



中医经典

安胎养胎法

主编 张新伟 谢英彪

凤凰出版传媒集团
江苏科学技术出版社

安胎养胎 中医良方
听中医解析 遵医家箴言





中医经典

安胎养胎法

主编 张新伟 谢英彪

凤凰出版传媒集团
江苏科学技术出版社



图书在版编目(CIP)数据

中医经典安胎养胎法/张新伟等主编. —南京:江苏科学技术出版社, 2009. 1

(中医孕产育儿系列)

ISBN 978-7-5345-6333-1

I. 中… II. 张… III. 妊娠病—中医产科学
IV. R271.41

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008) 第 169054 号

主 编 张新伟 谢英彪
副 主 编 孙剑秋 虞丽相
编 著 于红娟 李 医 刘欢团 严玉美
郝连坤 王 凯 徐 蕾 徐贞勇
绘 图 杨少丽

中医经典安胎养胎法

主 编 张新伟 谢英彪
责任编辑 金宝佳
责任校对 郝慧华
责任监制 曹叶平

出版发行 江苏科学技术出版社(南京市湖南路 47 号, 邮编: 210009)
网 址 <http://www.pspress.cn>
集团地址 凤凰出版传媒集团(南京市中央路 165 号, 邮编: 210009)
集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>
经 销 江苏省新华发行集团有限公司
照 排 南京奥能制版有限公司
印 刷 江苏苏中印刷有限公司

开 本 718 mm×1 000 mm 1/16
印 张 16
字 数 287 000
版 次 2009 年 1 月第 1 版
印 次 2009 年 1 月第 1 次印刷

标准书号 ISBN 978-7-5345-6333-1
定 价 27.00 元

图书如有印装质量问题, 可随时向我社出版科调换

前言

我国有 5 000 多年的文明历史,有着光辉灿烂的文化遗产,中医学就是宝贵遗产中的重要组成部分。自《黄帝内经》奠定了中医学的基本理论,确立了辨证施治原则之后,2 000 多年来,历代医家不断有所传承、发展和创新,在为中华民族繁衍昌盛作出巨大贡献的同时,也为我们后人留下了丰富多彩、不可胜数的中医药著作,人们常常用“汗牛充栋”来形容。然而,中医的大多数经典的论述与方法,往往是藏匿在历代著作的字里行间,这给查找、挖掘带来了困难。

目前,图书市场上安胎养胎的书籍颇多,但系统介绍中医经典安胎养胎知识与技术的书籍却不是很多。为了弥补这一缺憾,我们组织了有关的专家,从浩瀚的中医安胎养胎古典著作中挖掘、整理和研究出较为系统,如今仍有实用价值的中医安胎养胎知识与技术,采用通俗易懂、深入浅出的文字,编撰成《中医经典安胎养胎法》。本书除介绍了影响安胎养胎因素、饮食养胎、起居安胎、情绪安胎、运动养胎、保健安胎等中医安胎的知识与方法之外,还论述了颇具特色的中医逐月安胎养胎法,以及针对妊娠呕吐、妊娠水肿等 10 多种常见妊娠疾病的中医祛病安胎方法,内容翔实,科学性强,实用性大。每章节中,均安排有中医解析、医家箴言等栏目,起到了“画龙点睛”的作用,也更便于读者理解与运用中医经典安胎养胎知识与方法。

十月怀胎是一个相对漫长的过程,280 个日夜夜的每时每刻都可能遇到各种各样碍胎的问题与事情。因此,每个孕妇不仅要掌握近代科学安胎护胎知识,从中医学这个宝库中汲取安胎养胎方法也十分必要。祝愿每一位孕妇在孕育过程中能拥有幸福快乐的孕期生活,生下一个健康、聪明的小宝宝。

