

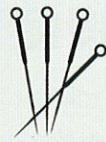


輕鬆有孕期

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

## 肝氣鬱滯難成孕



上月文章報導一個以針灸為主，部分輔以中藥治療不孕症的21個臨床個案觀察，在兩年的治療期內，21名患者中14名成功懷孕（66.7%），研究結果於2014年6月在《歐洲整合醫學雜誌》(European Journal of Integrative Medicine)發表，本文是餘下7個個案的跟進觀察[1]。此7個個案中有2名患者自動終止治療，5名患者繼續治療約3年，結果3名患者自然懷孕，2名患者選擇人工受孕而成功懷孕，成績令人鼓舞。綜合上述結果顯示，患者接受中藥、針灸或針灸輔以中藥治療不孕症，總的成功率為90%，而每人所需治療時間因個體而異，接受單純針灸治療而成功懷孕者，有一例的次數共85次。

**整** 個臨床觀察的育齡婦女，介乎31-39歲之間，平均年齡35.5歲。患者的不孕年期由2年至10年，平均不孕年期為4.24年。原發性不孕18例，佔總例數85.7%；繼發性不孕3例，佔總例數14.3%。21個病例中，主要為肝氣鬱滯型，有15例，佔71.4%。現代婦女須兼顧家庭和事業，各種因素均可影響情緒，香港地區調查不孕婦女焦慮抑鬱發生率為33%。婚久不孕，患者承受不少壓力，因而導致肝氣鬱滯，肝失疏泄，氣血運行不暢，衝任不能互相資生，這樣更難成孕，肝鬱與不孕互為因果，不容忽視。

■有研究指不孕患者接受針灸或輔以中藥治療不孕症，成功率為90%。





■ 母親孕育小寶寶，一點也不簡單。

## 腦為元神之府

從中醫角度看，生理功能的物質基礎是氣、血、精、髓，其正常與否有賴於各個臟腑的功能協調。中醫認為腦為元神之府，其生理和病理統歸於心而分屬五臟：「心者，五臟六腑之大主也，精神之所舍也。」顯示人的精神意識和思維活動統歸於心（涵蓋腦）。心火上注於腦，心神有病可損及腦；肝失疏泄，氣機失調同樣也傷於腦；憂愁不解，脾氣鬱滯，運化失司，精微不能上輸於腦而腦髓失養；腎藏精生髓，腎傷精虧則腦髓不足；可見臟器病變常可損及腦，而情志的最後轉歸，亦將是通過臟腑功能的紊亂，導致大腦氣、血、精、髓的功能紊亂，以致形成情志紊亂—臟腑功能紊亂—大腦的氣、血、精、髓紊亂—情志紊亂的惡性循環。這一病理軸線在臨床不孕症的情志致病機理及轉歸上，表現尤為突出。有研究發現，多數處於壓力下的婦女，在5年內的治療不孕症結束時，懷孕的可能性比完全放鬆的婦女要低93%。

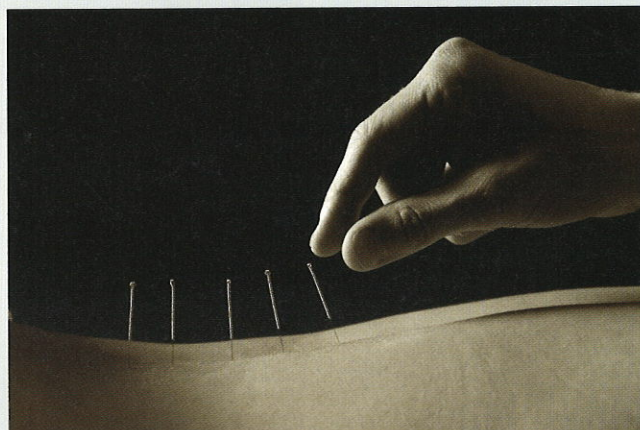


■ 現代婦女須兼顧家庭和事業，焦慮抑鬱的情緒易引起不孕。

## 氣血失調難攝精成孕

從中醫學的理論分析，總結不孕症的成因，大多為臟腑氣血失調，衝任病變，子宮不能攝精成孕所致。針灸治療不孕症的機理是引導氣血暢流，改善微循環及血液流變性質，從而促進炎性、壞死組織的吸收和消退，加快組織的修復和再生，有利於輸卵管通暢，針灸下腹部可使卵巢平滑肌收縮，促進卵泡壁的破裂而排卵；另一方面，針灸改善局部的微循環，加快血液循環，提供更多營養，從而改善子宮內環境，利於孕卵的着床。子宮壁厚度是子宮動脈血流豐富的表現，針灸能夠減少子宮動脈血流阻力，增加血流量，提高妊娠率。總的來說，針灸能調和臟腑氣血，生血充精，調和百脈，消除瘀阻，使腎氣—天癸（腎中的陰精，涵蓋月經）—衝脈及任脈—子宮功能協調，便能促進受孕。

針灸或針藥結合治療不孕症的成效是肯定的。歐美的臨床研究證明，除西方傳統醫學之外，針灸治療不孕症廣為大眾接受；大量的臨床研究報導，針灸協助婦女受孕是安全、經濟及能提高受孕機會及胎兒的存活率。中醫針灸在治療不孕症中可發揮自己的優勢，並與西醫互相配合，提高臨床療效。



■ 針灸能提高受孕機會及胎兒的存活率。

## 參考文獻

[1]Chui SH, Chow FC, Szeto YT, Chan K, Lam CWK. A case series on acupuncture treatment for female infertility with some cases supplemented with Chinese medicines — Follow up study. *Journal of Community Medicine & Health Education*. 2016, 6:1.