

张帆教授治疗多囊卵巢综合征经验总结

刘璇

贵州中医药大学第二附属医院妇科, 贵州 贵阳

收稿日期: 2026年6月26日; 录用日期: 2026年7月31日; 发布日期: 2026年8月13日

摘要

多囊卵巢综合征(PCOS)是育龄期女性常见的生殖内分泌代谢性疾病,以排卵障碍、高雄激素血症、卵巢多囊样改变为主要特征,常伴随月经失调、不孕、肥胖等症状,严重影响患者生活质量。目前现代医学治疗多以调节激素、促排卵为主,但存在易复发、副作用明显等问题。张帆教授从事中医妇科临床与教研工作数十年,对PCOS的诊治具有丰富经验,认为本病核心病机为“肾虚为本、痰瘀为标”,确立“补肾祛痰、化瘀调经”为核心诊疗原则,并根据月经周期不同阶段的生理特点,采用“分期论治”策略,经前期以桃红四物汤加减调理气血、化瘀通络,经后期以补肾祛痰汤滋补肝肾、化痰散结。本文通过梳理张帆教授治疗PCOS的用药理论、具体方药分析及临床经验,为中医治疗PCOS提供参考。

关键词

多囊卵巢综合征, 补肾祛痰, 化瘀调经, 桃红四物汤, 补肾祛痰汤

Professor Zhang Fan's Experience Summary in the Treatment of Polycystic Ovary Syndrome

Xuan Liu

Department of Gynecology, The Second Affiliated Hospital of Guizhou University of Traditional Chinese Medicine, Guiyang Guizhou

Received: June 26, 2026; accepted: July 31, 2026; published: August 13, 2026

Abstract

Polycystic ovary syndrome (PCOS) is a common reproductive, endocrine and metabolic disease in women of childbearing age, characterized by ovulatory dysfunction, hyperandrogenemia and polycystic ovarian morphology. It is often accompanied by menstrual disorders, infertility and obesity,

which seriously impair patients' quality of life. Current modern medical treatments mainly focus on hormone regulation and ovulation induction, with the disadvantages of high recurrence rate and obvious side effects. Professor Zhang Fan, who has decades of experience in the clinical practice, teaching and research of gynecology in traditional Chinese medicine (TCM), holds that the core pathogenesis of PCOS is kidney deficiency as the root and phlegm-stasis as the branch, and has established the core therapeutic principle of tonifying the kidney, resolving phlegm, removing blood stasis and regulating menstruation. Based on the physiological characteristics of different stages of the menstrual cycle, she adopts the strategy of treatment based on menstrual stages: modified Taohong Siwu Decoction is used to regulate qi and blood, remove blood stasis and unblock collaterals in the premenstrual phase, and Bushen Qutan Decoction is used to tonify the liver and kidney, resolve phlegm and dissipate masses in the postmenstrual phase. This paper summarizes her medication theory, prescription analysis and clinical experience, providing a reference for the TCM treatment of PCOS.

Keywords

Polycystic Ovary Syndrome (PCOS), Tonifying the Kidney and Resolving Phlegm, Removing Blood Stasis and Regulating Menstruation, Taohong Siwu Decoction, Bushen Qutan Decoction

Copyright © 2026 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)作为妇科常见的内分泌紊乱性疾病,发病率呈逐年上升趋势,据统计我国育龄期女性发病率约为5%~10%[1][2]。患者除月经稀发、闭经、多毛、痤疮等外在表现外,还易并发胰岛素抵抗、糖尿病、心血管疾病,甚至增加子宫内膜癌的发病风险,对女性身心健康造成严重威胁。现代医学治疗多采用短效口服避孕药调节月经周期、二甲双胍改善胰岛素抵抗、克罗米芬等药物促排卵,但长期使用易导致激素紊乱、胃肠道不适等不良反应,且停药后复发率较高。

