

人工生殖+中藥調理 做人成功率增

文：中醫內科 李湘萍醫師

春節過後，不孕門診總是比平常忙碌。中國醫藥大學附設醫院中醫部主治醫師李湘萍說，這是因為返家過年，膝下猶虛者眼見別人一家子好不熱鬧，或是親朋好友基於關心頻頻打探，多少會有壓力。

近年來中醫治療不孕療效佳、副作用少、經濟負擔小等特點，已在國際間逐漸受到重視，人工生殖搭配中藥調理的成功率也在提高。如一對從事科技業的夫婦，婚後兩年遲無動靜，眼看就要成為高齡產婦，便在長輩催促下做了兩次人工受孕，卻因為卵巢過度刺激症候群宣告失敗，轉而向中醫求助。

李湘萍醫師發現，兩人的生育功能正常，但先生長期喝冰飲造成脾濕，太太求子心切容易緊張，屬肝鬱陰虛體質，都構成受孕的障礙。經過兩個月服藥調理體質，沒多久就傳出好消息，現已晉升有子萬事足的行列。李醫師指出，不孕療程一般為半年到一年，中醫會依據症狀與舌脈診來辨證分型，女性再搭配月經周期療法與基礎體溫表，根據濾泡期、排卵期、黃體期、行經期來處方用藥。

夫妻雙方均須配合規律作息、避免緊張勞累、杜絕刺激性飲食、控制體重等各方面的努力，將身體狀況調至最佳，助孕力就會大增。調理體質的中藥，通常選用毓麟珠、養精種玉湯、開鬱種玉湯、少腹逐瘀湯、啟宮丸、八味帶下方，搭配龜板膠、鹿角膠、杜仲、川續斷、紫河車、巴戟天、淫羊藿等等，對於補虛、調肝、活血化瘀、祛痰、清利濕熱，都有明顯效果。

～以上需視個人體質與臨床症狀調整處方與劑量～ ※ 請洽中醫內科 李湘萍醫師門診

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
上午		李湘萍				
晚上				李湘萍		

肩頸痠痛小心是小面關節出問題

文：中醫針灸科 廖先胤醫師

您是否曾經出現早上起來，脖子僵硬疼痛，活動受限，無法轉頭？或是工作了一天，肩頸痠痛得要命？用力轉頭、甩肩也沒辦法緩解？通常是因為罹患了小面關節症候群所致。脊椎與脊椎之間是由關節相連，當長期姿勢不良，脊椎跟脊椎發生輕微的錯位，脊椎相接處的關節容易卡住，於是產生了疼痛，也就是所謂的小面關節症候群。另外，頸部肌肉因為姿勢不良，也會產生肌肉痠痛。民眾常注意的是肌肉痠痛的問題，所以會採取按摩或貼藥布等方式放鬆肌肉、消炎，但肌肉痠痛雖然緩解了，脊椎錯位仍然存在，所以很快又會再出現疼痛症狀。尤其容易出現在使用電腦、手機的低頭族，或是常常側睡才能睡得著的民眾。簡易的檢查方法是，低頭時，醫師用肉眼及手指觀察患者的脊椎是否有排列在一直線上；或者患者在做頸部屈、伸、側彎活動時，如果出現某些方向活動較受限，就有可能是頸椎小面關節的問題。

此時，醫師可以針灸「足少陽膽經」的風池穴、完骨穴、肩井穴；足太陽膀胱經的天柱穴；「手陽明大腸經」的曲池穴、手三里穴等穴道。這些都是頸部肌肉的起始點與手部重要的穴道。當放鬆這些肌群後，再經由醫師施予的軟組織手法將錯位的關節復位，通常可有效緩解疼痛。若長期頸椎錯位不治療，要小心有可能會演變成椎間盤突出，壓迫神經，造成手麻等症狀，應早期預防、治療。

中醫針灸科 廖先胤醫師門診時間星期二下午 202 診