

全生讲中医

不孕症的中医防治



卢全生医师, 北京中医药大学中医硕士, 中国中医科学院中西医结合博士, 美国乔治城大学医学院博士后, 河南中医学院客座教授。

编者按: 全生讲中医专栏的目的是普及中医知识, 弘扬中医文化, 介绍中医进展, 传授专家经验, 提高人们养生及防治疾病的能力。如果你热爱健康, 喜欢养生, 那就静下心来, 和全生讲中医一起, 探索中医奥秘, 见证中医神奇, 分享名医经验, 寻找济世良方吧。

育龄夫妇性生活正常、同居、未避孕, 1年及1年以上未妊娠者, 称为不孕症。从未怀孕者为原发性不孕症, 曾有生育或流产后无避孕而两年以上不孕者为继发性不孕症。本症发生的原因较多, 主要为生殖器病变, 如排卵障碍、输卵管阻塞、子宫内膜异位等。若是先天性的生理缺陷如无子宫、无卵巢、无子宫内膜等, 则非药物所能解决。

不孕症为妇科常见难治病之一, 其发病率呈明显上升趋势。世界卫生组织于20世纪80年代中末期在25个国家中的33个中心调查结果显示, 发达国家约有5%~8%的夫妇受到不孕症的影响, 发展中国家一些地区不孕症的患病率可高达30%, 中国约为6%~15%。全世界的不孕患者人数约

为8000万~1.1亿。不孕症发病率的递增趋势可能与晚婚晚育、人工流产、性传播疾病、生活压力大、作息不规律等相关。

中医认为, 肾中精气亏虚是不孕症的基本病机, 而痰凝、血瘀、气滞是其矛盾。在其诸多证型中, 月经紊乱、痛经、闭经、崩漏、带下异常为其共同特征。肾阳虚者尚有小腹冷感, 性欲减退, 带下清稀, 畏寒肢冷等症; 肾阴虚者尚有形体消瘦, 潮热盗汗, 五心烦热等症; 痰湿者多见形体肥胖, 白带黏稠量多, 胸闷呕恶等症; 肝郁者则有胸胁、乳房作胀, 情志抑郁等症; 瘀阻者多兼肌肤甲错, 面色萎黄等症。

历代医家对不孕症的证治极为重视, 根据“求子之道, 首先调经”的指导思想, 以补肾气、益精血、养冲任、调月经为总原则, 并结合辨证, 配以疏肝理气、化痰祛瘀等法, 最后达到治疗不孕症的目的。

现代中医对不孕症的治疗, 最早报道于50年代, 按月经周期治疗不孕症。60年代以来, 各地陆续有“中药人工周期”疗法的

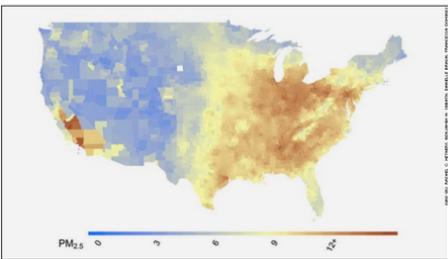
报道。80年代后, 对不孕症治疗的文献报道逐年增多, 尤其是近年来, 随着现代医学诊断技术的发展, 中医治疗本症在辨证与辨病结合及中药人工周期疗法等方面都有重要进展。女方不孕因素包括下丘脑-垂体-卵巢轴功能紊乱致无排卵, 输卵管阻塞影响。实验研究证实“肾虚证”的出现与下丘脑性功能紊乱关系密切。补肾药调节性腺轴功能的作用水平在下丘脑, 表明“肾主生殖”的功能与下丘脑对女性性腺轴功能调节作用密切相关。同时, 在临床上也收到了较好疗效, 据报道, 对临床384例月经不规律不孕病例统计, 应用中药人工周期治疗后, 有效率达80%, 妊娠率在60%以上。

最新研究报告显示, 中医药能够调节促性腺激素的释放, 促进排卵, 改善子宫内膜血流。另一最新研究报告的结论是针灸能治疗多卵巢综合征、焦虑、抑郁和免疫功能障碍所致不孕症。针灸或许是一种有效的无副作用的治疗不孕症的方法 (The British Medical Acupuncture Society)。

