

尤昭玲教授基于“时空论”针灸治疗卵泡发育不良调泡选穴思路探析

何雨涵^{1,2}, 邱懿^{1,2}, 宋雨晖^{1,2}, 黄语涵^{1,2}, 唐诗^{3,4}, 邢艺璇^{1,4}, 刘未艾^{1,4*}, 尤昭玲^{3,4}

(1. 湖南中医药大学第二附属医院, 湖南 长沙 410005; 2. 湖南中医药大学 第二中医临床学院, 湖南 长沙 410005; 3. 湖南中医药大学第一附属医院, 湖南 长沙 410021; 4. 尤昭玲全国名中医传承工作室, 湖南 长沙 410007)

摘要: 卵泡发育不良已成为不孕症的重要原因之一, 其发病机制尚未明确, 临床多采用激素等对症治疗, 有一定的不良反应。针灸作为一种传统疗法, 治疗卵泡发育不良安全有效。通过明确卵泡发育过程, 阐明卵泡发育与气血阴阳、五脏的关系, 基于尤昭玲教授所创“时空论”, 以“调泡三部曲”为总则, 配合“调泡八法”, 进行分期论治和辨泡选穴, 为临床针灸治疗卵泡发育不良提供更多有效方案。

关键词: 卵泡发育不良; 针灸治疗; 选穴思路; 尤昭玲; 时空论

DOI: 10.11954/ytctyy.202410030

开放科学(资源服务)标识码(OSID):

中图分类号: R249

文献标识码: A

文章编号: 1673-2197(2024)10-0131-04



Study on the Selection of Acupuncture Points Under the Guidance of Professor You Zhaoling's "Theory of Time and Space"

He Yuhuan^{1,2}, Qiu Yi^{1,2}, Song Yuhui^{1,2}, Huang Yuhuan^{1,2}, Tang Shi^{3,4},
Xing Yixuan^{1,4}, Liu Weiai^{1,4*}, You Zhaoling^{3,4}

(1. The Second Hospital Affiliated to Hunan University of Chinese Medicine, Changsha 410005, China; 2. The Second Clinical College of Traditional Chinese Medicine, Hunan University of Chinese Medicine, Changsha 410005, China; 3. The First Hospital Affiliated to Hunan University of Chinese Medicine, Changsha 410021, China; 4. You Zhaoling National Famous Heritage of Traditional Chinese Medicine Studio, Changsha 410007, China)

Abstract: Follicular dysplasia has become one of the important causes of infertility, and its pathogenesis has not yet been clarified. Hormone and other symptomatic treatments are often used in clinic, but there are some adverse reactions. Acupuncture and moxibustion, as a traditional therapy, is safe and effective in the treatment of follicular dysplasia. Clarifying the development process of follicle to elucidate the relationship among follicle development, Qi, blood, Yin and Yang, and five viscera. Under the guidance of "Theory of Time and Space" created by Professor You Zhaoling, With "Three steps of regulating follicles" as the general program and the "Eight methods of regulating follicles", we can treat follicular dysplasia by stages and select points according to the syndrome differentiation of follicles to provide more schemes for clinical acupuncture treatment of follicular dysplasia.

Keywords: Follicular Dysplasia; Acupuncture and Moxibustion Therapy; Acupoint Selection Ideas; You Zhaoling; Theory of Time and Space

卵泡发育不良指卵泡的大小及功能均不能达到成熟卵泡水平, 主要症状包括卵泡生长速度异常、形

收稿日期: 2023-12-16

基金项目: 湖南省卫生健康委科研项目(C202305019294; 202205034625); 湖南省“十四五”第一批中医药领军人才和学科带头人培养项目(湘中医药[2022]4号); 湖南省中医药科研计划(A2024036, C2022012); 深圳市“医疗卫生三名工程”(SZZYSM202311019); 国家中医药管理局“尤昭玲全国名中医传承工作室”建设项目(国中医药办人教函[2022]75号)

作者简介: 何雨涵(1999—), 女, 湖南中医药大学硕士研究生, 研究方向为针灸治病机理及临床应用。

通讯作者: 刘未艾(1978—), 女, 湖南中医药大学第二附属医院主任医师, 博士生导师, 研究方向为针灸治病机理及临床应用。E-mail: 55999630@qq.com

