

从心论治多囊卵巢综合征

赵雨瞳, 赵敏英*

石家庄市人民医院妇产科, 河北 石家庄

收稿日期: 2024年11月12日; 录用日期: 2025年2月10日; 发布日期: 2025年2月20日

摘要

多囊卵巢综合征(PCOS)是以月经不调为主要病理特征的妇科常见病,其发病机制与心、肾、肝、脾等脏腑功能失调有关。中医传统上强调对肾脏、肝脏和脾脏的调理,然而心脏作为主管血脉的器官,且是五脏之首,与其他四脏(肾、肝、脾、肺)之间在生理机能以及病理变化上有着紧密的联系,在PCOS的发生发展中不容忽视。当心脏功能出现异常,或者心脏与其他四脏之间的协调关系失衡时,均可引发PCOS。“从心论治”,即深入探讨心脏的生理特性及其与其他脏腑之间的关系,以此来理解心脏与PCOS发病之间的关联性,并从宁心安神、交通心肾等角度治疗PCOS。

关键词

多囊卵巢综合征, 心脏, 交通心肾, 脾脏, 肝脏

Treating Polycystic Ovary Syndrome from the Heart

Yutong Zhao, Mingying Zhao*

Department of Obstetrics and Gynecology, Shijiazhuang People's Hospital, Shijiazhuang Hebei

Received: Nov. 12th, 2024; accepted: Feb. 10th, 2025; published: Feb. 20th, 2025

Abstract

Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) is a common gynecological disorder primarily characterized by menstrual irregularities, with its pathogenesis related to dysfunctions in the heart, kidneys, liver, spleen, and other visceral organs. Traditional Chinese medicine has always emphasized the regulation of the kidneys, liver, and spleen. However, the heart, being the organ that governs the blood vessels and is considered the chief among the five viscera, has close connections with the kidneys, liver, spleen, and lungs both physiologically and pathologically, playing an indispensable role in the

*通讯作者。

occurrence and development of PCOS. When the cardiac function is abnormal or the coordination between the heart and the other four viscera is imbalanced, it can trigger PCOS. "Treating from the perspective of the heart" involves delving into the physiological characteristics of the heart and its relationship with other visceral organs to understand the correlation between the heart and the onset of PCOS, and treating PCOS from the angles of calming the mind, stabilizing the spirit, and harmonizing the interaction between the heart and kidneys.

Keywords

Polycystic Ovary Syndrome, Heart, Harmonizing Heart and Kidneys, Spleen, Liver

Copyright © 2025 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)作为一种常见的妇科内分泌失调疾病,以月经周期不规律为主要特征。这种疾病可能导致多种身体和情绪问题,包括但不限于生育能力下降、毛发过度生长、痤疮、皮肤色素沉着、体重增加等症状。在中医理论中,PCOS被认为是月经后期的一个征象,同时也与不孕症有着紧密的关系。现代医学主要通过调整生活方式、重建月经周期、改善胰岛素抵抗、降低雄激素水平、促进排卵等方法来治疗PCOS。中医学认为,PCOS与“五脏失调”关系密切,肾虚、脾虚、肝郁、痰湿、血瘀等因素是主要的致病机制。临床对该病多从肝、脾、肾三脏入手辨证施治,而从心论治的则较少:通过对近三年内相关文献资料的分析,发现有关从肾论治PCOS的研究报道数量最多,达400余篇;至于论治脾、肝的研究则各有百余篇;然而,专门针对心论治的研究文献则明显不足。可见虽然心脏在整体五脏六腑的功能活动中占据核心地位,但在实际治疗中,从心论治多囊卵巢综合征的实践并不广泛。为了深入探讨心与PCOS发病、治疗及预防的关系,现从病因病机、从心论治PCOS两个方面展开论述。

2. 病因病机

2.1. 心功能失调

2.1.1. 心主血脉

《素问》言:“诸血者,皆属于心。”心主血脉,而女性以血为本,行经、胎孕、分娩、哺乳这些生理上的重要环节无一不与血液息息相关[1]。心主血即意念驱动、调控血液流动,心气旺盛时,其阳刚之气和阴柔之力相辅相成,使血液有序地输布全身,发挥滋养和修复的功效[2]。心主脉,指在心气的推动和调控下,心搏强而有力,脉动而不乱,血流通畅,营养物质得以循血而行,达至各脏腑、官窍,以达濡养之效[3]。

