

中医外治法在多囊卵巢综合征治疗中的应用

刘雯星¹, 陈怡^{2*}, 周芸³

¹湖北中医药大学中医临床学院, 湖北 武汉

²湖北中医药大学附属荆州中医院, 湖北 荆州

³荆州市中医医院, 湖北 荆州

收稿日期: 2023年6月17日; 录用日期: 2023年8月10日; 发布日期: 2023年8月22日

摘要

多囊卵巢综合征(PCOS)是育龄期女性常见的一种内分泌代谢紊乱性疾病, 中医外治法能有效调节PCOS患者的性激素水平, 改善排卵障碍, 缓解临床症状, 提高妊娠率。相较于单纯口服药物治疗, 增加中医外治法作为补充疗法可获得更佳疗效, 常用于治疗PCOS的中医外治法包括针刺、梅花针、穴位埋线、穴位注射、艾灸、耳针、练功法等。

关键词

PCOS, 外治法, 中医

Application of Traditional Chinese Medicine External Therapy in Polycystic Ovarian Syndrome

Wenxing Liu¹, Yi Chen^{2*}, Yun Zhou³

¹Clinical College of Traditional Chinese Medicine, Hubei University of Traditional Chinese Medicine, Wuhan Hubei

²Jingzhou Hospital of Traditional Chinese Medicine Affiliated to Hubei University of Traditional Chinese Medicine, Jingzhou Hubei

³Jingzhou Hospital of Traditional Chinese Medicine, Jingzhou Hubei

Received: Jun. 17th, 2023; accepted: Aug. 10th, 2023; published: Aug. 22nd, 2023

Abstract

Polycystic ovary syndrome (PCOS) is a common endocrine and metabolic disorder in women of

*通讯作者。

文章引用: 刘雯星, 陈怡, 周芸. 中医外治法在多囊卵巢综合征治疗中的应用[J]. 中医学, 2023, 12(8): 2269-2273.

DOI: 10.12677/tcm.2023.128340

childbearing age. Traditional Chinese medicine external treatment can effectively regulate the levels of sexual hormones in PCOS patients, improve ovulation disorders, alleviate clinical symptoms, and increase pregnancy rate. Compared to simple oral medication treatment, adding traditional Chinese medicine external treatment as a supplementary therapy has a better therapeutic effect. The commonly used traditional Chinese medicine external treatment methods for treating PCOS include acupuncture, plum blossom needle, acupoint catgut embedding, acupoint injection, moxibustion, ear acupuncture, and martial arts practice.

Keywords

PCOS, External Treatment, Traditional Chinese Medicine

Copyright © 2023 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

多囊卵巢综合征(PCOS)是育龄期妇女最常见的内分泌疾病之一,目前育龄女性 PCOS 的患病率为 5%~10% [1],并且 PCOS 发病率仍在逐年增高[2],患者多伴有排卵功能障碍、高雄激素血症和卵巢多囊样改变,临床表现为月经稀发、不孕、多毛、痤疮等[3],并具有排卵障碍、子宫内膜容受性降低等病理表现,因而多伴发不孕和习惯性流产,严重影响育龄期女性的身心健康。目前西医治疗多以激素代替、调经、促排卵为主,但伴有不同程度副反应,长期服用损伤肝肾功能、增加血栓、癌症风险[4]。杨阳等研究发现,PCOS 患者中药组治愈率 92.98% 优于西药组 78.95% [5],另一研究表明,单纯应用西药治疗 PCOS 一定程度上会增加患心血管疾患的风险[6],因而中医治疗具有疗效显著、副作用小等独特优势,除口服方药外,外治法亦对 PCOS 起到补充治疗作用,本文论述外治法在 PCOS 治疗中的应用。