态异常、大小异常、数量异常及位置异常^[1]。卵泡发育不良是导致女性不孕最常见的原因之一,约有25%~30%的不孕与此相关^[2]。尤昭玲教授为第二届全国名中医,潜心临证数十载,学验俱丰。尤教授认为卵泡的生长发育是“时空限定的动态过程”^[3],即在卵泡发育过程中其数量、大小、形态、位置在不同时间段处于不同的状态。尤教授抓住卵泡发育的动态性,创立了“时空论”,分期辨治卵泡生长,提出了诊疗卵泡发育三部曲:暖巢、助泡、宣散离巢,并创建具体的调泡八法来帮助治疗卵泡发育不良,在其理论指导下进行针灸穴位的选取,能更有效调节卵泡发育,提高卵泡质量。

1 卵泡发育时空观

卵泡是女性生殖的基本单位,是卵巢的最小功能单位。卵泡的发育是时间与空间动态变化的过程,尤昭玲教授认为卵泡发育具有3个特征:①有速度、数量、大小、形态及位置的动态变化;②发育过程中需要塑形、增长等精微物质;③优势卵泡发育成熟过程中需要输卵管等辅助排出卵巢^[4]。在时间上,卵泡从胚胎期就开始发育,自青春期开始至绝经期前,每隔28天左右在垂体促性腺激素刺激下,有15~20个原始卵泡生长发育,通常只有1~2个优势卵泡发育成熟并排卵,其余卵泡均在不同阶段退化成闭锁卵泡^[5]。行经期,即在月经的第2~3天时,在超声下可以看见直径小于10mm的卵泡,此为窦状卵泡,再经过7~8天的时间可发育成生长卵泡;卵泡期,生长卵泡又通过5~6天进一步发育成优势卵泡;排卵期,优势卵泡经过1~2天发育成为成熟卵泡,在激素与张力的作用下促使卵子排出卵巢。在空间上,窦状卵泡的直径由小于10mm,逐渐发育成直径大于10mm、小于15mm的生长卵泡;进一步发育成直径大于15mm、小于20mm的优势卵泡;最终发育成直径大于20mm的成熟卵泡。整个过程中卵泡逐渐靠近卵巢边缘,直至突出于卵巢,卵泡液的快速增加使卵泡内压升高,使得卵泡突出卵巢部分越来越薄,最后破裂,卵子排出。

卵泡的发育过程具有动态性和严格的时限性。尤昭玲教授认为在具体治疗过程中要调控生殖轴相关激素和因子,增加卵巢的血液供应,及时捕捉生长卵泡,为其提供必需的精微物质,促进其具备生长发育、成熟的潜力;在卵泡快速生长阶段,调控生殖轴,使优势卵泡内的泡液迅速增加,为优势卵泡的迅速增大提供必备的精微液质,促进成熟卵泡排卵柱头的形成,并且在卵泡成熟将要离巢之时,通过保障气

血调畅,使其能够顺利排出卵巢。

2 卵泡发育与气血阴阳变化

月经是由于子宫内膜每月1次的定期剥落而形成的,但是这一现象并不是子宫的主动行为,而是受卵巢控制而产生的被动行为过程。通常来说每月一侧卵巢中发育成熟1个卵泡并排出1个卵子,若卵子不能与精子结合,便会产生月经,因此月经周期与卵泡发育联系密切。《女科要旨》云:“种子之法,即在于调经之中。”《丹溪心法》也指出:“经水不调,不能成胎。”说明女子促成胎孕的必备条件需经水通调,只有经水和调、生理活动规律、阴阳消长转化顺利,精卵才能发育成熟,顺利排出并受孕^[6]。行经期是一个“重阳转阴”的过程,能排出宫内之瘀血,为卵泡提供更好的发育场所,为经后期的恢复提供条件;经后期是卵泡发育的关键时期,此时“阴长”,阴精不断充盈,肾水持续滋养,使得血海盈满、阴液充沛,不断滋养优势卵泡的成长发育;经间期时,阴精充盛至顶峰,发生“重阴转阳”的改变,卵泡在经后期得到阴精的滋养而逐渐生长发育至成熟,在“氤氲之时”排出卵巢,为其后的受孕做准备。由此可见,卵泡发育是一个动态变化的过程,其发育的各个时期都有气血阴阳的变化。

3 卵泡发育的脏腑定位

尤昭玲教授认为,调节卵泡发育的脏腑定位在肾、脾、肝。

肾:肾为先天之本,主藏精,是五脏之阴精汇聚的场所。卵泡期时处于“阴长”的状态,需要大量阴精、癸水来进行补充,此时子宫藏而不泻,通过肾气收敛固涩、肾阳温煦,能使卵泡更好生长,所以此期卵泡发育以肾为主导。

