

· 中医药研究 ·

[文章编号] 1007-0893(2024)03-0067-03

DOI: 10.16458/j.cnki.1007-0893.2024.03.019

房繁恭教授治疗早发性卵巢功能不全经验总结

孟君¹ 姜晓君^{1*} 房繁恭²

(1. 北京市第一中西医结合医院, 北京 100026; 2. 中国中医科学院针灸医院, 北京 100007)

[摘要] 早发性卵巢功能不全 (POI) 是妇科难治性疾病, 对女性的身心健康造成很大的影响。中国中医科学院针灸医院房繁恭教授独创“调经促孕十三针”治疗 POI, 临床效果确切, 在国内开设 60 余家工作站, 在国际上享有很高的声誉, 本研究拟继承和发扬房老师治疗经验和治疗思路, 为医者学习房老师的学术经验, 提供素材和帮助。

[关键词] 早发性卵巢功能不全; 房繁恭; 调经促孕十三针

[中图分类号] R 711.75 **[文献标识码]** B

房繁恭教授是中国中医科学院针灸医院, 针灸推拿学博士, 中西医结合博士后, 主任医师 (二级岗), 博士研究生导师, 岐黄学者, 中国中医科学院首席研究员, 国家中医药管理局高水平重点学科带头人, 国医大师刘敏如传承弟子。

房繁恭教授创制“调经促孕十三针”, 治疗早发性卵巢功能不全, 在临床疗效和科研成果上均取得了卓越的成就, 同时在全国各地开设了 60 余家房繁恭名医工作室, 大力推广唤醒卵巢针灸技术, 为广大女性带来的新的希望, 拯救了无数的家庭。北京市第一中西医结合医院于 2018 年在房老师的指导下, 成立了北京地区首家房繁恭工作室, 笔者有幸跟随房老师学习, 略有心得, 现总结如下。

早发性卵巢功能不全 (premature ovarian insufficiency, POI) 指年龄小于 40 岁的女性, 既往月经规律, 逐渐出现了卵巢功能减退的情况, 并表现为月经异常, 常见为月经稀发、月经停闭, 卵泡刺激素 (follicle-stimulating hormone, FSH) 升高, 雌激素水平逐渐降低, 严重者表现为类似更年期症状等, 发病率 1%~4%, 在中国约为 2.8%, 还有很多已生育的患者, 出现月经停闭, 未到医院就诊, 所以可能发病率会更高。近年来, POI 发病患者年龄越来越早, 临床上见到有的患者年龄甚至不到 20 岁, 20 岁左右的年轻女性也不乏出现, 完全不同于女性的自然绝经, 该病不仅影响女性的外貌、生殖内分泌、生育能力、心理及生活质量, 还会对代谢、骨骼骨质、心脑血管、泌尿生殖系统、甚至认知记忆力等方面造成非常严重的影响, 此外 POI 常伴发肾上腺或甲状腺功能减退、复发性流产等, 这些对女性来说, 都是极其严重的^[1]。

POI 继续发展的终末期将是卵巢早衰 (premature ovarian failure, POF), POF 与 POI 相比较, FSH 水平进一步升高 ($> 40 \text{ U} \cdot \text{L}^{-1}$) 和雌激素水平进一步降低, 低雌激素症状较重。病情也较 POI 更加严重^[2]。

POI 近 50% 以上的患者尚不能明确病因, 其病因可能与遗传家族性因素、免疫性因素、电磁辐射、感染相关因素、医源性因素 (如卵巢手术或者放化疗等) 及环境因素等, 长期接触杀虫剂、农药、除草剂也是常见原因, 女性酗酒、吸烟、长期熬夜、睡眠质量差、作息不规律、压力过大、过量食用油炸食品、节制饮食、过度减重、反复染发也是导致 POI 的影响因素^[2-3]。

中医学并没有 POI 相对性的病名, 对应的中医病名有“经水早断前后诸症”“经水早断”“月经过少”“月经后期”“闭经”等月经病的范畴^[2]。房老师潜心专研针灸治疗卵巢功能减退, 尤其在针灸治疗 POI 方面有很深的造诣, 经过多年经验和摸索, 创立了可复制、易推广、效果佳的“调经促孕十三针”, 并通过严谨可靠科研数据证实针法的安全性和有效性^[4], 在国内和国际上享有很高的声誉, 并且创立了 60 余家工作室进行推广, 为广大女性患者提供了新生的希望和好孕的机会。