导致不孕的原因很多, 应尽可能查明病因, 有针对性地治疗。在目前已经明确的引起不育的原因中, 因男方原因引起的约占1/3, 因此首先检查男方, 排除男性因素。若男女双方都有毛病, 应男女同治, 提高受孕机会。性生活不宜太频, 积蓄精力在月经周期第14天前(月经第1天算起)性交, 性生活宜男上位。思子心切, 整天忧思不乐, 是导致不孕的一个常见病因。因此, 男女双方特别是女方要乐观一些, 放松自己, 不要因为暂时不孕而苦恼。平时按摩关元、中极、子宫穴或小腹, 或按揉血海、地机、三阴交等穴位, 对受孕有帮助。

目前新冠病毒大爆发, 整个世界笼罩在新冠病毒的阴影下, 人们只有呆在家里, 以防相互传染。鉴于此, 全生中医针灸诊所调整看病方式, 开展了网上免费会诊。诊所拥有400多种味草药饮片和颗粒中药, 200多种中成药, 并有一定量的目前公认为有效的抗病毒中药, 如连花清瘟颗粒, 灵丹草颗粒, 肺炎1号方, 肺炎2号方, 肺炎3号方, 肺炎4号(清肺排毒汤), 玉屏风散, 防风通圣散, 藿香正气丸, 板蓝根冲剂,

哈佛大学: 空气污染可导致新冠肺炎死亡率上升15%



据CNN网站报道, 哈佛大学公共卫生学院4月7日发布的一项新研究显示, 生活在美国空气质量较差的地区, 感染COVID-19后更容易死亡。

哈佛大学数据中心主任 Francesca Dominici 介绍, 先前我们对6000万65岁以上美国人的一项研究发现, PM2.5每增加1微克, 各种原因导致的死亡率增加0.73%。研究人员将美国县级的空气污染地图与截至4月4日3000个县的COVID-19的死亡人数分布地图进行比较发现, COVID-19患者死亡率较高的地区与长期暴露于PM2.5地区之间有明显的重叠。

数据显示, 与全因死亡结果相比, 本项研究显示, 同样的每立方米1微克的小幅增

长导致COVID-19死亡率明显提升, 其数量级是全因死亡率的20倍, 达到了15%。加入社会经济、人口统计、天气、个人行为 and 医疗保健相关的混杂因素后, 这项成果仍然成立。

Dominici 称, 联邦、州和地方官员应利用此信息调整防控策略, 加强隔离措施, 要求医院和地方卫生保健系统提前做好准备, 应对可能涌入的严重病例——这些病例很可能需要呼吸机治疗。

哈佛大学生物统计系博士生 Xiao Wu 提示, 目前, 美国一些州的死亡率还没有到达很高的水平, 但他们应当做好准备。例如, 亚特兰大州的迪卡布和格温内特县空气PM2.5已经超过了每立方米13微克, 但确诊病例和死亡人数仍然较低; 巴尔的摩也是一个高污染物暴露地区。在这些县, COVID-19死亡率低于美国平均水平, 但不要掉以轻心。我们需要密切关注社会隔离, 确保有能力对大量的COVID-19感染住院患者提供治疗。

加利福尼亚大学旧金山分校医学教授、肺病学家 John Balmes 称, 大环境可以

导致COVID-19死亡率上升, 在这一点的基础上, 我们可以加入患者吸烟、高血压、糖尿病或其他已知的危险因素进行考虑, 对患者的预后进行综合评估。

Balmes 说, 县空气污染地图与县经济发展有关, 污染程度较高的县往往贫穷程度较高, 这部分人群的感染风险以及重症风险最大。因此, 根据污染地图, 我们还可以提高

这些地区适合低水平人群的医院的资源保证。

加州大学洛杉矶分校环境健康与科学系的教授 Yifang Zhu 评价, 长期暴露于高水平的PM2.5可增加COVID-19感染死亡风险, 这一结论很可能在全球范围内得到推广。这项研究再一次提供了强有力的证据, 突出了改善空气质量对人群健康的重要性。

Advertisement for YM American Academy (美东留学) listing services like university applications, study planning, and course tutoring. Includes contact info for ztyang@ymamerican.com and website www.ymamerican.com.

Advertisement for ACE CARE (移民体检) offering immigration medical exams and English exam preparation. Contact: 703-237-0120, website www.acecaremedical.com.

Large advertisement for Asian American Dental Center (亚美牙医中心). Features Dr. Richard Sun (孙元沛) and Dr. Chun Tan (谭春). Lists services like dental emergencies, implants, and root canal treatment. Includes location info for Reston, VA and Gaithersburg, MD, and a coupon for free consultation.