心主血行,血行不畅,则血瘀。瘀血阻滞了气的正常运转,使气滞,津液不畅,从而产生“痰湿证”。湿阻血道,痰瘀互结,对冲任胞宫造成损害,故可出现经量少,月经后期,甚至闭经、不孕。

2.1.2. 心主神志

《灵枢·邪客》中提到,心为诸脏之主,神之所居,《素问》亦云心为君之官,诸神出之。都说明心在脏腑功能和神志活动中的主导作用。另外,神依赖血液滋养。如《灵枢·平人绝谷》中“血脉和利,精神乃居”,揭示了身体内气血充足与否对精神状态的影响。当气血运行受阻,精神自然也就失去了其赖

以支撑的源泉。一些因素直接导致气血亏虚,如饮食不节、过度劳累、情绪波动等;另一些则间接作用于血液运行,如长期不良生活习惯、遗传疾病等。多种因素所致的气血亏虚或血液运行不畅,常会伴有情绪上的种种不适和反应,可能表现为焦虑、抑郁、失眠或其他类型的心理问题,严重时甚至会引发身体健康的进一步恶化[4]。

情绪的波动直接影响心脏的功能,并进一步影响到子宫的状态。患有多囊卵巢综合征的育龄女性通常迫切希望怀孕,而漫长的治疗周期又加剧了她们的抑郁和焦虑情绪。这些情绪变化会损害心脏阴液平衡,扰乱精神安宁,对月经周期和生殖健康产生不利影响。

近年研究还揭示了焦虑情绪与炎症介质(如白介素-6、肿瘤坏死因子- α 等)的产生之间存在紧密联系。情绪上的压力能够触发身体的应激机制,促使这些炎症介质的释放,进而干扰免疫系统的平衡状态,增加流产的风险[5][6]。

2.1.3. 心与子宫

女性生殖系统,包括月经、妊娠以及分娩等过程,都受到心气升降、疏通状态的影响。中医学认为,心脏调控子宫可分为:“心经肾而行宫”,主藏泻之功;直接调控子宫,主治子宫之泻,都表明了心脏在月经的形成中起着非常重要的作用。另外,中医学将心脏描述为“君主之官”,主诸神,主血脉,统御一身。心脏功能正常,才能确保血液循环通畅,支持子宫的正常生理。故虞天民曰:“妇人百病皆自心生。”

从整体上看,心与子宫的关系,是中医学“五脏相关”“互济”的整体观。心脏的健康状况直接影响子宫,因此,重视心脏的保养,便成为维护女性健康的一个不可忽视的环节。在治疗 PCOS 等妇科疾病时,亦应充分考虑到心脏的功能。

2.2. 心与肾肝脾关系

心肾相交

夏桂成教授提出的“心(脑)-肾-子宫轴”理论强调,心脏主宰精神活动,是五脏之首,对应于西医学性腺轴中下丘脑、垂体的上游调控作用[7]。《傅青主女科》中也提到:“盖胞胎居于心肾之间,上系于心而下系于肾。”心肾相交这一概念在中医理论中占据着举足轻重的地位。它涉及到水和火、升与降、动与静的平衡,以及坎卦和离卦的交融,体现了精神与物质的依存与协调。心肾达到完美的和谐状态时,便会产生“坎离既济”的效果,阴阳得到调和,子宫藏泻有度,月经周期规律,人体生殖功能正常。反之,心肾不交可致月经不调、闭经、不孕等症状。

心为君之官,脑为元神所,心脑共同协作,维持脏腑的和谐,确保冲任气血的顺畅流通。只有当这些生理机能处于良好状态时,卵泡才能正常发育,胞宫的开闭也能有序进行,月经才能准时而至,顺时而止。