2. 针灸

2.1. 针刺

针刺疗法在世界范围内被越来越多地被接受为许多疾病的补充疗法,在 PCOS 治疗过程中,针刺可调节 GnRH 水平,改善下丘脑-垂体-卵巢轴的功能,使性激素水平恢复正常,并促进卵泡的发育、成熟,使之恢复正常排卵[7]。对于 PCOS 所致不孕患者,针刺同样可以提高 PCOS 患者的妊娠率,研究表明,电针可有效改善 PCOS 不孕患者的卵巢形态、卵母细胞质量和胚胎发育潜力[8],帮助患者正常排卵、顺利受孕。PCOS 患者处于肥胖、胰岛素抵抗病理状态,影响排卵和卵巢功能,针刺能够上调有关胰岛素信号传导的 IRS-1/PI3 K/GLUT4 通路,改善胰岛素抵抗[9]。

PCOS 以肾虚为本,继发血瘀、痰饮等,因而治疗以补肾活血为主,辨证予活血、化痰、补益、疏肝治疗,针刺亦需辨证论治,根据证候不同,选以不同腧穴,施以不同的补泻手法。崔冬雯等人选用针刺“新八髎穴”,配合克罗米芬口服治疗 PCOS 不孕患者,结果发现相较于单纯西药治疗,针药结合明显改善患者性激素水平、下调中医证候量化评分、提高排卵率等[10]。周期取穴是针刺治疗妇科疾病的特点,针刺配合月经周期阴阳消长的规律,使阴平阳秘,则月经得以来潮。翟璇等应用健脾化痰祛湿法联合针刺周期疗法治疗肥胖型 PCOS,能够改善患者子宫内膜容受性和糖脂代谢,缓解临床症状[11]。张小雪等采用调泌针法,将月经周期分为基础卵泡期、优势卵泡期和黄体期,增加调泌穴针刺,发现针刺对

妊娠率的作用与口服氯米芬等同[12]。此外,针刺对排卵障碍性不孕患者具有累积叠加治疗效应,研究表明,PCOS 患者针刺治疗组总妊娠率 73.5%,其中第三周期妊娠率为 43.8%,而对照组总妊娠率仅有 43.8%,其中第三周期妊娠率 10.0% [13],可见针刺治疗能极大提高患者的远期妊娠率。

2.2. 梅花针

冲任督带四脉失司可影响卵泡生长发育及排卵,在临床上运用梅花针循经叩打冲、任、督、带脉治疗,能够改善卵巢功能和卵泡质量,促进卵泡生长发育,提高成熟卵泡排卵率,避免西药治疗卵泡生长与内膜生长不同步的缺点[14]。在排卵期应用梅花针,成为辅助不孕患者促排卵的主要方式之一。

2.3. 穴位埋线

穴位埋线技术是现代医学技术与传统经络学说相结合的产物,将可吸收性外科缝线埋入人体穴位内,对穴位产生长久、持续刺激,具有调和气血、调理冲任、补虚泻实、疏通经络的作用,且刺激长效、操作简单,效优价廉。研究表明,穴位埋线能够改善 PCOS 患者性激素水平和糖脂代谢,与中药汤剂联合使用疗效更佳[15]。对于不孕患者,穴位埋线通常与促排卵药物联合使用,能够通过增加子宫内膜厚度、子宫动脉血流改善子宫内膜容受性,从而增加妊娠率,并且具有更低的 OHSS 发生率及副反应[16]。

2.4. 穴位注射

穴位注射又称水针疗法,药物注射到穴位、经络或者疼痛点,使针刺刺激与药物性能相结合,针刺可以使垂体、丘脑、卵巢功能恢复,从而调整月经周期,恢复排卵,在此基础上增加促排药物,使药物与机体内发生免疫反应,调节、激发机体内在生理功能、增强免疫、调和气血、调整阴阳,达到治疗疾病的目的。研究表明,采用尿促性腺激素穴位注射,较传统肌注尿促性腺激素排卵效果更佳,较传统肌注尿促性腺激素出现的治疗效果,穴位注射仅需其一半的药量即能发挥同等效果[17] [18]。研究显示,穴位埋线治疗肥胖 PCOS 患者疗效更佳,穴位埋线能够改善性激素水平,降低 TNF- α 、CRP、IL-6 等炎症因子水平,减小卵巢体积,恢复卵巢功能,提高子宫内膜厚度,增加排卵率及妊娠率[19]。