脾:在整个卵泡发育过程中需要大量的精微物质进行补充,脾胃为后天之本、气血生化之源,气血充足是卵泡发育不可或缺的条件,因此整个卵泡发育过程都离不开脾胃的滋养,脾胃的作用贯穿于整个卵泡发育的全过程。

肝:中医素有“女子以肝为先天”之说,肝主疏泄,可畅达冲任、疏通气血。一个合格卵泡的产生需要其发育成熟并且能成功排出卵巢,因此除了要注重卵泡期的调治,排卵期也不可忽视。成熟的卵泡最后能否成功从卵巢排出,排卵期是关键,此期为“氤氲之时”,处于一个由阴转阳的状态,若阴阳转换枢机不利,则卵泡无法正常排出。肝主疏泄,能调畅全身气机,此期应以肝为主导,气机调畅、气血调和,

促使卵泡能顺利排出卵巢。

在调节卵泡发育时,不同的时期,所主导的脏腑也有所不同,有针对性地对其脏腑进行调治,才能有效提高卵泡质量。

4 “时空论”指导下调泡选穴

4.1 调泡三部曲

尤昭玲教授针对卵泡生长期,即月经周期的第7~16天,提出了诊疗卵泡发育的“三部曲”:暖巢、助泡、宣散离巢。在尤教授分期论治卵泡发育不良的理论基础上,结合卵泡发育过程中的气血阴阳变化及各时期脏腑定位,进行穴位的选取,以调节卵泡发育。

在卵泡期,此时子宫、胞脉相对空虚,虽然有肾气进行固摄,肾中之阴精仍处于相对不足的状态,此时运用“暖巢”之法,填补肾精、增强肾阳的温煦功能,使卵泡拥有一个较为适合的发育环境,为日后的发育、成熟打下良好基础。可以神阙(灸)、关元、肾俞、次髎等为主穴,神阙穴为任脉气血会合之穴^[7],艾灸神阙能激发丹田之元气,发挥温补脾肾的作用;关元属任脉,足三阴经与任脉交会之穴,为元阴元阳所在之处,滋肾补阳;肾主生殖,为五脏六腑之根,肾藏精,“为月经之本”,故取背俞穴肾俞培补肾精,补充肾气;次髎配伍肾俞能振奋肾气、温补下焦元气^[8],发挥补益肾气、调理胞宫的作用。

在优势卵泡期,此时处在一个“阴长”的时期,应以肾为主导。此期卵泡生长迅速需要大量的卵泡液进行补充,在肾气的固摄作用下阴精逐渐累积,为了使生长卵泡更好成长为成熟卵泡,生津增液尤为重要,需通过“助泡”法填充津髓、滋补精血。可以水泉、脾俞、足三里、太溪、三阴交等为主穴,水泉属肾经^[9],为肾经之郄穴,肾主藏精且主水,肾经之气在水泉穴深聚而出,具有增液生精之效;脾俞为脾的背俞穴,足三里为胃的下合穴,脾胃为后天之本,能化生气血以助生津髓;太溪为肾之原穴,肾主骨生髓,补肾即生髓,太溪可补肾养髓;三阴交为足三阴经的交会穴,可调理肝、脾、肾三脏,发挥滋阴增液之效。

在排卵期,此时卵泡发育成熟,肾中之阴精充盈至鼎盛,到达一个“重阴必阳”的状态,此期应以肝为主导,若肝气不舒,则阴阳转化枢机不利,卵泡无法正常排出卵巢。为了使成熟的卵子更好释放,应采用“宣散离巢”之法,即疏肝解郁、理气活血。以子宫、卵巢、合谷、太冲等为主穴。子宫、卵巢穴均为经外奇穴,局部取穴,能通畅气血,促进卵泡排出;合谷为胃经原穴,太冲为肝经原穴,两穴一升一降,调节

气机、舒达肝郁、通达全身,行气以活血,有利于卵泡排出^[10]。

4.2 调泡八法

尤昭玲教授还针对整个各种发育不良的卵泡创立了具体的调泡八法:大则敛泡、小则扩泡、快则减速、慢则加速、少则增泡、多则灭泡、扁则充泡、位异移泡。在不同时期,对于各种类型的卵泡发育不良结合调泡八法配以不同的穴位,能使卵泡更好地发育成熟、排出。