肾脏中所产生的天癸,即所谓“先天之精”,对人体的生长、发育以及生殖中扮演着至关重要的角色,还在女性体内参与月经周期的形成,从功能性上讲,天癸在月经发生过程中的作用与脑垂体前叶分泌激素的过程颇为相似,因此推测天癸具有垂体一级的调节功能,这一点在中医经典文献《黄帝内经》中有详细记载。“任脉通,太冲脉盛,月事以时下”的说法描述了冲任二脉的重要性。任脉和太冲脉都属于人体经脉系统,它们各自的盛衰状况直接影响月经来潮。西医理论则认为,性激素主要由卵巢分泌,直接作用于子宫内膜,引发周期性的变化,最终导致月经来潮。两种理论虽然从不同角度阐述了月经发生的机制,但“冲任二脉”与“卵巢主子宫”之间存在着明显的对应关系。此外,中医还特别强调督脉和带脉的功能。督脉作为十二正经中的阳脉之一,主全身阳气,调节和维持身体的平衡状态。带脉则负责约束膀胱经,它的调节作用同样不容忽视。督脉和带脉的功能与月经周期紧密相关,又与西医学的反馈作用有着密切联系,值得深入探讨。

综上所述, 天癸、冲任二脉、督脉和带脉等概念在中医理论中相互关联, 共同构建起一个复杂而精妙的生理网络。通过深入研究这些脉象与脏腑的关系, 可以更加全面地认识到中医对于女性健康管理的深刻见解。

2.3. 心脾关系

心主血脉, 脾主统血。心主宰血液的化生和运行, 血的生成, 以脾胃运化的水谷精微为物质基础, 汇聚于心脉, 经心阳之气化而成血。心脉通畅, 可温养脾胃之阳, 助其运化。从病理学角度讲, 心脾也互为因果, 如脾脾胃功能失调, 则气血生化之源不足; 或者是劳心过度, 气血亏损, 均可导致心脾两虚[3]。

心主神志, 若精神不能得到充分的滋养, 就会导致睡眠不宁, 从而导致脾胃运化功能紊乱[8]。《素问·评热病论》中“二阳症”即符合这一论点。郁结积累在心, 积思在脾, 心气不舒, 脾不健运, 长期如此, 则气血不足, 冲任二脉空虚, 血不能下至胞宫, 致月经不调[9]。可见经血的发生与心、脾两脏有密切联系。

2.4. 心肝协调

2.4.1. 心主血脉, 肝主藏血

“血藏于肝, 流注于脏, 而主其血者在心”。心脏, 作为血脉的主导者, 担负着输送血液的重要职责; 肝脏则扮演藏血之脏, 维持血液在体内的平衡。两者相互配合, 血液得以在全身流动, 保证机体的正常功能。在临床实践中, 无论是因为心血不足还是肝血亏空, 严重情况下, 最终都可能导致心肝血两虚。在女性患者中, 这种失调往往表现为月经量减少、经期稀短甚至闭经、不孕等症状[10], 不仅影响了女性的生殖健康, 也对其心理状态产生不利影响。因此, 治疗过程中应注重调和心肝两脏, 通过调整气血的平衡来恢复月经周期, 促进生殖系统的健康发展[3]。

2.4.2. 心主神志, 肝主疏泄

《妇科要旨·种子》中提到, 女性若不能受孕生子, 根本原因在于经水失调。而造成经水失调的主要因素, 乃源自于内心深处的七情所伤。女性因忧思过度, 使得气血凝结, 进而引发气结, 再由气结转化为血结, 最终导致气血在脏腑经络间发生逆反, 从而使月经出现紊乱。女子以肝为先天之本, 负责疏泄情绪, 调畅情志; 心被视为神明之所居, 主宰神志, 精神与情志与女子的月经、排卵等生理过程有着千丝万缕的联系[11]。

2.4.3. 肝气郁闭, 心肾闭塞, 胞胎受扰

傅青主认为, 心与肾的交合, 也离不开肝一方面, 肝主疏泄, 调畅全身气机, 肝气郁结, 心肾气机阻滞; 另一方面, 肝体阴而用阳, 为肾之所生, 为心之母, 肝之血滋养心、肾, 荣生胎。肝气顺畅, 气运血荣, 才能滋养胎儿。《傅青主女科·大怒小产》中详细阐述了肝病导致的流产现象: 肝脏的血液运行异常迅速, 使得血门未能良好闭合, 血液便会直接流向胎儿。胎儿在母体内的生存依赖于脐带与母体心肾系统的紧密相连, 而当肝血汹涌而来, 将破坏这条至关重要的通道; 一旦心肾之路被阻断, 胎儿就失去了来自母体水火交融滋养的重要条件, 极易发生流产[12]。多囊卵巢综合征患者怀孕困难, 怀孕后担心流产, 再加上经血入胞宫来滋养胎儿, 导致肝木不能滋养, 凝滞加重, 肝郁气冲, 气郁血滞, 心肾不交, 胎动不安, 易发流产[13]。