3. 艾灸

常用艾灸方式包括温针灸、热敏灸、雷火灸、督脉灸、脐灸等,根据临床需要选取不同的穴位艾灸方法,通过不同方式使用艾绒或艾柱药物放置体表的腧穴或疼痛处烧灼、温熨,借灸火的温和热力及药物作用,以温通经脉、调和气血、协调阴阳、扶正祛邪,达到治疗疾病的功效,《医学入门》亦说:“药之不及,针之不到,必须灸之。”对于 PCOS 此类慢性疾病,艾灸缓而治之的效果显著,适用于寒盛湿重,经络壅滞之证。艾灸与方药联合使用效果更佳。徐海霞等选用补肾温阳之长强、命门等穴灸之,与紫仙助孕汤联合使用治疗 PCOS 患者,能改善患者性激素水平、HPO 轴功能,升高 AMH、INHB,改善卵巢储备功能,同时增加子宫内膜厚度,改善患者子宫血供[20]。余玲玲等拟益精养肾孕子方联合艾灸治疗 PCOS 患者,发现不仅治疗组患者的性激素水平有不同程度改善,卵巢动脉收缩期峰值流速及子宫动脉搏动指数、阻力指数均有好转,治疗组排卵率、妊娠率明显提高[21]。

4. 耳穴

耳和全身经络及五脏六腑都有着密切的联系,人体各个器官组织在耳郭有相应的反应点,耳穴疗法应用全息理论,刺激方式包括针刺、贴压、注射、割治、贴膏等,其中耳穴贴压最为常见,常用贴压的药籽有王不留行籽、白芥子及自制中成药丸等,王不留行籽以其质地较硬的优点,临床上使用最为广泛,研究证实王不留行籽耳穴贴压对内分泌系统具有调节作用[22]。对于 PCOS 患者耳穴治疗常与中药汤剂联

合应用。王世帅等采用调经消脂汤联合耳穴埋针治疗肥胖型 PCOS，能够降低患者体质量指数、脂肪因子和炎症因子水平，改善性激素水平和中医证候积分[23]。耳穴与加味苍附导痰汤联合治疗 PCOS 痰瘀证患者，能够提高妊娠率，其主要取穴肾、下丘脑、子宫、卵巢、垂体，再根据患者症状辨证论治，加减耳穴[24]。

5. 练功法

生活方式干预是 PCOS 的一线治疗，为避免远期并发症，PCOS 患者应长期践行生活方式干预治疗。中医理论认为，健康的生活状态应“和于术数，饮食有节，起居有常，不妄作劳”。尤其对于肥胖型 PCOS 患者，适当的运动是重要的治疗方式之一，中医练功法以其动静结合、阴阳平调的特点是运动的极佳选择，长期练习传统功法，能够改善神经系统、循环系统和心理状态[25]，主要练功法包括八段锦、太极拳。八段锦功法简单易学，作用显著，现代研究表明八段锦能有效改善胰岛素抵抗、性激素水平和卵巢功能，还能够调节糖脂代谢、降低心脑血管风险，并无任何不良反应，对脾虚痰湿型 PCOS 患者疗效更佳[26] [27]。太极拳动作徐缓舒畅，强度中等，不仅改善肥胖型 PCOS 患者临床症状，对代谢紊乱性疾病，如糖尿病、心血管疾病、肥胖都有正面影响[28]。