大则敛泡:在月经第14天,B超下卵泡的平均直径大于21mm仍未排卵,此为大卵泡,恐其后形成黄体囊肿,应收敛卵泡,敛而不涩,以防固涩太过卵泡无法排出卵巢。可配肾俞、脾俞、太白,肾俞、脾俞为肾、脾背俞穴,太白为脾经原穴,三者配伍使用能起到益气健脾、固肾收敛之效。

小则扩泡:在月经第12天,B超下卵泡平均直径小于16mm,却于月经第14天时已排出卵巢,此为小卵泡。“阳化气,阴成形”,卵泡发育过小说明“形有不足”,应滋养肾精、补养气血,可配太溪、足三里等。太溪为肾经原穴,可滋补肾精,足三里为胃经下合穴,气血充盛,两者相配能充养肾精、益气补血。

快则减速:在月经第11天时,B超下卵泡平均直径大于16mm,此为卵泡长速过快。此过程中,由于精微物质提供的速度与卵泡的生长速度不相匹配,极易导致空卵泡的形成,应滋肾填精,兼顾收敛之法,可配三阴交、肾俞等。三阴交为三阴经交会之处,能调节阴经气血,肾俞为肾之背俞穴,两穴相配可起补肾填精、收敛固肾之效。

慢则加速:在月经第14天时,B超下卵泡平均直径小于15mm,隔天复查B超卵泡平均直径增长小于1.5mm,此为卵泡长速过慢。卵泡生长速度过慢极易导致未排出卵巢时就已经开始萎缩。卵泡的生长与肾息息相关,对于肾虚精亏型长速过慢,可配以志室、太溪。志室为膀胱经腧穴,具有温肾壮阳之效,太溪为肾经原穴有补肾益精之功,两者相配可补肾助速;对于气血不足型,可配气海、血海,两穴顾名思义是气血充盛汇聚之处,相配以补气养血;对于胞宫虚寒型,可配命门,助元阳以温养胞宫。

多则灭泡:在排卵前,一侧卵巢中卵泡数大于12个,即为卵泡数多。卵泡数量过多易引起单个卵泡的质量不佳。卵泡数量过多临床多见于多囊卵巢综合征,尤昭玲教授认为其多以痰瘀为标^[11]。对于痰浊湿阻型,可配以丰隆、足三里,丰隆为治痰要穴、足三里为健脾要穴,两者相配更增健脾化痰之效;对于

痰湿郁而化热,湿热雍盛型可配合谷、曲池,两穴均为大肠经腧穴,相配以清热祛湿;对于瘀与湿结型,可配阴陵泉、血海,阴陵泉为足太阴脾经之合穴,血海又名“血郄”,两穴能起到活血通络祛湿的作用。

少则增泡:在排卵期前,一侧卵泡数量少于6个,双侧卵泡总数少于9个即为卵泡数量过少。卵泡数量少提示卵巢储备功能不全,应予温肾益精,育卵调泡。可配三阴交、太溪、关元等,三阴交、太溪能补肾益精,关元温肾助阳,共筑温肾暖胞、益精增泡之效。

扁则充泡:在排卵期前监测卵泡,卵泡长径差值短径大于3mm,即为扁卵泡。卵泡过扁,表面张力不够,难以排出卵巢,应治以填精充泡、滋阴增液。可配太溪、水泉,两穴分别为肾经的原穴与郄穴,相配使用能滋肾益精、充养阴液。

位异移泡:卵泡的发育速度、形态均正常,但居于卵巢中央,或卵巢皮质过厚,称为卵泡位置异常。卵泡异位易导致卵泡排出困难,应治以宣散脉络、活血行气。可配中极、归来、合谷、太冲等穴,中极、归来均位于子宫附近,为妇科要穴,合谷、太冲又有“四关穴”之称,行气活血,相互配伍能活血调经,促卵排出。