愿《中医经典安胎养胎法》能成为每个孕妇的良师益友。

编著者



目 录

CONTENTS

第一篇

中医安胎

一、中医安胎源远流长 /1

 中医解析·医家箴言 /4

二、影响安胎养胎的因素 /4

 影响安胎养胎的药物 /4

 妊娠期禁用的中药 /6

 妊娠期不宜服温补药 /7

 病毒感染对安胎养胎的影响 /8

 射线对安胎养胎的影响 /10

 噪声对安胎养胎的影响 /11

 热水浴对安胎养胎的影响 /12

 影响安胎养胎的职业 /12

 吸烟对安胎养胎的影响 /13

 饮酒对安胎养胎的影响 /14

 情绪对安胎养胎的影响 /16

 如何安胎保胎 /18

 中医解析·医家箴言 /19

三、饮食养胎 /19

 孕妇营养的重要性 /19

 逐月养胎与因时择食 /20

 饮食养胎如何选择食物 /21

 食用滋补食物对孕妇和胎儿有何不良
影响 /23

 孕妇如何补血 /23

 孕妇安胎忌吃的食物 /24

 中医安胎吃什么 /25

 做个“能吃”的快乐孕妇 /26

 中医解析·医家箴言 /27

四、起居安胎 /27

 孕妇如何自我监护 /27

 孕妇要避免房劳过度 /28

 良好的环境有利孕妇和胎儿 /30

 孕妇要注意寒温 /31

 孕妇服饰要宽适 /31

 孕妇要选好内衣 /32

 孕妇如何选用乳罩 /33

 孕妇要有充足的睡眠 /33

 孕妇要注意动静适度 /34

 孕妇外出活动要注意什么 /35





中医解析·医家箴言 /36

五、情绪安胎 /37

孕妇的心理状态与胎儿发育的关系 /37

妊娠情绪与母体健康 /38

中医与胎教的发展 /39

孕期最有效的几种胎教 /41

中医解析·医家箴言 /42

六、运动养胎 /43

运动养胎的重要性 /43



运动养胎十大妙处 /44

不同孕期的孕妇可做不同的运动 /45

中医解析·医家箴言 /46

七、保健安胎 /47

孕妇保健按摩的手法 /47

孕妇保健按摩的施术要求 /47

孕妇保健按摩的注意事项 /48

孕妇头部的保健按摩 /49

孕妇颈项部的保健按摩 /50

孕妇上肢的保健按摩 /50

孕妇胸肋部的保健按摩 /51

孕妇腹部的保健按摩 /52

孕妇背腰部的保健按摩 /53

孕妇下肢的保健按摩 /53

中医安胎药有哪些 /54

寿胎丸是如何保胎的 /55

中医解析·医家箴言 /56

第二篇

妊娠 1 个月安胎养胎法

一、受孕准备 /57

最佳的妊娠年龄 /57

如何优境受孕 /59

孕妇心态与优生 /60

先排毒后怀孕食物来帮忙 /61

中医解析·医家箴言 /62

二、母体变化与安胎养胎 /62

受孕当月的安胎养胎 /62

1 个月大小的胚胎是怎样的 /63

妊娠 1 个月该做的事 /64

孕妇不宜养宠物 /65

孕初三件事 /66

中医解析·医家箴言 /67

三、妊娠 1 个月胎教 /68

怎样进行胎教 /68

妊娠 1 个月的音乐胎教 /69

妊娠 1 个月的环境胎教 /69

妊娠 1 个月的情绪胎教 /70

妊娠 1 个月的想象胎教 /71

穿衣、美容也是胎教 /71

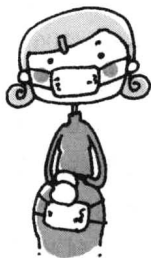
中医解析·医家箴言 /72





第三篇

妊娠2个月安胎养胎法



一、母体变化与胎儿发育 /73

妊娠2个月孕妇的身体变化 /73

2个月大小的胚胎是怎样的 /74

胎儿胃肠道的形成 /74

二、安胎养胎 /75

妊娠2个月的安胎养胎 /75

妊娠2个月要注意什么 /76

平安度过孕吐期的方法 /77

孕妇防风疹 /78

早期妊娠的征兆 /80

妊娠呕吐不宜用止吐药 /81

孕妇的立、走、睡姿 /82

孕妇喜酸有学问 /82

中医解析·医家箴言 /83

三、妊娠2个月胎教 /84

妊娠2个月的想象胎教 /84

妊娠2个月的音乐胎教 /85

妊娠2个月的美容胎教 /86

妊娠2个月的抚摩胎教 /87

妊娠2个月的环境胎教 /87

妊娠2个月的情绪胎教 /88

孕妇与宝贝一起做胎教操 /89

中医解析·医家箴言 /90

第四篇

妊娠3个月安胎养胎法

一、母体变化与胎儿发育 /91

妊娠3个月孕妇的身体变化 /91

3个月大小的胎儿是怎样的 /92

二、安胎养胎 /92

妊娠3个月的安胎养胎 /92

高龄初产妇要注意什么 /93

首次产前检查 /94

早孕检查做到未雨绸缪 /95

孕妇要小心磁辐射 /96

孕妇穿鞋有讲究 /97

中医解析·医家箴言 /97

三、妊娠3个月胎教 /98

妊娠3个月的音乐胎教 /98

妊娠3个月的环境胎教 /99

妊娠3个月的对话胎教 /100

妊娠3个月的运动胎教 /100

妊娠3个月的情绪胎教 /101

妊娠3个月的想象胎教 /101

中医解析·医家箴言 /102





