

林寒梅教授从心脾论治卵巢储备功能减退经验

黄羽¹ 林寒梅^{2*}

1. 广西中医药大学 广西南宁 530001

2. 广西中医药大学第一附属医院 广西南宁 530002

摘要: 卵巢储备功能与女性生殖及内分泌健康息息相关,及时干预是延缓卵巢储备功能减退最有效的手段。林寒梅教授认为DOR早期可出现心、脾症状,心脾为DOR发病关键,临床应以健脾养心、益气补血为法,整体论治,对改善患者症状及保护卵巢功能疗效显著。

关键词: DOR; 心脾论治; 未病先治; 激素替代疗法

卵巢储备功能减退(DOR)指卵巢产生的卵母细胞数量减少或质量下降,同时引起激素水平的改变,出现排卵障碍、内膜增长速度过缓^[1],导致生育能力下降。其病因复杂,目前尚未明确发病机制,无统一的诊断标准,抗苗勒激素(AMH)水平通常被认为是诊断DOR较为可靠的标准。卵巢储备功能减退起病隐匿,多因出现月经量少、月经后期等月经的改变就诊,往往就诊时已有明显卵巢功能减退。若不及时干预,可在40岁前出现月经紊乱、潮热盗汗、心烦易怒等围绝经期综合征表现,发展为卵巢早衰。雌孕激素制剂在临床上被广泛应用于西医治疗DOR,但对保护卵巢功能效果不明显,长期应用将会增加子宫内膜癌、乳腺癌等疾病发病的风险,需要严格监测^[2];针对有生育要求的患者则采取促排卵、辅助生殖技术等措施,但超促排过程中可出现卵巢低反应,未能提高妊娠率;过度刺激卵巢可引起卵巢过度刺激综合征,出现腹水、血栓形成、肝肾损害甚至死亡,严重危害女性的健康及生命。采用中药代替激素疗法^[3]可改善卵子质量,保护卵巢微环境,有着效果更为显著、安全的优势。

一、病因病机

中医病名并无DOR概念,根据症状可参考“月经过少”、“月经稀发”、“闭经”等。对于女性生殖认知最早可见于《内经》:“女子七岁,肾气盛,齿更发长。

二七而天癸至,任脉通,太冲脉盛,月事以时下,故有子……五七,阳明脉衰,面始焦,发始堕”,奠定了肾及冲任二脉的重要性。肾藏精,主生殖,肾精属真阴,可化生精血,充养天癸、冲任,促进卵泡发育,形成周期月经,中医学据此总结出了“肾-天癸-冲任-胞宫”的生殖轴学说。女科病以“经、带、胎、产”为特点,月经主要为血,故女子以血为本,又数伤于血;冲脉为血海,任脉为阴脉之海,二者同起于胞宫,在经络上冲任二脉与足阳明胃经在气街交汇,故有“冲任二脉隶属于阳明”一说。因肾在本病中的主导作用,大多医家从肾论治DOR;而不足五七而出现生殖功能的衰退,最早可出现阳明脉相关脏腑之症状。胃乃水谷之海,为受纳腐熟物质的基础,脾与胃相表里,脾胃相资化源精微,使得阳明经多气多血,脾胃的盛衰也能从阳明经的变化体现。《诸病源候论》中说道:“肠中鸣,则月事不来,病本于胃”,意指月经停闭主要原因在于脾胃失运。月经病与多个脏腑相关,而全身各脏腑依赖后天脾胃的濡养,因此脾胃功能尤其重要。心与脾为母子关系,心火生脾土,心火盛则耗伤脾土,而脾气虚则可能出现“子盗母气”压抑心气,发展为心脾两虚。《妇人规·经不调》曰“经血为水谷之精气……凡其源源而来,生化于脾,总统于心”,水谷精气是经血之基础,脾胃运化水谷,心气推动气血的运行,脾胃虚弱无力运化则气血不生,劳倦伤心则血少不行。《黄帝内经·素问》曰“胞脉者,属心而络于胞中,系于肾”,心脾关系紧密,冲任二脉可受二者影响间接损害胞宫。

1. 脾虚血少,化源不足

阳明二经中,历代医家多强调足阳明胃经。《经脉

作者简介: 黄羽,女(1998-),在读硕士研究生,研究方向:月经病的中医防治研究。

***通信作者:** 林寒梅,女(1963-),主任医师,教授,博士生导师,研究方向:月经病的中医防治研究。

之本·阴阳篇》：“元阴者，即无形之水，以长以立，天癸是也”，认为天癸是一种与人体生长发育息息相关的阴液，需经过后天滋养才得以生成，是月经生成的基础。阳明空虚，气血无以化生，经水不能满溢胞宫，出现月经量少、月经后期等症状。《兰室秘藏·妇人门》曰：“妇人脾胃久虚，气血俱虚，而致经水断绝不行”，强调了脾胃对经水生成的重要性。女子属阴，火盛易袭阴位，手阳明大肠经中大小肠属于胃，而热邪侵犯本经时使得与其相邻之胞宫受损^[4]。中医学上将子宫内膜辨为“胞膜”，胞膜痿而不长，则出现经乱、不孕、堕胎等症。《内经》中提出“治痿独取阳明”^[5]，因妇科病“虚者极多，实者极少”^[6]，治疗本病，当补养脾胃，益气养营安血为。脾胃健运，仓廩充实，胞宫得养。