1 针灸治法: 调冲任—补脾肾—疏肝气—安神志

《素问·阴阳别论》曰: “二阳之病发心脾, 有不得隐曲, 女子不月。”《素问·评热病论》曰: “月事不来者, 胞脉闭也, ”白蒲岭张氏《张氏妇科》广嗣论“大凡气盛血衰者, 其月水多不应期而至, 或数月一至, 或期年一至……气血既平, 寒热既和, 则无不孕矣。”

房老师认为 POI 治疗重在补脾肾—调冲任—疏肝气—

[收稿日期] 2023-12-06

[作者简介] 孟君, 女, 副主任医师, 主要研究方向是中医妇科学。

[*通信作者] 姜晓君 (E-mail: 1726061654@qq.com)

安神志，调控女性生殖轴，中医认为是肾-天癸-冲任-胞宫轴。调经重在治本以调经。调经时做好问诊，仔细询问患者主诉、现病史、既往史、尤其是治疗经过、过敏史、家族史、月经史、婚育史等等，因来找房老师就诊的病例，大多是已在各大医院就诊多次，大多有生殖中心就诊病史，就诊时会携带很多病例资料以及检查结果，所以接诊时一定要仔细询问患者，并查看病例，目的是寻找 POI 的确切病因，房老师认为调经的第二个重点是查找病因，去除诱因后，可以极大地提高治疗效果，例如患者有长期熬夜、节制饮食、过度运动、素食、甲状腺疾病、卵巢囊肿等原发病等因素，可以通过生活方式的改变，或者治疗原发病，提高治疗效果。另外有些症状，例如潮热、出汗、烦躁等症状，有可能是因 POI 导致的，所以房老师强调临证中一定要分清先病和后病^[5]。肾为先天之本，天癸来源于肾，“经水出诸肾”，肾主生殖，天癸来源于肾，调经以补肾为主。肾气旺盛，肾精充沛，精血俱旺，则月经自调。脾为后天之本，气血生化之源，全身脏腑运行所需之精微物质之来源，运行水液。脾气健，气血充足、统摄有权，血海充盈，月经规律。“女子以肝为先天”，肝藏血，喜调达，恶抑郁，通调气机，开郁行气为主，疏导情志对于调经，有着明显的影响，约 60% POI 患者发病诱因是情志因素，通过调经促孕十三针可以调节患者的不良情绪，提高治疗效果^[6]，佐以养肝柔肝，肝主疏泄，调节月经周期及经量，肝气调达，疏泄有度，则经水正常。安神志重在宁心安神，心主神志，心神清明，则诸脏功能正常^[7]。

房老师在调经治疗上，非常注重调治冲任，认为调补冲任是治疗 POI 的核心和关键^[8]《素问·痿论》记载：“冲脉者，经脉之海。”冲脉为十二经气血汇聚之所，为“十二经之海”“血海”。任脉为“阴脉之海”，主一身之阴。故而，调治冲任，调补气血，对于 POI 的治疗极其重要。《素问·上古天真论》“女子……二七而天癸至，任脉通，太冲脉盛，月事以时下”，月经产生机理即“肾气-天癸-冲任-胞宫”，天癸来源于肾精，肝脾肾三脏功能正常，冲任充盈，血海按时满盈，则月事以时下^[9]。所以房老师认为补脾肾-调冲任-疏肝气-安神志，为治疗 POI 之要。

2 唤醒卵巢之“调经促孕十三针”

中医传统针灸疗法绿色安全，对于改善 POI 患者低雌激素症状，唤醒卵巢，改善卵巢功能、恢复月经周期、养卵促排安胎等方面疗效显著，是目前国内和国际上的生殖内分泌研究的热点和亮点。房老师独创的调经促孕针刺法，因选穴是十三个穴位，故而称之为“调经促孕十三针”。房老师科研团队经过多年的临床和科研证实了