5 典型医案

患者王某,女,28岁,已婚,无孕产史,2021年10月21日就诊,主诉:未避孕未孕3年。病史:月经第20天,LMP:13,3~4/29~31,2021年10月2日。既往月经量偏少,色暗红,无痛经,有血块。手脚稍凉,无口干口苦,纳可,寐欠佳,偶有熬夜,二便调,舌淡,苔薄白略有齿痕,脉细。经阴道彩超提示:内膜9.1mm,子宫双附件未见异常,双侧卵巢内未见明显优势卵泡。西医诊断:原发性不孕,卵泡发育不良;中医诊断:不孕症,肾虚精亏证;治则:温阳补肾、益精调泡。考虑患者卵泡发育不良,行针灸治疗以调泡助孕,嘱监测基础体温,嘱其避孕。针灸治疗:卵泡期取神阙、百会、关元、气海、肾俞、命门、次髎,神阙穴选用隔姜灸,灸3~5壮,以患者耐受为度,其余穴位采用针刺;优势卵泡期取水泉、脾俞、肾俞、足三里、太溪、三阴交,在三阴交、足三里上行温针灸加强疗效;排卵期在优势卵泡期取穴基础上加取肝俞、合谷和太冲,并取经外奇穴子宫、卵巢加以电针治疗促排卵,1周2~3次,以此方案进行3个月经周期的针灸治疗。治疗后嘱患者放松心情,饮温水,忌生冷,避风寒,适当运动。治疗1个疗程后,患者诉月经按时来潮,月经量较前增多,复查B超:内膜厚8.5mm,左侧卵巢可见优势卵泡16mm×12mm。继续巩固

治疗2个疗程,患者月经量增多,月经量、色、质均可,基础体温呈双相,提示排卵。2022年2月复查B超:内膜厚9mm,右侧卵巢可见优势卵泡18mm×15mm。2022年5月,患者微信告知已成功受孕,2023年4月随访,患者告知已足月顺产1女,母女皆安。

按:根据患者临床症状,辨病辨证为不孕症之肾虚精亏证,针灸治疗以补肾益精、调泡助孕。在卵泡期取穴以填补肾精、增强肾阳的温煦功能,为后续卵泡发育提供良好基础;优势卵泡期取穴治疗以填充津髓、生津增液;排卵期在优势卵泡期取穴基础上加取肝俞、合谷以及太冲以行气活血,并取经外奇穴子宫、卵巢加电针治疗,以促进排卵。

6 结语

卵泡发育过程是一个有时空限定的动态过程,有其数量、大小、形态、生长速度、位置的动态变化,尤昭玲教授据此提出“时空论”,通过“暖巢、助泡、宣散离巢”的诊疗三部曲以及具体的调泡八法治疗下,依据卵泡发育的气血变化规律以及各期脏腑主导进行针灸选穴,有效调节卵泡生长,提高卵泡质量,促进卵泡成熟,使卵子顺利排出。尤教授所提“时空论”为临床治疗卵泡发育不良提供了更有效的治疗方案。

参考文献:

- [1] 鲍蔓蔓,吴丽敏,韩辉,等. 卵泡发育不良的病因病机及中医药治疗研究进展[J]. 中华中医药学刊,2016,34(2):280-283.
- [2] 曲仕浩,徐槌炎,黄晓清,等. 广东省阳江地区初婚育龄夫妇不孕不育症流行病学调查[J]. 广东医学,2017,38(10):1586-1588.
- [3] 曾倩. 尤氏妇科临证心得[M]. 北京:中国中医药出版社,2017:12-16.
- [4] 叶秀英,尤昭玲,冯桂玲. 尤昭玲教授应用时空观辨治卵泡发育异常经验浅析[J]. 湖南中医药大学学报,2013,33(2):3-7.
- [5] 黄晓芹. 组织学与胚胎学[M]. 3版. 上海:上海科技教育出版社,2018:146.
- [6] 季虹. 补肾滋阴法干预卵泡发育不良周期的临床效应研究[D]. 南京:南京中医药大学,2012.
- [7] 金亚蓓,李霞. 不孕案[J]. 中国针灸,2017,37(9):936-937.
- [8] 虞莉青,谢菁,张馥晴,等. 针灸治疗肾虚痰湿型多囊卵巢综合征的临床研究[J]. 针灸临床杂志,2016,32(2):10-15.
- [9] 余轅耕,沈峰. 水穴命名及其运用[C]//中国针灸学会. 新时代新思维 新跨越新发展——2019中国针灸学会年会暨40周年回顾论文集. 武汉:湖北中医药大学,2019:1705-1709.
- [10] 颜宇轩,潘畅,吴节,等. 针灸周期疗法治疗脾胃阳虚型卵泡发育不良疗效研究[J]. 中国针灸,2017,37(1):39-44.
- [11] 杨永琴,尤昭玲. 尤昭玲教授诊治多囊卵巢综合征性不孕症的经验[J]. 中医药导报,2015,21(23):25-28,31.

(编辑:陈湧涛)