

中醫藥專題

採訪及攝影：蔡淑芬

編者按：月前於東莞舉行的「中西醫結合男科學術交流會」上，精研不孕不育症的廣東名醫沈堅華主任醫師，以「三步六法十八方治療男性不育症」為題作學術演講。他強調，男性不育病因複雜，治療時間較長，有的沒有典型的臨床症狀，即使有典型的臨床症狀的，按教材辨證施治，很多時候症型是不能自然劃分的，通常都有兼夾症型或者各個症型的症狀先後出現，任何一種症型未必可以概括病患的全過程，因而不能刻舟求劍一方一法用於全過程。沈醫師以其三十多年臨床實踐，歸納總結了三個步驟、六種治法、十八個方劑治療男性不育症的心得體會，現整理如下——



黃芪建中湯

黃芪建中湯由桂枝、芍藥、炙甘草、膠飴、黃芪、生薑、大棗組成。有溫中益氣，和裡緩急的功效，能溫暖脾胃，補益虛弱；和緩裡急症狀、止痛。可治療虛勞裡急、氣血陰陽不足之證；對自汗或盜汗、中氣不足泄瀉、肢體困倦及病後虛弱者有溫中補虛的良效。

六法：健脾、疏肝、補腎、清熱、祛痰、外治

六法包括健脾法、疏肝法、補腎法、清熱法、活血祛痰法及外治法。

(一) 健脾法：

由於飲食不節或失調；或大病久病，或勞倦太過，均可損傷脾胃之氣，脾胃之氣受損可使氣血生化無權，而致氣血虧虛。因精由血化，精血相關，精之化生不足，日久導致腎氣虧虛，以致精少不育；還可釀濕生熱，助生痰濕和積熱，濕熱痰火，流注於下，擾動精室，或阻閉精竅，或損傷宗筋之絡脈，可致男性不育；或水谷不能化生精微而生痰濁，痰濁下趨精竅，內蘊精室，精的生化受阻，精道不通，直接損害人的生育功能。

在治療不育症的過程中，應強調健脾的重要性。除辨證使用健脾藥物外，採用陳允健脾胃外敷神關穴，以達到顧護脾胃，促進內服藥物的吸收的目的。

(二) 疏肝法

男性的性功能及生育能力與情志因素有一定的關係。如失意、思慮過度或夫妻感情不和、精神緊張，或所欲不遂、或過度悲哀，或惱怒太甚等異常情志因素強烈或長期的刺激，導致肝失疏泄，使人體臟腑氣血功能紊亂，腎的陰陽失調，精氣藏泄失宜而生育功能障礙，故常選用柴胡疏肝散或四逆散等作為主方或加用疏肝解鬱藥。

(三) 補腎法

補腎是治療不育症的根本大法。具體運用時應視患者屬腎陰虛、腎陽虛或腎陰陽兩虛，分別採用補腎壯陽、滋陰補腎、補腎填精法治療。

(四) 清熱法

不育的病因十分複雜，並非全部由腎虛所致，也有可能是脾虛運化失司，痰濕阻滯而化熱；肝氣鬱結，疏泄失權，則氣血失調而化熱。臨床實踐中，不少患者在不同的證型、不同的階段有不同程度的「熱」象（如濕熱、實熱、虛熱、痰熱、鬱熱、痰熱等），就

四逆散



能疏肝理氣，調理肝脾，對陽氣內鬱、肝脾不和者有良效

是腎虛脾虛者，也可能在溫腎健脾生精的過程因藥性溫補太過或過食辛辣生熱，因此在不育的治療中，除清熱為主之證型外，均可在辨證的基礎上加用或階段性運用清熱（實熱、虛熱）之法（或藥），但要注意祛邪不傷正，清熱不傷精。

(五) 活血化痰法

男性不育多由腎、脾虛所致，但痰濕、火盛、氣鬱、血瘀也是常見的原因。現代學者通過大量的臨床和實驗研究，提出「腎實」「腎精虧」也是男性不育的重要發病機制。手淫、長期體外排精、泌尿生殖系統的炎症，濕熱下注，內蘊於腎，或痰滯滯於腎絡，導致先天之精的化生、流動過程障礙，產生「精瘕」，因此活血化痰法在治療男性不育中已成極其重要的治療大法。這是因為腎虛易癆、腎虛多癆；腎藏精、精血同源、腎陰虛則津血不足，血流緩慢而血滯脈絡而成癆，腎陽虛則溫煦推動血行無力而瘀阻經絡而成癆，因此都可能有因虛致癆的情況。臨床中發現血癆可以是病變的某個階段的主症，也可以是某個階段的辨證分型的一個兼症，除瘀血下阻的證型外，其他證型的不育患者在補腎、健脾、疏肝解鬱、利濕、滋陰、清熱的基礎上審癆論治和審因化痰，當可提高療效。

