



# 试管婴儿备孕的中医调理



试管婴儿是指采用人工方法让卵细胞和精子在体外受精,并进行早期胚胎发育,然后移植到母亲子宫内发育诞生的婴儿。试管婴儿是治疗不孕症的重要方法。

促排卵是试管婴儿的重要步骤之一,是通过应用促排卵药物,促使女性多个卵泡同时发育的过程。卵巢功能及卵子的质量及子宫内膜环境直接影响试管婴儿的成功率。试管婴儿过程与女性生理周期一样,需要通过下丘脑-垂体-卵巢-子宫轴之间的调节,肾气充足,子宫内膜才会更适宜受精卵着床发育;脾气旺盛、肝气舒畅,才有能力保护受精卵不至于发生生化妊娠、流产。针对做试管婴儿的女性,中医调理常以口服中药、针灸、耳穴压豆、泡脚、药膳等多种方法综合治疗。

中药调理,在试管婴儿各个阶段分别有相应的作用,具体如下:准备期:调养。以调为主,调节阴阳、脏腑气血平衡为主。降调期:调经。以调固经血为主,不宜鼓动卵巢功能。促排期:通经。以通为顺,卵泡募集期,以试管婴儿促排卵为主,进行促排卵治疗。促排期间腹胀积水调理。

取卵期:疏理。以疏为要,疏肝安肾、益肾活血。移植期:稳固。以益气补肾、养血固冲、安胎为主,使胚胎顺利着床,增强黄体功能,预防流产。

对于子宫内膜薄的,中医可在益肾的基础上养血活血,促使内膜的毛细血管生长与分布,加强内膜血流,提高内膜容受性。

同时,如果卵巢功能低下,胚胎数目少,胚胎质量差,再次取卵或移植前,采用一段时间的中医治疗会有好处。雌激素(E2)偏低或促卵泡激素(FSH)偏高、内膜薄、卵泡少和发育不良;用西药促排时表现为卵泡数量少、发育差、取卵失败或者因为促排药物的使用出现卵巢过度刺激、腹痛恶心、盆腔积水、腹水等。这些多属脾虚肾虚,可用中药益气补肾助孕汤调理,改善卵巢功能、提高卵子质量。对阴虚、内火重、心烦者,可加太子参、丹皮、龟板等。

有慢性盆腔炎、附件炎、内膜炎及息肉、下腹痛,或输卵管粘连、积液、堵塞,下腹一侧或

两侧时有隐痛、刺痛,或可扪及包块、可伴有腰酸;子宫、卵巢和输卵管受炎性周围环境包围易受到伤害直接影响试管婴儿成功率;或因输卵管积液、炎性分泌物进入宫腔影响胚胎着床。以上情况多属肾虚血瘀、热瘀互结或寒瘀互结,可用健脾补肾中药和少腹逐瘀汤调理;热重炎症明显者可加金银花、虎杖、鳖甲等。内分泌失调、基础体温高温期短、经期基础体温偏高或有卵泡黄素化病史、黄体功能不足、移植后可能出现生化或流产,多属阴阳两虚,可用中药人工周期调理。心烦易怒、头痛、乳房胀、失眠、口干口苦、手足心热,多属肝肾阴虚及血虚,可用加味逍遥汤、六味地黄汤调理。

湘潭市中心医院中西医结合科 贺艳坤

湖南省民族中医医院  
湘西自治州民族中医院  
电话:0743-8223788  
网址:www.xxmzzyy.com

## 中医如何治疗子宫下垂

部分女性由于分娩或其他疾病困扰,会出现明显的子宫下垂情况,需要及时修复或治疗。

子宫对于女性身体健康的维持有着重要的意义,子宫下垂会导致子宫无法发挥其全部作用,通常会造成女性内分泌紊乱,出现月经不调的症状,严重者甚至会提前闭经。如何通过中医手段治疗子宫下垂呢?可以参考以下方法:

**中药外敷** 中医将子宫下垂称为子宫脱垂,面对这种情况,多数中医会选择以中药外敷的形式帮患者调理。子宫脱垂患者通常身体较虚弱,而中医多讲究气血调和,结合经络及脏腑之间的关系,对每一项给予针对性的治疗,在患处敷用中药能起到补肾固脱、改善患者体内循环的作用,帮助子宫回正。

**穴位按摩** 穴位按摩是中医治疗疾病的一种有效方法。女性出现子宫脱垂通常是患者自身气虚体弱,或是在生产过程中用力过多、消耗过度所致。出现子宫脱垂后,患者会感到明显的腰腹下坠、腰部易疲累酸胀,走路时间长便疲累不堪,甚至难以下蹲。面对该类患者,可以在大赫穴处加以按摩,缓解其不适症状。大赫穴位于肚脐下六横指旁开半指处,如觉得每次前往医院过于麻烦,也可在学习后自我护理,只需用拇指指腹在大赫穴上不断按压,力度可逐渐加重,按压持续5秒后松开,能够感到穴位有明显酸胀感后停止。