3. 从心论治多囊卵巢综合征

3.1. 宁心安神

多囊卵巢综合征的治疗重在养血滋阴, 其治尤以固卵为先。中医理论强调“静能生水”的概念, 这

不仅是一个自然现象,也是一种治疗原则。它的精髓在于通过内心的平静来激发体内津液的生成。当心处于宁静状态时,就能影响到肾脏,使之亦“静”,进而促进肾阴癸水的提升,正如古语所言“欲补肾者先宁心,心宁则肾自实”。因此,要想有效地调理多囊卵巢综合征,需在日常生活中培养内心的平静与安宁。通过减轻压力、保持情绪稳定、避免过度焦虑和紧张,逐步改善身体状况。

药物治疗中,柏子仁因其养心安神以及交通心肾的功效而被广泛使用。卷柏与泽兰以其辛散特性用于温通经络、活血调经。远志则能舒解心气,达宁心安神效果。郁金与制香附等药材则擅长疏肝理气,调理肝脏功能。续断作为一味补肝肾、益精血的药材,有助于增强身体的整体机能。牛膝具有活血通经的作用,引导血液顺畅下行;当归与丹参都是活血调经的良药;生地黄与莲子芯、淡竹叶则分别用于清心火、降心气,对于平衡心肝脾胃之间的气血关系有着重要作用[14]。肝受气于心,心气得到舒缓,肝气也会随之顺畅,同时,心火的安宁可以带动肾水的充盈,形成良性的水液代谢循环[14],各种药材配伍并用,于多囊卵巢综合征患者效验显著。

另外,临床研究发现孕期炎症因子过度分泌可激活机体免疫细胞,导致免疫失衡,杀伤胚胎滋养细胞,引发流产[15]。黄连、莲子心等药物具有抗炎、抗氧化应激作用,可降低对胎儿的损伤,保胎安胎。[16]-[18]。“从心论治”,通过宁心安神,调节炎症介质的释放,减轻炎症反应,这与现代医学中使用抗炎药物(如非甾体抗炎药和糖皮质激素)抑制炎症介质的生成和作用有相似之处,但中医更注重通过调整整体机能来达到治疗效果。

3.2. 交通心肾

如上文所述,“心(脑)-肾-子宫轴”理论,强调心脏在精神活动中的主导作用,与西医学中下丘脑、垂体的上游调控作用相对应。中医通过调和心肾,可能有助于恢复内分泌系统的平衡,这与现代医学中使用激素治疗(如口服避孕药、抗雄激素药物)来调整激素水平的方法相辅相成。在临床实践中,可以选用具有养心安神、交通心肾功效的中药,如柏子仁、远志、郁金等,通过宁心安神、滋补肾阴、调和气血等方法,促进肾阴癸水的提升。然而,交通心肾的治疗并不是孤立的,应与调理肝脾、疏肝解郁等其他中医疗法相结合,综合治疗。现代医学中的心理干预和药物治疗也可以与交通心肾的治疗相辅相成,共同改善 PCOS 患者的生理和心理状态。

