的育齡婦女，長期月經稀疏或閉經，婚後多年不孕，伴有多毛，結合激素水平檢查（LH/FSH比值）和超聲波檢查[一側和（或）雙側卵巢多個（超過10個）囊性卵泡，但無成熟卵泡]，可診斷為PCOS。須注意與甲狀腺功能亢進或低下、腎上腺皮質增生或腫瘤、卵巢男性化腫瘤、高催乳素血症（閉經溢乳）等疾病作鑒別診斷。

歸屬於經期問題

在中醫典籍中無多囊卵巢綜合症的名稱，根據其臨床表現，可歸屬於「月經後期」、「閉經」、「不孕」、「癥瘕」等病症。目前一般認為其病因病機與腎虛、痰濕、肝鬱有關。根據中醫辨證分型為肝腎虧虛型、肝鬱氣滯（血瘀）型及痰濕阻滯型。肝腎虧虛型症見月經延後量少，漸至閉經，不孕，腰膝酸軟，倦怠嗜睡，舌淡苔白，脈沉細，治則為補益肝腎。肝鬱氣滯型症見形體壯實，毛髮濃密，暗瘡，月經由稀疏量少而漸至閉經，夾有血塊，不孕，煩躁易怒，脅肋及乳房脹痛，舌質黯紅苔薄白，脈弦，治則為疏肝解鬱，行氣活血。痰濕阻滯型症見體形肥胖，月經稀疏而至閉經，帶下量多，不



■適量運動，保持情緒樂觀，有助舒緩多囊卵巢綜合症。

孕，多毛，頭暈胸悶，喉間多痰，四肢倦怠，苔白膩，脈滑，治則為燥濕化痰，理氣行滯。總治則為調理衝任，往後筆者會述說育齡婦女的月經調理。

中醫藥治療此症除服用中藥外，配合針灸治療，能提高療效。有研究報導，患者於月經第5天開始，每日1次，每次20分鐘，連續治療10天，可誘發排卵，治療1個月經周期為1個療程，最長可連續治療6個療程。針灸治療PCOS可引導氣血暢流，取肝、脾、腎、衝、任、督經脈穴位，以滋補肝腎，健運脾陽，溫暖子宮，疏通經脈，使肝脾腎臟腑之氣血功能回復正常，陰陽得以平衡，增強攝精受孕之功能。婦女亦可通過輔助生育技術達成做媽媽的願望。

節制不良習慣

育齡婦女應提高對PCOS的認識，經常注意月經情況，做到及早發現及早治療。經期注意保暖，因過冷容易引起卵巢功能紊亂而導致月經失調。PCOS肥胖者應減重，做適量運動（每週鍛煉4至5次，每次30至40分鐘），戒除煙酒，節制不良的生活習慣，保持情緒樂觀。PCOS是十分難治之症，是伴隨一生的疾病，只要達到懷孕目的，月經45天來一次，已算治癒，中醫藥治療是適宜長期治療的方法。

食療方

補益肝腎湯

杜仲及肉蓯蓉各15克、雞血藤30克、浙貝10克，煎水服，每週可服2至3次；有補益肝腎，活血開鬱功效，適用於肝腎虧虛型閉經不孕之婦女服用。



■杜仲有補肝腎，強筋骨的作用。