2. 心气不达，阴血暗耗

心主血脉，《血证论》曰：“食气入胃，脾经化汁，上奉心火，心火得之，变化而赤，是之为谓血”，脾胃所化水谷精微仍需心阳推动成血。《素问·阴阳别论》曰：“二阳之病发心脾，有不得隐曲，女子不月”。此“二阳”释作阳明经，谈勇教授认为“隐曲”为女子忧思劳倦之意^[7]。心有积怨不解，心火灼伤真阴，则提月事不能按时而下，甚者出现烘热汗出、夜不能寐等症状，长期精神紧张可直接影响下丘脑-垂体-卵巢性腺轴，造成排卵障碍、闭经的观念相似^[8]。《阴阳应象大论》指出，“心使志意，主神明，居血海，其病则不寐”，心为睡眠的主导，睡眠障碍是卵巢功能下降的高危因素，可影响激素的昼夜分泌节律及正常排卵^[9]。薛立斋认为调养心脾则气血充盈，经血循行不失所统，脾旺则心不受邪，正如《妇人规·女病》曰“盖心主血，则养心则血生，脾胃主饮食，健脾胃则气布”。心藏神，人的躯体为形，受所处环境的影响人体体现出了不同的心理特征。中医认为若个体能与自然相处和谐，形成“神”与“形”的高度统一，从而维持阴阳平衡。

二、治则治法

1. 健脾益气，养血调经

《妇人规·经不调》云：“调经之要，贵在补脾胃以滋血之源”。DOR患者早期可出现月经量少，气虚乏力，脘腹胀闷，纳呆，面色微黄，舌淡胖，边有齿痕，脉虚缓，甚者脾阳不振，脾虚生痰，阻滞胞宫。脾气主升，胃气主降，脾胃为气机升降之枢纽，气能生血，血不离气，林寒梅教授重视血与气之间的关系，强调补气在治疗DOR脾虚证时的重要性，临床多以四君子汤、参苓白

术散等加味。《新方八略·补略》云“凡气虚者以补其上，人参、黄芪之属也”，故常用黄芪、党参、白术、山药等健脾益气。脾气虚久而伤及脾阳，出现经期腹冷痛、四肢冰冷等症，故加少许桂枝温补脾阳。脾虚生湿，水湿内停生痰，若痰湿较盛，见便溏、舌苔厚腻者，加茯苓、薏苡仁、芡实、豆蔻等和胃利湿，升清降浊。若胃火炽盛，加以黄芩、知母滋阴清热。津血同源，肺通调水道，津液耗伤不得输布可出现咽干口渴、不思饮食，甚者可出现阴道干涩、大便干结等症，故加沙参、麦冬等益气养阴。

2. 宁心安神，敛阴和营

《针灸甲乙经》曰：“思发于脾而成于心”，忧思多虑，心阴暗耗，可出现月经先期、心烦易怒、口干舌燥、夜寐不宁、舌红、脉虚数等症。林寒梅教授临多以归脾汤加减，以龙眼肉、当归补心血，远志、茯神安心神，黄芪、白术、党参入脾，强调气血双补，心脾同调。心阴亏虚，虚火上炎，则可出现口舌生疮、苔黄腻等，加以竹叶、栀子清心除烦。心烦失眠者，加以合欢花、夜交藤宁心安神。心在上主火，肾在下主水，心气下行与上行之肾气交汇，故在调补心营同时，加入生地、桑葚、黄精等补肾益阴。肝藏血，调节气机，当心气不畅影响肝气升发，出现烦躁易怒、乳胀时，加入柴胡、郁金、川楝子疏肝理气。林教授认为在排卵期加入少许三七、丹参等活血通经药，起到补而不滞、助卵排出之效。现代研究表明，女贞子、菟丝子等具有近似雌激素的作用^[10]，可促进内膜生长及卵泡发育，故月经量少者，林教授善用菟丝子、女贞子、枸杞填补精血，使得血海充盈。

三、验案举例

张某，女，39岁，2023年05月15日初诊。主诉：月经量少2月余。现病史：既往月经周期规律，23~24日一行，经期5天，量、质正常。2月前无明显诱因下出现月经量较前明显减少，末次月经：2023年05月08日，经期5天，量少，色暗，无血块。已婚已育，孕4产1，人流1次，稽留流产2次。平素面色萎黄，神疲易乏，纳一般，寐差，二便调，有生育要求。舌淡，苔薄白，脉细弱。辅助检查：AMH：0.43 ng/ml。西医诊断：卵巢储备功能减退。中医诊断：月经过少病，不育，心脾两虚证。治则：益气补血，健脾养心。处方：黄芪20g，白术15g，茯神10g，党参15g，桑椹15g，黄精15g，女贞子15g，墨旱莲15g，砂仁8g，百合10g，山萸肉10g，枸杞15g，