(六) 外治法

1、敷貼法：敷貼法是用藥散製成膏劑貼在治療疾病相應的穴位或患處的體表位置上，除能使藥力直達病所發揮作用外，還可使藥性通過皮膚毛孔由表入裡，循經絡傳至臟腑，以調節臟腑氣血陰陽，扶正祛邪，從而治療疾病。因此，敷貼法不僅善於治療局部病變，而且還可廣泛用於治療全身疾患。

2、刮痧法：膀胱經第二腰椎至尾椎段，主腎、膀胱與生殖系統。膀胱經刮痧法，是運用全息經絡刮痧原理，採用補法、瀉法、平補平瀉三種手法，起到整體調節作用，使人體陰陽平衡，而達到治療不育的目的。

六味地黃丸

有滋陰補腎的功效。對腎陰虛證者有滋補肝腎的作用。



三步：祛邪、辨證、種子

(一) 祛邪安正

所謂祛邪安正就是要祛除病邪，達到邪去正安之目的。這些病邪包括外感六淫、內傷七情、飲食失宜、勞逸失當、痰飲瘀血等。可通過四診八綱辨證，明確表裡、寒熱、虛實；再結合臟腑辨證，從病症特點去思考分析主次、輕重、緩急。

(二) 論病辨證施治

在明確病證之後要有一個宗旨，這就是無論不育症的發生有多少個原因，都應該根據證候特徵去施治

或分階段施治，這種辨病和辨證相結合的以證候特徵作為施治的基礎，能夠使藥隨症轉而針對性更強。

(三) 補腎調肝種子

腎藏精主生殖，腎氣的盛衰精氣的盈虧決定人的生殖能力。因此將補腎法定為治療不育症的大法。考慮調肝的因素是1、肝腎同源精血同源生理上互為資生，病理上互為影響，經絡走向上肝經是環繞陰器，抵小腹過頭頂，因而生殖器方面的病變多與肝有關。2、不育症患者患病時間較長，加上社會和家庭輿論的壓力，心情難免抑鬱煩躁，成為肝氣鬱結之因。

十八方：通補並施，靈活運用



沈堅華主任醫師是廣州市荔灣區中醫醫院「不孕不育專科科學帶頭人」，也是享受國務院政府特殊津貼的中醫專家

- 1、補脾資生湯：補脾益氣。
- 2、黃芪建中湯：溫中益氣，和裡緩急。
- 3、開鬱湯：疏肝解鬱、理氣止痛。
- 4、四逆散：調理肝脾。
- 5、六味地黃丸：滋補肝腎。
- 6、右歸丸：溫補腎陽，填精補血。
- 7、六子湯：補腎填精。
- 8、炎五合劑：清熱解毒。
- 9、白皮飲：清虛熱。
- 10、小柴胡湯：和解少陽，益氣清熱。
- 11、潤四方：滋陰清熱。
- 12、地丹活血方：清虛熱，活血化痰。
- 13、化痰通絡散結方：化痰通絡散結。
- 14、補陽還五湯：補氣、活血、通絡。
- 15、補腎調肝方：補腎疏肝解鬱。
- 16、神朮散：健脾祛濕滯，促進藥物及食物之吸收，外敷神關穴。
- 17、少腹逐瘀湯（散）：功能祛瘀散結止痛，外敷患處的體表位置。
- 18、雙柏散：功能清熱解毒散結，外敷患處的體表位置。

臨床運用多有穿插，或以一方為主，或數方並用，決不可拘泥於某步某法某方或一定遵循三步的順序，而應該按照中醫學整體觀念、辨證施治原則，有針對性或分階段靈活辨證運用，方可見效。

補陽還五湯

補陽還五湯由黃芪、赤芍、川芎、紅花、當歸尾、地龍和桃仁組成，有補氣、活血，通經絡的功效。中醫臨床常用於治療氣虛血瘀之半身不遂、癱瘓、坐骨神經痛等。此方能益氣，促進血液流動；通經活絡，移除經絡之阻礙。



本周健康講座

「身心鬆弛法」練習班

青山醫院精神健康學院於8月2日至16日逢星期六，下午2時30分至3時30分，及8月8日至22日逢星期五下午2時30分至3時30分，在新界屯門青山公路15號青山醫院明樓地下病人資源中心視聽室舉辦「身心鬆弛」練習班（須報名參加），查詢：24665958。

與風濕病輕鬆共處

屯門醫院社區服務中心與兒童及青少年科合辦「與風濕病輕鬆共處」講座，於8月6日上午9時30分至11時30分；8月7日下午6時30分至8時30分；8月8日下午6時30分至8時30分，在屯門醫院社區服務中心活動室舉行，查詢電話：24686167。

認識冠心病及治療

順德聯誼會梁錫堉診所於8月7日（星期四）下午2時至4時，在土瓜灣馬頭圍道165號二樓，舉辦「認識冠心病及其治療」講座（須報名參加），查詢：27159538。

貪吃與肥胖

東華醫院門診部於8月9日（星期六）上午10時至11時在該院鶴士樓地下門診部舉行「貪吃與肥胖」講座，查詢：25898300。

慢性痛症的心理緩解

緩痛會與華康醫院麻醉科及手術服務部、醫管局健康資訊天地合辦「慢性痛症的心理緩解」講座，時間：8月9日（星期六）下午2時至5時，地點：醫管局大樓閣樓演講廳，查詢：35175332，23007733。

