

汪慧敏 教授



踏入四月，天氣潮濕，女性健康尤為重要。比如婦科包塊，是指女性生殖道的佔位性或增生性改變，大小不一。在中醫裏，婦科包塊被稱為婦科「癥瘕」——「癥」指有固定位置、伴隨固定疼痛的實性包塊；「瘕」則指有時可觸及、有時消失的包塊。癥瘕的病機多由氣血瘀滯、濕熱或痰濕凝聚所致，形成結塊、腫塊、硬結或增生。故「癥」病多在血，以血瘀為主，如腺肌瘤、子宮肌瘤；「瘕」病則以氣為主，表現為聚散不定、痛點無常的痞滿。不過在臨床上，癥與瘕有時並不容易區分，故癥瘕並稱。文：香港中醫學會 汪慧敏教授

# 針灸促活血 消婦科包塊



■中醫針灸治療婦科包塊。



■中醫通過針灸腹部穴位起到溫經活血、化瘀散結的作用。

**目**前在香港，關於中藥能否縮小實質性包塊（如子宮肌瘤）的體積，甚至使其完全消失，仍存在不同看法。有些人認為確有其效，但也有不少人覺得完全是無稽之談；若說透過針灸達到同樣效果，質疑聲更為強烈。在中醫理論中，婦科包塊的基本病機多源於濕、痰、濁、瘀等病理產物的聚集，日積月累而成。針灸治療的目的在於消除這些病理性產物，恢復氣血的正常運行。

針灸治療婦科包塊分非經期治療和經期治療，非經期就是平常時間的治療，以固本調理為主，活血化瘀是促進血循環，減少瘀血集聚；軟堅消癥是軟化包塊的硬度，從而使包塊軟化而容易消散；清熱化濁是清除包塊的熱毒濕邪，類似消散炎性物質的積聚，這三方面協同產生減少或消散婦科包塊的作用，經期治療主要目的是止痛和調節月經量多少。

## 經期治療重緩解痛經

經期治療的關鍵在於緩解痛經與調控月經量。在經期疼痛發作時，常以針刺關元穴為基礎，並配合溫熱灸。關元穴是全身治療經痛效果最佳的穴位，無論是因寒凝血瘀所致的痛經，還是因陽虛無法溫煦胞宮的痛經，針刺關元後施以溫熱灸均能取得良好效果。若疼痛異常劇烈，還可選用足三里、三陰交、十七椎、次膠等穴位，並採用「龍虎交戰」快速捻轉手法，以迅速緩解肌肉痙攣，達到鎮痛效果。

在包塊相關疾病中，腺肌症的痛經最為嚴重，其次是子宮內膜異位症。部分腺肌症患者即使使用嗎啡等鎮痛藥也難以緩解。針灸雖能改善部分患者症狀，但仍約15%的病人缺乏明顯療效。腺肌症治療的重點在於阿是穴。當腺肌瘤體積過大時，患者腹部可觸及腫大的子宮（即阿是穴所在位置）。治療時可在腫大子宮的上緣直刺，並在表面

平刺加圍刺。此病的治療要點是縮小包塊體積；當包塊縮小後，月經量也會相應減少，經痛自然得到緩解。

## 非經期治療固本調理

非經期治療的第一部分為活血化瘀，常用的穴位包括歸來、三陰交、次膠、太沖、委中與承山。歸來穴位於女性子宮卵巢附近，可用於治療血瘀型包塊。治療包塊的第二部分為軟堅消癥，常用的穴位包括豐隆、中極、子宮穴、卵巢穴以及阿是穴。豐隆穴是軟化包塊質地的首選穴位，能夠軟化子宮肌瘤、腺肌瘤等瘤體。治療包塊的第三部分為清熱化濁，常用的穴位包括地機、水道、曲池、支溝、陰陵泉、陽陵泉以及蠱溝。地機穴屬於脾經穴位。若因脾虛或飲食不節導致脾運化功能減弱，水濕便會停滯，聚而成「濕濁」。濕濁下注則生諸病，地機穴能清脾熱、化濕濁，是治療濕熱型帶下（相當於盆腔炎、陰道炎）非常有效的穴位。

## 婦科包塊需綜合治療

婦科癥瘕的綜合治療涵義主要包括三方面，首先針灸方法需綜合運用。在治療包塊時，除了針刺外，還需配合灸法、神燈、隔藥餅灸、藥物敷貼等多種外用手段，才能取得更佳療效。第二，包塊過大需配合中藥治療，如子宮肌瘤、朱古力囊腫大於4公分，往往需要結合中藥辨證治療。常用方法包括活血化瘀、軟堅散結，或清熱利濕、健脾疏肝；而子宮內膜息肉、慢性盆腔炎、輸卵管積水則需配合活血、清熱、化濁、利水的中藥，以協同針灸增強療效。第三，嚴重包塊需手術治療，當包塊嚴重時，手術往往不可避免，但術後復發率較高。無論是子宮肌瘤、朱古力囊腫，還是子宮內膜息肉，有些病例因切除不徹底而「斬草未除根」，術後一至二個月便可介入針灸治療，對預防復發有良好效果。即使復發後，復發間隔時間會較長，程度也比較輕微。