中医虽无“多囊卵巢综合征”的病名记载,但根据其临床表现,可归属于“月经后期”“闭经”“不孕”“癥瘕”等范畴[3]。张帆教授结合数十年临床实践,深入探讨PCOS的中医病机与治疗规律,提出“肾虚是发病之本,痰瘀是病理产物与加重因素”的核心观点,创立“补肾祛痰、化瘀调经”的诊疗原则,并结合月经周期的血海盈亏变化,采用分期用药的治疗方案,临床疗效显著[4][5]。本文通过整理张帆教授治疗PCOS的典型病例与用药思路,从用药理论指导、具体方药分析、临床经验总结三方面展开论述,以期为中医治疗PCOS提供新的思路与方法。

2. 用药理论指导

张帆教授认为,PCOS的发病与肾、脾、肝三脏功能失调密切相关,其中肾虚是核心病机,痰瘀是重要病理因素,二者相互影响,共同导致疾病发生与发展。

(一) 肾虚为本,贯穿疾病始终

中医理论中,肾为先天之本,藏精,主生殖,肾精充足则冲任二脉通畅,血海按时盈亏,月经周期正常;若肾精亏虚,冲任失养,血海不能按时满溢,则易出现月经后期、闭经、排卵障碍等症状。张帆教授指出,PCOS患者多存在先天禀赋不足,或后天失养,导致肾精耗损,肾阳不足。肾阳为一身阳气之根本,

能温煦脾阳、推动气血运行，肾阳不足则脾阳失温，运化功能减弱，水湿内停，聚而成痰；同时肾阳不足还会导致气血运行无力，瘀血内生，进一步加重病情。张帆教授强调，治疗 PCOS 需以“补肾”为根本，根据患者肾阴、肾阳的亏虚程度，灵活选用滋补肾阴、温补肾阳的药物，以恢复肾的生殖功能，为月经周期的调节与排卵创造基础。

(二) 痰瘀为标，加重病情发展

张帆教授认为，痰浊与瘀血虽为病理产物，但一旦形成，又会成为新的致病因素，加重 PCOS 的病情。一方面，肾虚导致脾阳不足，脾失健运，水湿内停，聚湿生痰，痰浊阻滞冲任二脉，影响血海的盈亏与气血的运行，导致月经失调；另一方面，肾精亏虚则气血生化不足，肾阳不足则气血运行无力，二者均可导致瘀血内生，瘀血阻滞胞宫，进一步影响排卵与月经周期。此外，痰浊与瘀血还可相互转化，痰浊阻滞气机，气机不畅则瘀血加重；瘀血阻滞脉络，水湿排泄受阻，则痰浊更甚，形成“痰瘀互结”的恶性循环，导致病情迁延难愈。临床中，PCOS 患者多伴随形体肥胖、胸闷痰多、经行小腹刺痛、经色紫暗有血块等痰瘀表现，PCOS 患者多为舌体胖大、色淡紫或暗，苔白腻或舌有瘀点瘀斑，脉滑或涩，均为痰瘀互结的辨证依据。因此，张帆教授在补肾的基础上，强调需兼顾祛痰与化瘀，通过清除痰浊、消散瘀血，恢复冲任二脉的通畅，改善胞宫环境，促进排卵与月经规律。

(三) 分期论治，顺应月经周期

中医认为，女性月经周期的变化与“血海盈亏”密切相关，经前期血海满溢，气血充盛；经后期血海空虚，需滋养肾精以恢复血海。张帆教授结合这一生理特点，提出“分期论治”的用药策略：经前期以“化瘀调经”为主，兼顾补肾祛痰，促进月经顺利来潮；经后期以“补肾填精”为主，兼顾祛痰化瘀，为下一个月经周期的血海充盈与排卵奠定基础。这种治疗方法既符合女性生理规律，又能根据不同阶段的病理特点调整用药重点，提高治疗的针对性与有效性。

3. 用药分析

张帆教授治疗 PCOS 的用药方案以“分期论治”为核心，经前期选用桃红四物汤加减，经后期选用补肾祛痰汤，二者均围绕“补肾祛痰、化瘀调经”的原则展开，但用药重点各有侧重，现分别分析如下：