耳鳴要看醫生嗎？

你有試過耳鳴嗎？相信很多人都試過。究竟我們為何會聽到這些「VV聲」？出現耳鳴又是否一定要求醫？

聽得MP3多會耳鳴

耳鳴的成因有很多，三成原因不明，但七成都與聽覺受損有關，而令聽覺受損的原因包括了噪音、耳垢、疾病、外傷等等。

在眾多導致耳鳴的原因當中，噪音是你應該特別關注的一點，因為近年愈來愈多出現耳鳴的人都是經常在噪音下生活的。但你要留意，噪音並非只有汽車聲和地盤工程聲，卡拉OK、酒吧、的士高等消遣場所內的聲浪往往超過耳朵可承受的85分貝，而一般人聽MP3的音量更超過100分貝！如此高的音量對聽力可導致不能復原的弱聽，甚至失聰！

出現耳鳴有需要看醫生嗎？

如果你的耳鳴已經持續一星期，令你有聽不到高音、耳塞的感覺；或情況已令你感到困擾，甚至失眠和影響日常生活，你就必須請醫生診治。

而就算你可忍受耳朵不斷嗡嗡作響，但長期耳鳴是聽力出現問題的警號，代表

耳朵可能有其他毛病，所以你亦應該請醫生為你作詳細的檢查。

耳鳴有得醫嗎？

如果耳鳴是由中耳炎、耳膜穿破等原因而造成的話，醫生便會對症下藥，先治療該疾病。如果耳鳴由噪音引致，使用藥物有助舒緩情況；而復康功能治療則可訓練耳朵適應耳鳴聲，重新接收和處理外界的聲音，減少耳鳴對患者日常生活的影響。

怎樣可避免聽覺受損？

避開噪音是首要一環。平常最好不要流連嘈吵的場所；看電視、聽音樂亦應調低聲浪，尤其是聽MP3，音量更應調低至最高音量的百分之六十以下（即是最高音量是10度的話，音量要調至6度以下），而且不要聽多過一小時；遇有噪音時應用手掩蓋耳朵並儘快遠離現場。

另外，如果你持續出現耳鳴或耳塞的情況，看電視要調至很大聲才聽得清楚，請電話常聽不清對方說話，這可能代表了你的聽力已出現問題，你應盡快請醫生診治，以防聽力繼續惡化。

（本文摘錄自李芬蘭醫生的文章）

「膝關節扭傷」(下)

在上篇文章中已經向讀者簡單介紹過「膝關節扭傷」的分類診斷及採用「R.I.C.E.」急救步驟處理。今次就會提及膝關節扭傷後的康復運動。

經診斷後，如果是第一類「內側支持帶」扭傷時，應盡早開始康復運動，處理的方法是相當簡單，應每天使用定位腳踏車，並且慢動作地做下肢伸直及屈曲的伸展運動。

每天應做二十分鐘腳踏車運動。在開始時，患者未必能夠完全腳踏整個圈，所以為了限制膝關節的活動範圍，應盡量把椅墊校高，務求使腳部有向前向後的腳踏感覺。當患者可以完成腳踏整個圈時，椅墊可以漸漸地調校低一點，使膝關節慢慢適應，並且增加其彎曲度，直至膝關節完全恢復完整的活動範圍。

下肢伸直的伸展運動是用訓練下肢的肌腱、特別增強大腿前方的四頭肌的內力。首先坐著健身椅使膝關節屈曲90度而雙腳平放於地面；雙手緊握健身椅的扶手，固定身體位置。當準備姿勢做完後，便可以開始伸展下肢了，先用無事的腿推著重量向前直到膝關節完全伸直，使腳尖指向天花板，保持伸直的狀態三秒；隨後慢慢地屈曲膝關節返回原位。再用有患的腿重複伸展的步驟。左右每邊推五次為一組運動，每做五組運動後應休息一分鐘，每次做二十組或因應自己的體力去做。最初開始運動時，不應推任何重量，隨著身體適應伸展運動時，慢慢地加重，直到體重的20%。

另一個是下肢屈曲的伸展運動，理論上跟下肢伸直的伸展運動相同，其目的是訓練大腿的腿後肌的內力。這個運動的姿勢是腹臥在運動牀上，首先把雙腿伸直，雙手緊握健身椅的扶手，固定身體位置。先用無事的腿慢慢地推著重量向上直到膝關節完全屈曲90度，保持膝關節屈曲的狀態三秒；隨後伸直膝關節返回原位。再用有患的腿重複伸展的步驟。

黃施博 註冊脊醫、註冊中醫

認識脊醫

逢周一刊出