6. 其他

中药热熨、中药泡洗能够由表达里传导药性，通过皮毛腠理，循经运行，内达脏腑，性质温热补益，具有疏通经络、畅通气机、温中散寒、调整脏腑阴阳等作用，适用于寒盛湿重、气滞血瘀、气血亏虚之证。推拿和刮痧的操作方式不同，但都具有调理气血阴阳、祛除邪气、理气活血，驱风散寒，清热除湿的作用，还可以调整经气，解除疲劳，增强免疫功能，因此能够扶正祛邪，防病治病，适用于寒、热、实邪等所致的 PCOS 患者。

7. 结语

PCOS 是内分泌代谢性疾病，其治疗周期长，对于远期并发症的防治应贯穿患者整个生命周期，而长期口服药物治疗难以保证患者的依从性。外治法通过辨证论治，制定个体化的治疗方案，不仅能够提高单纯药物的治疗效果，同时提高患者的依从性，可作为 PCOS 的补充疗法得以推广。

基金项目

湖北省自然科学基金项目(项目编号 2022CFB351);荆州市中医药研究所自主选题项目资助(项目编号 ZZXT2022Y11)。

参考文献

- [1] 袁莹莹, 赵君利. 多囊卵巢综合征流行病学特点[J]. 中国实用妇科与产科杂志, 2019, 35(3): 261-264.
- [2] 许梦洋, 王翠霞. 中医药治疗多囊卵巢综合征近况[J]. 中医药临床杂志, 2017, 29(11): 1971-1974.
- [3] Ruan, X., Li, M. and Mueck, A.O. (2018) Why Does Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) Need Long-Term Management? *Current Pharmaceutical Design*, **24**, 4685-4692. <https://doi.org/10.2174/1381612825666190130104922>
- [4] 王引凤, 郭雪桃, 刘超. 多囊卵巢综合征诊断的研究进展[J]. 中国医疗前沿, 2012, 7(3): 25-26.
- [5] 杨阳, 雷秀兵, 陈纯涛. 中药序贯疗法治疗多囊卵巢综合征伴不孕的效果分析[J]. 中华中医药学刊, 2021, 39(3): 73-76.
- [6] 张郡, 宿宓, 许良智, 等. 炔雌醇环丙孕酮片与去氧孕烯炔雌醇片的长期应用对多囊卵巢综合征的疗效及代谢安全性[J]. 南方医科大学学报, 2018, 38(8): 917-922.
- [7] 任晓暄, 朱兵, 高昕妍, 贲卉. 针刺不同穴位对雌性大鼠下丘脑 GnRH 相关神经元活动的影响[J]. 北京中医药大学学报, 2010, 33(3): 191-195+199.