木香10g, 当归10g, 合欢花10g, 夜交藤10g, 桑叶9g, 远志5g, 酸枣仁5g, 炙甘草6g。7剂, 水煎服, 日1剂。

二诊: 2023年05月22日, 月经史同前, 刻下: 经治疗后面色、睡眠较前改善, 仍觉乏力, 纳可, 大便溏。舌淡胖, 边有齿痕, 苔白, 脉细缓。患者脾虚表现较为明显, 遂改辨证为脾虚证, 处方: 党参15g, 黄精15g, 桑葚子15g, 白术10g, 山药10g, 莲子10g, 白扁豆10g, 薏苡仁10g, 茯苓10g, 桔梗9g, 百合10g, 夜交藤9g, 丹参9g, 黄芩9g, 黄柏10g, 砂仁5g, 酸枣仁5g。7剂, 水煎服, 日1剂。

三诊: 2023年06月05日, 末次月经2023年06月01日, 现为经期第5天, 经治疗后月经量较前增多, 色红, 刻下: 纳寐可, 二便调, 守上方去酸枣仁、夜交藤、百合, 加墨旱莲15g、女贞子15g。7剂, 水煎服, 日1剂。

四诊: 2023年06月27日, 末次月经同前, 于2023年6月26日自测尿HCG阳性。

按: 本患者有多次流产史, 气血亏虚, 胞脉损伤, 致使血行不畅, 冲任血海不足以下, 出现月经量少、色暗; 脾气虚, 脾胃无力化生水谷精微, 心气虚损, 出现面色萎黄、神疲乏力、寐差。结合舌脉, 改辨证为心脾两虚证, 治以补益心脾, 通调气血。方中用大量黄芪联合白术、党参增强补脾益气之效; 远志、茯神、酸枣仁、合欢花等合当归、龙眼肉补血安神, 使宁心之力更强, 佐以砂仁、木香补而不滞。首诊患者正处经前期, 加黄精、二至丸补益肝肾, 资源血海; 桑叶凉润滋阴, 起梳理肝气之效。二诊症状有所改善, 仍有脾气不足之症, 故治以补脾益气, 加以黄芩、黄柏加强燥湿之力; 患者正值经间期, 加以少量丹参促进阴阳转换。三诊诉已无不适, 效不更方, 继续顾护脾胃, 养血调经。

小结

《内经》曰“上工治未病, 中医医欲病, 下医治已病”, 林寒梅教授认为当今社会女性面临事业与家庭双重压力, 使DOR呈现低龄化。心脾失调、气血亏虚是DOR发病的关键, 临床可见脾虚证或心脾两虚证, 治以补益气血, 健脾养心为法。有形之血不能速生, 无形

之气所当急固, 在补脾益气基础上, 根据患者月经周期及伴随症状应加以疏肝理气、补肾填精、活血通经等法, 同时应当注意心理疏导, 结合饮食起居指导, 以期阴平阳秘, 脏腑通调, 胞宫充盈, 从而保护卵巢功能。

参考文献

- [1] 曲晓力, 韦静, 蒋嫔娥. 卵巢功能减退的病因及治疗进展[J]. 临床医药文献电子杂志, 2020, 7(03): 183-184. DOI: 10.16281/j.cnki.jocml.2020.03.154.
- [2] 招霞, 任慕兰. 卵巢储备功能减退的临床处理[J]. 实用妇产科杂志, 2022, 38(02): 91-94.
- [3] 任苏妍, 张金枫, 李荣煌, 等. 中药复方治疗卵巢储备功能减退作用机制的研究进展[J]. 中医药学报, 2024, 52(03): 87-94. DOI: 10.19664/j.cnki.1002-2392.240060.
- [4] 冯瑞雪, 张再康, 田淑霄. 从阳明论治月经病经验[J]. 浙江中医杂志, 2004, (09): 7-8.
- [5] 唐诗, 尤昭玲, 邢艺璇, 等. 全国名中医尤昭玲基于补脾养宫辨治薄型子宫内膜的经验[J]. 湖南中医药大学学报, 2023, 43(11): 1992-1996.
- [6] 黄燕梅, 周英. 从《妇人规》求嗣种子思想论岭南罗氏妇科诊治不孕症的传承与发展[J]. 新中医, 2023, 55(04): 217-220. DOI: 10.13457/j.cnki.jncm.2023.04.048.
- [7] 郭倩, 马蔚蓉, 谈勇. 从“二阳之病发心脾”论治早发性卵巢功能不全[J]. 南京中医药大学学报, 2022, 38(08): 735-738. DOI: 10.14148/j.issn.1672-0482.2022.0735.
- [8] 李艳红, 李玉莲. 卵巢储备功能下降的中医证治思路探讨[J]. 环球中医药, 2013, 6(04): 265-267.
- [9] 王子昕, 宋佳怡, 夏天. 昼夜节律紊乱对女性卵巢功能的影响[J]. 国际生殖健康/计划生育杂志, 2022, 41(04): 317-321.
- [10] 李锦英, 张兆萍, 叶金飞, 等. 基于网络药理学的菟丝子-枸杞子药对治疗卵巢早衰的作用机制研究[J]. 中国药房, 2020, 31(18): 2202-2209.