针刺的有效性和安全性。通过随机对照试验，证实“调经促孕十三针”可上调患者雌二醇（estradiol, E2）水平，降低 FSH，提升窦状卵泡计数（antral follicle counting, AFC）水平，改善患者焦虑状态，延缓其衰退，提高 E2 水平，作用机制可能与调节神经内分泌系统分泌激素分泌有关^[10]。针刺治疗卵巢功能减退的作用机制目前尚在研究，已研究表明卵泡发育过程及排卵需要多种细胞信号通路的调节，部分信号通路在针灸的刺激下可以促进细胞生长、增殖和分化，或者抗氧化、抑制细胞凋亡等^[11]，故针刺治疗卵巢功能减退从微观研究表明是有确切疗效的。另一研究证实，针刺组与芬吗通两组治疗后血清 FSH 均降低，E2 升高且有统计学意义，说明针刺治疗与激素药物的效果是可毗邻的，而针刺组在上调 E2 更加效果更加，可以明显改善低雌激素表现^[12]。前瞻性研究表明，治疗后 FSH 水平下降、FSH / 黄体生成素(luteinizing hormone, LH) 的比值数下降、E2 上升、AFC 数目增多（均 $P < 0.05$ ）。治疗后以及随访过程中发现，POI 患者的不适的中医证候评分，均明显下降（ $P < 0.05$ ）。临床妊娠率为 15%^[13]。HRT 治疗 POI 的最佳方案仍存在争议，针刺在增加 AFC 数量方面具有显著优势^[14]。临床观察 24 例卵巢功能减退患者，通过针刺，妊娠率 31.8%，并且明显改善低雌激素症状，避免了激素类药物产生的副作用^[15]。

调经促孕十三针取穴——正面穴位：百会、神庭、双侧本神、中脘、关元、大赫、子宫穴、足三里、三阴交、太溪、太冲穴；背面穴位：双侧肾俞、次髂穴。操作：正面与背面针刺隔日交替进行治疗。

1 临床应用

王某，女，38 岁，2023 年 10 月 23 日初诊。

主诉：月经稀发 1 年，停经 4 个月。现病史：患者既往月经正常，月经周期 30 d，经期 5 d，量中等，最近 1 年来，因工作压力大，经常熬夜，月经推迟，月经周期 2~3 月，需口服黄体酮类药物催经。最近 1 年来，出现潮热烦躁，夜间盗汗，腰膝酸软，口干咽燥，经过外院中药治疗不见好转，未转经。于 2023 年 10 月 23 日在北京市第一中西医结合医院就诊，查女性激素 FSH: 30.6 IU·L⁻¹, LH: 17.1 IU·L⁻¹, E2: 138.2 pmol·L⁻¹，考虑为早发性卵巢功能不全。刻下症见：时有潮热烦躁，偶有夜间盗汗，阴道干涩。大便偏干，小便正常。

婚育史：14 岁月经初潮，月经周期 30 d，经期 6~7 d，24 岁结婚，配偶体健，育 1 女，末次月经：2018 年 2 月 20 日。工具避孕。无生育要求。

辅助检查：彩超：内膜厚 4 mm，子宫及双侧卵巢大小正常。

查体：舌尖红边有瘀点，苔红，脉细。

辨证分析：患者经常熬夜，致耗伤精血，肝肾阴虚导致肾精亏虚，肝血不足，气血亏虚，无血可下，故月经稀发，停闭。肝肾阴液亏虚，虚热内生，火逼水涸，血海燥涩渐涸，故潮热烦躁，口干咽燥。虚热内生，蒸津外泄则夜间盗汗。腰为肾之府，肾精不足，则腰膝酸软。肝开窍于目，肝血不足，则两目干涩。肝肾阴虚，阴液不足以濡养冲任，故阴道干涩。津液不足，无以润泽肠道，故大便偏干。舌尖红边有瘀点，苔红，脉细为肝肾阴虚之象。综观舌脉症，辨病为冲任之病，证属肝肾阴虚。

诊断：POI 肝肾阴虚型。

治疗：采取调经促孕十三针治疗。经过 4 个多月的治疗，患者月经约 40 d，可自行来潮一次，复查女性激素 FSH: 12.5 IU · L⁻¹, LH: 8.4 IU · L⁻¹, E2: 253.8 pmol · L⁻¹, 不适症状基本消失。