- [8] Wang, Z., Yang, L., Dong, H., *et al.* (2021) Effect of Electroacupuncture on the Kisspeptin System in a Pubertal Rat Model of Polycystic Ovary Syndrome. *Acupuncture in Medicine*, **39**, 491-500. <https://doi.org/10.1177/0964528420971299>
- [9] Xiang, S., Xia, M.-F., Song, J.-Y., Liu, D.-Q. and Lian, F. (2021) Effect of Electro-acupuncture on Expression of IRS-1/PI3K/GLUT4 Pathway in Ovarian Granulosa Cells of Infertile Patients with Polycystic Ovary Syndrome-Insulin Resistance of Phlegm-Dampness Syndrome. *Chinese Journal of Integrative Medicine*, **27**, 330-335. <https://doi.org/10.1007/s11655-020-3219-z>
- [10] 崔冬雯, 米建平, 余焯燊. 针刺“新八髎穴”对 PCOS 排卵障碍性不孕患者排卵情况及中医证候量化评分的影响[J]. 湖北中医药大学学报, 2022, 24(6): 36-39.
- [11] 翟璇, 王爽, 牛凤鹤, 李世玲. 健脾化痰祛湿法联合针刺周期疗法治疗肥胖型多囊卵巢综合征的疗效观察[J]. 世界中西医结合杂志, 2023, 18(2): 305-308+313.
- [12] 张小雪, 郭新峰, 王翰林, 谢长才. 调泌针法治疗多囊卵巢综合征排卵障碍的临床研究[J]. 现代中医临床, 2022, 29(6): 11-16.
- [13] 郑淑珍. 通元针法对 CC 周期排卵障碍性不孕治疗效应的临床研究[D]: [硕士学位论文]. 广州: 广州中医药大学, 2019.
- [14] 尹小兰. 黄健玲治疗多囊卵巢综合征经验[J]. 河南中医, 2015, 35(2): 380-381.
- [15] 马秀. 穴位埋线联合补肾调经汤治疗多囊卵巢综合征患者对其性激素、糖脂代谢的影响观察[J]. 实用妇科内分泌电子杂志, 2022, 9(25): 69-72.
- [16] 陈秋霞, 张小洪, 邓雷厉, 刘海燕, 陈瑶女. 穴位埋线治疗多囊卵巢综合征排卵障碍及低子宫内腔容受性的临床观察[J]. 中医外治杂志, 2022, 31(6): 24-25.
- [17] 王瑾, 高天旸, 李少玲, 等. 针灸对多囊卵巢综合症患者的体质调理并促成怀孕的结局的影响[J]. 云南中医中药杂志, 2016, 37(5): 44-45.
- [18] 李娜, 刘彩霞. 穴位注射尿促性腺激素治疗多囊卵巢综合征的疗效观察[J]. 西部中医药, 2020, 33(8): 135-137.
- [19] 严烱利, 周凌云, 张丽, 等. 穴位埋线治疗超重或肥胖型多囊卵巢综合征临床观察[J]. 光明中医, 2023, 38(4): 669-672.
- [20] 徐海霞, 朱春兰, 唐虹. 艾灸联合中药对多囊卵巢综合征不孕症患者卵巢储备功能的影响[J]. 上海针灸杂志, 2021, 40(5): 571-575.
- [21] 余玲玲, 郭乐, 尚姝. 益精养肾孕子方联合艾灸对多囊卵巢综合征排卵障碍性不孕患者性激素水平及卵巢血流动力学的影响[J]. 湖北中医杂志, 2020, 42(9): 13-15.
- [22] 付起凤, 苗青, 张燕丽, 田园, 吴丽红, 潘世伟, 吕邵娃, 吕勃川. 王不留行临床应用研究进展[J]. 中医药信息, 2016, 33(5): 117-121.
- [23] 王世帅, 常淑华, 张蔚苓. 调经消脂汤联合耳穴埋针治疗肥胖型多囊卵巢综合征 40 例疗效观察[J]. 中国基层医药, 2023, 30(3): 405-410.
- [24] 万幸, 江玲, 杨雅琪, 等. 加味苍附导痰汤联合耳穴治疗多囊卵巢综合征痰瘀证临床研究[J]. 陕西中医, 2022, 43(12): 1797-1800.
- [25] 李思雨, 孙馨鑫, 卢燕. 基于《内经》养生理论探讨多囊卵巢综合征中医特色生活体系[J]. 云南中医中药杂志, 2023, 44(2): 17-21. <https://doi.org/10.16254/j.cnki.53-1120/r.2023.02.012>
- [26] 张彤, 林法财, 方朝晖, 韦庆波, 吴云川. 中医传统养生功法对糖尿病前期患者胰岛素抵抗的影响[J]. 中国老年学杂志, 2018, 38(22): 5419-5421.
- [27] 冯姜. 八段锦治疗脾虚痰湿型多囊卵巢综合征临床疗效观察[D]: [硕士学位论文]. 南京: 南京中医药大学, 2021. <https://doi.org/10.27253/d.cnki.gnjzu.2021.000809>
- [28] Li, Y., Peng, C., Zhang, M., *et al.* (2022) Tai Chi for Overweight/Obese Adolescents and Young Women with Polycystic Ovary Syndrome: A Randomized Controlled Pilot Trial. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, **2022**, Article ID: 4291477. <https://doi.org/10.1155/2022/4291477>