(一) 经前期

经前期是血海满溢、月经即将来潮的阶段，此时治疗的重点在于“化瘀通络、调经止痛”，同时兼顾补肾祛痰，以促进月经顺利排出，改善经行不畅、痛经等症状。张帆教授选用桃红四物汤加减作为经前期的基础方，桃红四物汤源自《医宗金鉴》，由桃仁、红花、当归、川芎、白芍、熟地黄组成，具有活血化瘀、养血调经的功效，张帆教授根据 PCOS 患者“肾虚痰瘀”的病机特点，对原方进行加减，具体方药如下：女贞子 12 g、金荞麦 12 g、益母草 12 g、菟丝子 12 g、淫羊藿 12 g、桃仁 12 g、川芎 10 g、当归 10 g、生地黄 12 g、牛膝 15 g、枸杞子 15 g、薏苡仁 15 g、莲子心 15 g、石菖蒲 15 g、肉桂 10 g。上方用药中，活血化瘀药为桃仁、川芎、当归、益母草，分别能破血行滞、活血行气、补血活血、活血调经，助力清除胞宫瘀血、促进经血来潮。补肾药有女贞子、菟丝子等，女贞子、枸杞子滋补肾阴，菟丝子平补肝肾，淫羊藿、肉桂温补肾阳，共助恢复肾生殖功能。祛痰药含金荞麦、薏苡仁、石菖蒲，可清化痰热、利水渗湿、开窍祛痰，兼顾痰瘀互结。生地黄清热养阴，牛膝引血下行，莲子心清心安神，协同保障药效。

(二) 经后期

经后期是月经结束后，血海空虚，肾精需要滋养的阶段，此时治疗的重点在于“补肾填精、化痰散结”，以恢复肾精充足，为下一个月经周期的血海充盈与排卵奠定基础。张帆教授自拟补肾祛痰汤作为经后期的基础方，具体方药如下：熟地黄 12 g、菟丝子 20 g、女贞子 15 g、菟藟子 15 g、枸杞子 12 g、

香附 12 g、墨旱莲 12 g、白芍 12 g、陈皮 12 g、苦杏仁 15 g、当归 10 g、丹参 20 g、炒芥子 15 g、鹿角霜 15 g、山药 20 g。上方补肾填精药为核心，熟地黄补血滋阴、益精填髓；菟丝子平补肝肾助生殖；以二至丸滋肾阴兼凉血；枸杞子助补肾填精；鹿角霜温肾助阳止血；山药补脾生精、固摄肾精。化痰散结药中，陈皮理气燥湿化痰，苦杏仁降气排痰通便，炒芥子温肺豁痰、散结消卵巢痰瘀结节。活血化瘀药里，当归补血活血养血海，丹参活血凉血清心，茺蔚子活血调经通冲任。理气药香附疏肝解郁、理气调经，助化痰瘀，改善月经不调。诸药合用，共奏补肾填精、化痰化瘀之效。

4. 经验总结

张帆教授始终强调，PCOS 的核心病机是“肾虚为本、痰瘀为标”，治疗需以“补肾”为根本，以“祛痰化瘀”为治标之法，做到标本兼治。张帆教授根据女性月经周期的“血海盈亏”变化，提出“分期论治”的策略，将治疗分为经前期与经后期两个阶段，分别采用不同的方药，既符合女性生理规律，又能提高治疗的针对性。经前期以“化痰调经”为主，兼顾补肾祛痰，促进月经顺利来潮；经后期以“补肾填精”为主，兼顾祛痰化瘀，恢复肾精充足。这种治疗方法避免了“一方到底”的局限性，根据不同阶段的病理特点调整用药重点，使治疗更贴合患者的生理与病理状态，临床疗效显著。

在治疗过程中，无论是经前期还是经后期，均需兼顾补肾与祛痰化瘀，不可偏废。补肾药的选用需根据患者肾阴、肾阳的亏虚程度灵活调整，如肾阴亏虚明显者，可增加女贞子、枸杞子、熟地黄的用量，减少淫羊藿、肉桂等温热药的用量；肾阳不足明显者，可增加淫羊藿、鹿角霜、肉桂的用量，适当减少女贞子、墨旱莲等寒凉药的用量。祛痰化瘀药的选用则需根据痰浊、瘀血的轻重程度调整，痰浊明显者，可增加薏苡仁、陈皮、炒芥子的用量；瘀血明显者，可增加桃仁、丹参、益母草的用量。通过标本兼治，既能恢复肾的生殖功能，又能清除病理产物，从根本上改善病情，减少复发。