3.3. 疏肝解郁

传统中医理论中,对于妊娠子悬胁疼的治疗有着独特而深邃的见解。傅青主在其著作《女科》中提到:“故保胎必滋肾水,而肝之血必旺,自然灌溉胞胎,合肾水而并协养胎之功”[12]。阐述了保胎安胎的关键在于滋养肾水,同时强调了肝脏血气旺盛的重要性。肝脏为心肾的枢纽,选方“解郁汤”,以白芍、阿胶等为主要成分,平和肝阳、解郁安神,使脾土不受克制,达到内外兼修、调和气血的效果。《本草备要》记载,白芍能够收敛体表的邪气,并深入血液循环,直达厥阴经脉;它适用于治疗鼻出血、眼睛干涩、肝血不足等症状,也可用于女性的妊娠和各种血液疾病的调理。《长沙药解》中,称阿胶能滋养阴液,补养肝脏,缓解胞胎疼痛,防止经脉塌陷,清除厥阴经的风燥。白芍和阿胶可以柔和肝脏,补充血液,平抑肝火,使肝气在心肾之间顺畅流通,上达心肺,下至肾脏,确保胎儿得到适宜滋养。现代医学研究也证实了这一点:适量的白芍苷能有效抑制子宫收缩[19],同阿胶一起起到抗炎、抗氧化、调节免疫、安胎的作用[20]。另外,通过疏肝解郁、调节情绪,可以抑制炎症因子的表达,提高机体抗应激能力,进而降低流产的风险[21]。

3.4. 调养心脾

“心者血之主,脾者血之源”,心脾两虚可致气血不足,影响月经和生殖健康。现代医学研究表明,

PCOS 患者常伴有胰岛素抵抗和代谢综合征,这与中医学中心脾失调有一定的关联。通过调养心脾,可能有助于改善胰岛素敏感性和代谢状态,这与现代医学中通过饮食控制、运动疗法和药物治疗来改善胰岛素抵抗的策略一致。

在中医治疗中,有一剂名为归脾汤的药方,可根据患者情况进行个体化加减调整。方中黄芪、白术、甘草等补脾益气、养血,有效补充因过度思虑而流失的心血,养护心脾之气;当归味甘而润,补血养心,滋养人体的根本;龙眼、阿胶增强心脏的活力,帮助身体滋润本源;丹参以补血活血著称,对各种原因引起的血瘀有很好的疗效;此外,茯神、远志以及酸枣仁几味药材都被认为可以养心定神、安神助眠;鸡血藤则有助于安神降气,同时有活血通经的作用;木香作为一味理气健脾、通滞之药,可避免大补药物过多导致的不良反应。诸药同用,旨在益气养血,恢复经络通畅,从而达到治疗月经不调等妇科疾病的目的。

3.5. 心身同调

随着“生物-社会-心理”医学模式的盛行,人体健康与心理、社会的关系日益受到重视。精神和心理是影响女性健康的重要因素,与妇科疾病有着密切的关系。如多囊卵巢综合征、子宫内膜异位症、复发性流产等疾病,长期迁延不愈,患者焦虑抑郁情绪影响脏腑功能,“因病致郁”,二者相互影响,形成恶性循环[22]。李荔等对 262 例多囊卵巢综合征患者的心理状况进行了研究,应用 GAD-7, PHQ-7 量表评定,结果显示:30.5%的 PCOS 患者存在焦虑症状,29%的患者表现为抑郁[23]。“从心论治”,不仅包括药物治疗,还应注重情志心理疗法。与现代医学中的心理干预(如认知行为疗法、心理咨询)相结合,可以为 PCOS 患者提供更全面的治疗方案。在漫长的治疗旅程中,医生需密切关注患者的心理状态和情感变化,为其提供关于病情的全面而准确的解释,阐明病程中可能出现的各种情况。同时,医生还应当对患者展开深入的心理疏导,运用积极的心理暗示来缓解其内心的焦虑和紧张,帮助患者建立信心。此种综合治疗方法,为患者提供全面的康复支持,对多囊卵巢综合征等身心疾病尤为适用。

4. 小结

心主血脉,统领脏腑,通过深入理解心与肾、肝、脾等脏器在生理与病理层面的相互作用,可以更好地揭示多囊卵巢综合征的病因。“从心论治”,涵盖了多方面的调理,包括但不限于宁心安神、交通心肾之法,疏肝解郁之术以及调养心脾之道,为临床诊治多囊卵巢综合征提供参考。另外,在实际临床操作中,我们需要对多囊卵巢综合征这样的妇科疾病中心身因素相互作用的机制有更深入的认识,通过形神合一、心身同调的综合治疗方法,帮助患者达到最佳的康复效果,实现生理与心理的和谐统一。