3 小 结

房老师指出 POI 重在预防，建议年轻女性日常生活中，注意平衡膳食、摄入足够的维生素 D 和钙质、抗阻力健身、适当运动、避免过度节食、维持适宜的体脂量、戒烟戒酒、避免接触毒性物质。针灸穴位足三里（双）、三阴交（双）、天枢（双）以培补肝肾、健脾补血。足三里是胃经之合穴，又是胃腑之下合穴，“合治内腑”，调和气血、强脾气健胃气；三阴交肝脾肾三条经脉之交会穴，归脾经，调理脾胃气血，有可调补肝肾，中脘穴位胃经募穴，健运中洲，理气行气。取三阴交、太溪、太冲以培补肝肾，三阴交为足三阴经的交汇穴位，太溪为肾经原穴，太冲为肝经输穴、原穴，共同培补肾精。百会、本神、神庭安神志，百会为“诸阳之会”；本神为胆经穴，胆与肝相表里，疏肝调神；神庭穴为督脉、足太阳、阳明之会穴，足部远端配以肝经原穴之太冲，疏肝滋肝、益髓充脑调神。关元、大赫共奏调理冲任，关元穴是任脉与足三阴经的交汇穴。子宫为经外奇穴，与次髎穴，共同为女子生殖疾病常用穴。调经促孕十三针，共奏“补脾肾—调冲任—疏肝气—安神志”之效，达到改善卵巢功能，调节女性激素，改善围绝经期症状之功效。

【参考文献】

- [1] 中华医学会妇产科学分会绝经学组. 早发性卵巢功能不全的临床诊疗专家共识(2023 版) [J]. 中华妇产科杂志, 2023, 58 (10): 721-728.
- [2] 中国中西医结合学会妇产科专业委员会. 早发性卵巢功能不全中西医结合诊疗指南 [J]. 中医杂志, 2022, 63 (12): 1193-1198.
- [3] 勾明会, 房繁恭. 卵巢储备功能减退的发病高危因素及诊治方法应用进展 [J]. 山东医药, 2023, 63 (36): 98-101.
- [4] 郑晨思, 杨会生, 郝铭昭, 等. 年龄对针灸治疗早发性卵巢功能不全疗效影响的真实世界研究 [J]. 中华中医药杂志(原中国医药学报), 2022, 37 (8): 4614-4619.
- [5] 尚洁, 房繁恭, 李晓彤, 等. 浅析“调情志、顺气机”论治卵巢储备功能减退 [J]. 环球中医药, 2018, 11 (6): 876-879.
- [6] 徐呈超, 李虎, 房繁恭. 调经促孕针法对早发性卵巢功能不全患者负性情绪的影响 [J]. 中国针灸, 2021, 41 (3): 279-282.
- [7] 白艳, 房繁恭, 吴雪. 房繁恭针灸治疗卵巢早衰经验 [J]. 中医药临床杂志, 2014, 26 (7): 669-671.
- [8] 孙承颐, 房繁恭. 房繁恭“调经促孕十三针”治疗卵巢早衰经验 [J]. 中国中医基础医学杂志, 2020, 26 (9): 1403-1405.
- [9] 冯晓玲, 张婷婷. 中医妇科学 [M]. 北京: 中国中医药出版社, 2021, 15-19.
- [10] 李晓彤, 许焕芳, 刘保延, 等. 调经促孕针刺法治疗卵巢储备功能下降的随机对照试验 [J]. 中华中医药杂志(原中国医药报), 2018, 33 (5): 1736-1739.
- [11] 范素, 房繁恭. 针刺调控不同信号通路改善卵巢储备功能的研究进展 [J]. 针灸研究, 2022, 47 (7): 644-648.
- [12] 吴家满, 宁艳, 陈瑜. 调经促孕针法治疗卵巢早衰的临床疗效观察 [J]. 时珍国医国药, 2019, 30 (6): 1422-1423.
- [13] 李晓彤, 许焕芳, 房繁恭, 等. 针刺调经促孕治疗卵巢储备功能下降的前瞻性病例序列研究 [J]. 中国针灸, 2017, 37 (10): 1061-1065.
- [14] 杨会生, 房繁恭, 刘保延, 等. 基于病例注册登记研究探讨针刺对早发性卵巢功能不全患者窦卵泡计数的影响 [J]. 中华中医药杂志(原中国医药学报), 2020, 35 (5): 2276-2281.
- [15] 房繁恭, 陈滢如, 王飞, 等. 预针刺干预卵巢早衰 24 例 [J]. 中国针灸, 2017, 37 (3): 256-258.