张帆教授认为，PCOS 的治疗不仅需要药物干预，还需结合生活调护，才能更好地改善病情、预防复发。她常嘱咐患者注意以下几点：一是饮食调理，避免食用辛辣、油腻、甜腻食物(如油炸食品、蛋糕、奶茶)，减少高糖、高脂食物的摄入，多食新鲜蔬菜、水果、粗粮，以及补肾健脾的食物(如黑豆、黑芝麻、核桃、莲子等)，以辅助药物改善肾虚痰瘀的病机；二是运动锻炼，建议患者如快走、慢跑、游泳、瑜伽等运动，以控制体重、改善胰岛素抵抗、促进气血运行，减少痰浊生成；三是情志调节，避免长期焦虑、抑郁、紧张等不良情绪，保持心情舒畅，可通过听音乐、阅读、旅游等方式缓解压力，防止肝气郁结加重病情；四是作息规律，避免熬夜，保证每晚 7~8 小时的睡眠，以利于肾精的恢复与气血的生成，避免肾精耗损加重肾虚。通过药物治疗与生活调护的结合，能够从多方面改善患者的身体状态，提高治疗效果，降低复发率。

PCOS 是一种慢性疾病，病程较长，治疗需长期坚持，不可急于求成。张帆教授指出，患者一般需治疗 3~6 个月经周期，才能使月经周期基本恢复正常，排卵功能改善；对于不孕患者，可能需要治疗 6~12 个月经周期，才能提高受孕率。因此，她常鼓励患者坚持治疗，避免因短期疗效不明显而放弃，同时在病情改善后，仍需继续调理 1~2 个月经周期，以巩固疗效，预防复发。

5. 讨论

张帆教授运用“补肾祛痰、化瘀调经”法治疗 PCOS 的经验，充分体现了中医辨证论治与整体观念的优势，为 PCOS 的治疗提供了新的思路与方法，值得各临床同道学习与借鉴。本治疗方法优势显著：紧扣 PCOS “肾虚为本、痰瘀为标”病机，分经前、经后分期用药，标本兼顾；兼顾生殖与代谢问题，搭配饮食运动综合调护，可改善月经、排卵及肥胖、胰岛素抵抗等多重症状，复发率低于单纯西医激素治疗。同时也存在一定局限性，疗程较长，患者依从性易不足；循证证据不足，基层推广难度较大。未来可

开展大样本对照研究完善客观疗效证据；开展药理实验阐明作用机制；并探索中西医联合诊疗模式，完善远期并发症预防相关研究。

基金项目

超声医学工程国家重点实验室开放课题 2021KFKT005。

参考文献

- [1] 寇丽辉, 侯丽辉, 王颖, 等. 侯丽辉治疗痰瘀互结型多囊卵巢综合征的经验总结[J]. 辽宁中医杂志, 2019, 46(1): 35-37.
- [2] 高新源, 许丽绵. 许丽绵治疗多囊卵巢综合征经验荟萃[J]. 广州中医药大学学报, 2015, 32(3): 539-541.
- [3] 孙静, 曹亚丽. 多囊卵巢综合征中医学的研究进展[J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2020, 8(11): 16.
- [4] 黄倩, 张帆. 张帆治疗肾虚痰湿型多囊卵巢综合征临床经验[J]. 贵州中医药大学学报, 2020, 42(5): 9-12.
- [5] 刘秋鸣, 谢宇杰, 张帆, 等. 多囊卵巢综合症相关实验指标研究进展[C]//贵州省中西医结合学会. 第 4 次贵州省中西医结合妇产科学术年会、第 4 次贵州省中医药学会妇科专业学术年会论文集. 贵州: 贵州中医药大学, 贵州中医药大学第二附属医院, 2019: 305-311.