



【祝君健康】

中醫藥防治卵巢早衰

卵巢早衰，是指已建立規律月經的婦女，在 40 歲以前，由於卵巢功能衰退而出現持續性閉經和性器官萎縮，臨床表現伴見不同程度的潮熱多汗、陰道乾澀、性欲下降等絕經前後症狀，使患者未老先衰。

西醫認為導致該病的原因是多方面的，如染色體異常，自身免疫性因素，或受腮腺炎病毒感染等等，目前尚未有確切的說法。從中醫的角度認為造成“卵巢早衰”的原因主要有以下幾方面：

1. 七情太過：就是指情志的因素，不良的情緒會影響卵巢的功能。
2. 六淫所傷：“六淫”就是指外界的致病因素，中醫認為人與外界環境相適應，所謂“天人合一”，外界環境的變化往往會影響人的健康。當外界環境發生反常的變化，例如環境污染，超過我們所能適應的範圍，或人體抵抗力下降，不能適應氣候的變化，都可以引起疾病的發生。
3. 勞傷及房勞過度。勞傷過度就是說過度勞累，不注意適當休息也會損害卵巢功能。房勞過度會損傷精血，中醫認為“善養生者，必保其精”。
4. 飲食不節：比如說有些女性過度節食減肥，這樣會使腎精失充，造成衰退。
5. 吸煙嗜酒。由於煙草中含有很多刺激性的細胞毒性物質，據調查顯示如果經常吸煙會導致卵巢功能衰退。而過多飲酒，會損傷腎精，則易造成早衰。

從中醫的理論分析，由於上述的 5 個原因，造成卵巢早衰，最本質的是腎精虧虛，導致形體與功能早衰。由於現代醫學對於“卵巢早衰”發病原因的認識尚未清楚及肯定，因此，並沒有一種確切的方法去治療“卵巢早衰”。而中醫對於治療卵巢早衰，關鍵在於滋陰補腎，填補精髓，益氣養血，有利改善卵巢早衰的症狀。常用的中藥有：人參、當歸、熟地、靈芝、黃耆、三七、附子、黃精、龜板、女貞子、郁金、天花粉、麥冬、玄參、制首烏、阿膠、桑椹子、菟絲子、淫羊藿、杜仲、鹿茸、補骨脂、山藥、大棗、枸杞、蓮子、枳實、薏苡仁、茯苓等。臨証時我們會根據患者的具體情況因人因証來組方。

預防卵巢早衰，在生活上要作息有時，勞逸結合，保證睡眠，積極



參加體育鍛煉，飲食上做到平衡合理，精神上要避免不良刺激，保持心境開朗，不要吸煙及過度飲酒。做到以上這些，對防止卵巢早衰更可起到事半功倍的功效。

科大醫院

葉夏婷醫生

2007. 9. 17