



## 輕鬆有孕期

撰文：周鳳珍 註冊中醫師、香港大學中醫針灸碩士、香港大學專業進修學院中醫腫瘤學深造證書、香港浸會大學中醫皮膚科證書

# 針灸治療不孕症 增受孕及胎兒存活



■針灸治療不孕症，近年獲外國不少地方認為有效。

針灸於傳統中醫學上沿用已久，及被視為對不孕症有顯著療效。近年大量的臨床研究顯示，針灸是通過刺激人體經絡系統發揮調節作用，影響人體的各個系統，產生適當的神經傳遞物質和激素，改變生理機能，達致治病目的。例如針灸能刺激腎上腺功能，使分泌類固醇激素，達成相同的治療效果，可避免藥物的副作用；針灸能調節神經遞質的釋放，以刺激促性腺激素

釋放激素(GnRH)的分泌，從而影響月經週期、排卵及生殖能力。

近年以針灸治療不孕症的報導日見增多，歐美等國家對針灸協助婦女受孕展開大量的臨床研究，證明在西方傳統醫學之外，針灸廣為大眾接受，認為針灸協助婦女受孕是安全、經濟的方法，並能提高受孕及胎兒存活率。



## 多國學者證有效

英國學者White(1)在針灸對婦女生殖健康的文獻綜述中指出，針灸對治療不孕症的成效被受肯定。Stern(2)評論針灸在替代醫療的角色，認為大多數美國人已接受針灸治療不孕症。瑞典學者Stener-Victorin(3)等臨床實驗認為針灸是人工受孕的無痛方法，影響子宮及卵巢的血流量，肯定針灸的效果及無副作用。蔡惠顏(4)等研究採用中藥配合針灸減輕患者精神壓力，可調節卵巢功能。針灸在現代醫學發揮了優勢，與西醫互相配合，不僅提高治療效果，還可舒緩患者在接受不孕治療時的情緒，提高生活質素。

筆者曾參與一個以針灸為主，部分輔以中藥以治療不孕症的21個臨床個案觀察。筆者主要負責針灸及部分處方中藥，臨床觀察結果於2014年6月在《歐洲整合醫學雜誌》(5)發表。



■以針灸治療不孕，須在不同階段配穴才有療效。

## 分階段應用穴位

臨床個案觀察內容：初診時，醫師向患者解釋女性生殖結構及生理上的基本常識，與患者討論詳細的治療方案及預期結果，藉以增加患者的依從性。患者於月經淨後每週針灸2至3次，周期正常之患者於月經第12天見帶下增多，應是網縊之時（即排卵期），最好此時段連續針灸3天，主要是針灸腹部的穴位：子宮、中極、氣海、中脘，輔以足部刺激太陰經及陽明經穴位：血海、足三里、三陰交，能使子宮有更好的血流及更多能量；黃體期每週針灸2至3次，不針刺妊娠禁忌穴位，即下腹部穴位和三陰交、合穀及肩井，至來經時暫停。並囑咐患者應把握時機治療，盡量配合於月經第12天排卵期連續針

刺3天，在排卵前後數天，每兩天行房1次，以增加受孕的機會。醫師會根據部分患者發病原因而處方中藥，使月經正常，舒緩經期之疼痛，但無論是針灸或是中藥，最終目的是消除或緩減引致不孕的病理因素，從而增加懷孕機會。

觀察結果顯示，在兩年的治療期內，21名患者中14名成功懷孕（66.7%），在整個療程全部患者均沒有出現任何副作用。結論認為針灸或針灸輔以中藥治療，可有效治療不孕症。



■針灸既安全又經濟，並能提高受孕及胎兒存活率。

## 參考文獻

[1]White AR. A review of controlled trials of acupuncture for women's reproductive health care. *Journal of Family Planning and Reproductive Health Care*, 2003, 29(4):233-236.

[2]Stern A. Acupuncture: Ancient and Current Health Care. *Sexuality, Reproduction & Menopause*, 2004, 2(3):163-168.

[3]Stener-Victorin E, Humaidan P. Use of acupuncture in female infertility and a summary of recent acupuncture studies related to embryo transfer. *Acupuncture in Medicine*, 2006, 24(4):157-163.

[4]蔡惠顏, 佰翠沙·拉什, 茱麗婭·卡拉云, 馮信香, 黃玉龍. 中藥配合針灸治療對試管嬰兒治愈率影響的研究. *新中醫*, 2008, 40(3):66-67.



[5]Shiu Hon Chui, Fung Chun Chow, Yim Tong Szeto, Kelvin Chan, Christopher W.K. Lam. A case series of acupuncture treatment for female infertility with some cases supplemented with Chinese medicines. *European Journal of Integrative Medicine* 6 (2014) 337-341.

■筆者曾參與以針灸為主治療不孕症的21個臨床個案觀察，於2014年6月在《歐洲整合醫學雜誌》發表。