参考文献

- [1] 边智伟, 吴承玉. “女子以血为本”探析[J]. 吉林中医药, 2011, 31(5): 391-392.
- [2] 张楠. “心主血脉”探讨[J]. 中国医学创新, 2013, 10(5): 152-153.
- [3] 郭霞珍. 中医基础理论[M]. 上海: 上海科学技术出版社, 2006.
- [4] 王雪, 赵燕, 吴昊, 等. 中医心、血、神三者间关系的理论探讨[J]. 环球中医药, 2018, 11(12): 1909-1913.
- [5] Hou, R., Garner, M., Holmes, C., Osmond, C., Teeling, J., Lau, L., et al. (2017) Peripheral Inflammatory Cytokines and Immune Balance in Generalised Anxiety Disorder: Case-Controlled Study. *Brain, Behavior, and Immunity*, **62**, 212-218. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2017.01.021>
- [6] 赵振武, 郭蓉娟, 顾丽佳, 等. 焦虑症肝郁化火的动物实验炎症机制研究[J]. 中华中医药杂志, 2020, 35(4): 2010-2013.
- [7] 闫菲, 史云, 赵琦, 等. 中西医女性生殖轴互参探讨继发性闭经的辨治思路[J]. 环球中医药, 2020, 13(7): 1178-1181.

- [8] 张嘉鑫, 郭宇, 顾然, 等. 根据“心胃相关”理论从心论治脾胃病[J]. 环球中医药, 2017, 10(12): 1464-1467.
- [9] 冯晓玲, 张婷婷. 中医妇科学[M]. 北京: 中国中医药出版社, 2021.
- [10] 李丽芬. 从“心”论治闭经的体会[J]. 中医药学报, 2010, 38(1): 79-80.
- [11] 魏有为, 任青玲, 胡荣魁. 论心与多囊卵巢综合征性不孕症的相关性[J]. 山东中医杂志, 2018, 37(4): 279-281.
- [12] 傅山. 傅青主女科[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2019.
- [13] 江小悦, 周惠芳. 周惠芳基于“心肾交合”及“微炎症”理论论治多囊卵巢综合征合并先兆流产[J]. 辽宁中医杂志, 2023, 50(5): 30-33.
- [14] 张宁, 王彤. 从《内经》“诸血者, 皆属于心”论治闭经探析[J]. 环球中医药, 2019, 12(10): 1543-1545.
- [15] 沈雁, 潘峰. 多囊卵巢综合征患者 Th1/Th2 失衡的临床意义[J]. 中华内分泌外科杂志, 2018, 12(5): 419-421, 429.
- [16] 付琳, 付强, 李冀, 等. 黄连化学成分及药理作用研究进展[J]. 中医药学报, 2021, 49(2): 87-92.
- [17] 王芹, 杨晓葵, 辛志敏. 氧化应激、线粒体损伤与胚胎发育阻滞的相关性研究进展[J]. 中国优生与遗传杂志, 2021, 29(7): 1030-1033.
- [18] 施继尧, 王蒙, 吴弢. 莲子心的化学成分及生物活性研究进展[J]. 中医药导报, 2018, 24(21): 105-108.
- [19] 陶晓倩, 李娜, 曹亮, 等. 桂枝茯苓胶囊中主要成分对子宫肌瘤细胞增殖及小鼠离体子宫收缩活动的影响[J]. 中国实验方剂学杂志, 2016, 22(2): 91-96.
- [20] 祁建宏, 董芳旭, 王凯. 阿胶现代药理作用及其机制研究进展[J]. 宜春学院学报, 2020, 42(9): 23-25, 45.
- [21] Alay, I., Kaya, C., Yildiz, S., Cengiz, H., Afandi, X. and Yasar, L. (2020) The Feasibility of Natural Orifice Transluminal Endoscopic Surgery in Gynecology Practice: Single-Surgeon Experience. *Gynecology and Minimally Invasive Therapy*, 9, 69. <https://doi.org/10.4103/gmit.gmit.84.19>
- [22] 何越, 林丽娜, 张天婵, 等. 基于中医心身医学理论探讨妇科疾病治疗[J]. 辽宁中医杂志, 2023, 50(7): 66-69.
- [23] 谭秋晓, 张红梅, 李洁明, 等. 多囊卵巢综合征患者抑郁和焦虑发病现状及影响因素分析[J]. 实用医学杂志, 2020, 36(23): 3288-3292.