**药膳食疗** 中医讲究内外调和,很重视入口的食物,患者所食用的东西会对其身体状况产生潜移默化的影响,即使短时间无法察觉,也可能对身体造成影响。食物既能伤身也能补亏,正确进行食疗,能够将身体逐渐养好。对于子宫下垂的患者而言,可以将金樱子、何首乌及枸杞子等物共同熬制,作为汤剂日常服用,一段时间后便能够看到效果;也可咨询中医科医生,开出相应功效的药膳食用。

子宫下垂并非极可怕的疾病,对于女性而言,子宫是十分脆弱的器官,容易受到伤害,但只要积极配合治疗,找到自身的病因与病灶,便能摸索出适合自身的治疗方法。中医治疗是一个缓慢的过程,是从内而外的滋补,并不能快速见效,要对中医治疗有耐心,积极配合医生进行各项检查并按时服用药物,并改善自身生活、饮食习惯,帮助中药更好吸收,以共同发挥作用。

岳阳市汨罗市新市镇卫生院 妇产科 张琼

## 中药汤剂的煎煮及服用方法

中药汤剂是中药治疗疾病常用的剂型之一,部分患者因为不会正确煎煮和服用而造成药物浪费,导致疗效不佳,甚至产生副作用。下面介绍中药汤剂的正确煎煮和服用方法,以及相关注意事项。

### 煎药方法

1. 煎煮用具 煎药用的首选器具是砂锅,也可以选用白色的搪瓷器皿或不锈钢锅。

2. 煎药用水 家中煎药尽量以凉水为主。

3. 煎前浸泡 加水量液面要淹过饮片大约2厘米。浸泡药材时一般药物泡20~30分钟,质地坚硬的药材浸泡时间可以稍长一些;不能用开水浸泡中药饮片。

同时,注意不能用水洗中药,

如某些含有水溶性成分的药物;在炮制过程中加入土、麦麸、食醋、酒、蜂蜜、姜汁等辅料的药物;被捣成粗粉使用的药物等。

4. 煎煮火候及时间 要以先大火后小火的原则进行煎药。解表药和其他芳香性药物须用大火快速煎煮,再改用小火维持10~12分钟即可。矿物类、骨角类、贝壳类以及补益类药,要用小火长时间煎煮。通常情况下,一般的汤剂头次煎20~30分钟,二次再煎煮15~25分钟。

5. 榨渣取汁 汤剂在煎煮完成之后应立即过滤,特别是一些不宜久煎的药物。

6. 煎煮次数 一剂中药煎煮两到三次即可,煎煮液的总量最好控制在300~400毫升。

### 服用方法

为了保证汤剂的疗效,要掌握好服药时间。

通常情况下,中药汤剂都是在饭后30~60分钟温服。解表药通常适合热服,服药后注意避风寒;祛寒药要热服;清热解毒药可以凉服;止吐药的正确服用方法是寒吐者热服,热吐者凉服,可以少量多次服用;脾胃虚弱者应饭后服;急性病、重病,不拘泥于饭前饭后,随时服用;普通慢性疾病应定时服药;补益药与泻下药,宜空腹服用,避免食物影响降低药效;安神类药物,应当临卧时服。病位在上焦,即病在上焦,适宜饭后服。病位在下焦,即病在下焦,适宜饭前服。

服用中药汤剂时,还应注意一些禁忌,如少进食豆类、肉类、海鲜类、生冷或者一些不宜消化的食物;热性疾病应禁用或少食酒类等刺激性食物;服解表透疹药宜少食生冷、酸味食物;服用滋补药的时候尽量少饮茶。

一般情况下,汤剂都是每天1剂,分2~3次。对于急病重症,则不拘泥于次数顿服。

若是塑封袋装药汤,冰箱冷藏最多可保存7天,服用时加热即可;不建议冷冻保存。

张家界市桑植县人民医院 药剂科 向月根

### 千家药方

#### 牡蛎公英粉治化脓性中耳炎

取煅牡蛎、煅龙骨各50克,明矾60克,煅蒲公英30克,冰片5克。将以上药物混匀,研成细粉,用消毒瓶装好备用。先用消毒棉签将耳道内脓液清除,继滴3%双氧水数滴于耳内,然后用棉签将外耳道清理干净擦干,

再将药粉用细管吹入耳道内,要求薄而均匀,每日2次,5~7天为1个疗程,一般1~2个疗程即可治愈。如有全身症状者,需口服或静滴抗生素配合治疗。

四川省彭州市通济镇姚家村 卫生所主治医师 胡佑志 献方