第五篇

妊娠4个月安胎养胎法

一、母体变化与胎儿发育 /103

妊娠4个月孕妇的身体变化 /103

4个月大小的胎儿是怎样的 /104

二、安胎养胎 /104

妊娠4个月的安胎养胎 /104



妊娠4个月要注意什么 /106

妊娠恶阻怎么办 /106

孕妇别让酒精伤了胎儿 /107

孕妇喝茶影响胎儿 /108

妊娠4个月该做些什么 /109

什么时候能听到胎心音 /109

什么时候开始感到胎动 /110

三、妊娠4个月胎教 /110

妊娠4个月的美容胎教 /110

妊娠4个月的情绪胎教 /112

妊娠4个月的音乐胎教 /113

妊娠4个月的对话胎教 /113

妊娠4个月的运动胎教 /114

妊娠4个月的光照和环境胎教 /115

中医解析·医家箴言 /116

第六篇

妊娠5个月安胎养胎法

一、母体变化与胎儿发育 /117

妊娠5个月孕妇的身体变化 /117

5个月大小的胎儿是怎样的 /118

二、安胎养胎 /118

妊娠第5个月的安胎养胎 /118

妊娠5个月要注意什么 /120

如何保持好看的外貌 /120

第三次产前检查 /121

妊娠5个月该做的事 /122

孕妇食用土豆时要谨慎小心 /122

三、妊娠5个月胎教 /123

妊娠5个月的运动胎教 /123

妊娠5个月的音乐胎教 /124

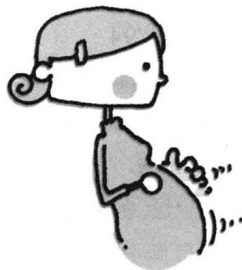
妊娠5个月的情绪胎教 /125

妊娠5个月的语言胎教 /126

妊娠5个月的环境胎教 /126

妊娠5个月的抚摩胎教 /127

中医解析·医家箴言 /128





第七篇

妊娠 6 个月安胎养胎法



一、母体变化与胎儿发育 /129

妊娠 6 个月孕妇的身体变化 /129

6 个月大小的胎儿是怎样的 /129

二、安胎养胎 /130

妊娠 6 个月的安胎养胎 /130

妊娠 6 个月要注意什么 /132

羊水过多怎么办 /133

怀上双胞胎要注意什么 /134

妊娠 6 个月应接受的产前检查 /134

如何做好乳房保健 /135

孕妇可以化妆吗 /135

三、妊娠 6 个月胎教 /136

妊娠 6 个月的运动胎教 /136

妊娠 6 个月的音乐胎教 /137

妊娠 6 个月的对话胎教 /138

妊娠 6 个月的想象胎教 /139

妊娠 6 个月的抚摩胎教 /139

妊娠 6 个月的光照胎教 /140

妊娠 6 个月的情绪胎教 /141

妊娠 6 个月的环境胎教 /141

中医解析·医家箴言 /142

第八篇

妊娠 7 个月安胎养胎法

一、母体变化与胎儿发育 /143

妊娠 7 个月孕妇的身体变化 /143

7 个月大小的胎儿是怎样的 /144

二、安胎养胎 /144

妊娠 7 个月的安胎养胎 /144

妊娠 7 个月要注意什么 /146

前置胎盘怎么办 /147

静脉曲张怎么办 /148

怎样做好家庭自我监护 /148

孕妇为什么左侧卧位好 /149

孕妇要保护牙龈、牙齿,远离烟酒 /150

体重的平衡增长很要紧 /150

三、妊娠 7 个月胎教 /151

妊娠 7 个月的音乐胎教 /151



妊娠 7 个月的对话胎教 /152

妊娠 7 个月的光照胎教 /152

妊娠 7 个月的抚摩胎教 /153

妊娠 7 个月的情绪胎教 /154

妊娠 7 个月的语言胎教 /154

胎儿对胎教有什么感觉 /155

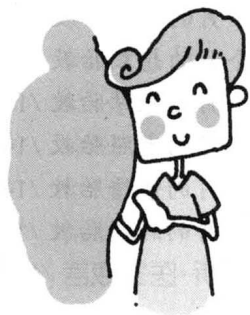
中医解析·医家箴言 /156



第九篇

妊娠 8 个月安胎养胎法

- 一、母体变化与胎儿发育 /157
 - 妊娠 8 个月孕妇的身体变化 /157
 - 8 个月大小的胎儿是怎样的 /158
- 二、安胎养胎 /158
 - 妊娠 8 个月的安胎养胎 /158
 - 妊娠中毒症有何危险信号 /159



- 妊娠中毒症易引起的疾病 /160
- 什么是正常位胎盘早期剥离 /161
- 如何治疗与预防妊娠中毒症 /161
- 早产怎么办 /162
- 妊娠 8 个月该做些什么 /163
- 丈夫怎样学会听胎心音 /163
- 三、妊娠 8 个月胎教 /164
 - 妊娠 8 个月的音乐胎教 /164
 - 妊娠 8 个月的语言胎教 /165
 - 妊娠 8 个月的运动胎教 /166
 - 妊娠 8 个月的美容胎教 /167
 - 妊娠 8 个月的情绪胎教 /168
 - 妊娠 8 个月的综合胎教 /169
 - 中医解析·医家箴言 /170

第十篇

妊娠 9 个月安胎养胎法

- 一、母体变化与胎儿发育 /171
 - 妊娠 9 个月孕妇的身体变化 /171
 - 9 个月大小的胎儿是怎样的 /171
- 二、安胎养胎 /172
 - 妊娠 9 个月的安胎养胎 /172
 - 胎位不正怎么办 /173
 - 什么是狭骨盆 /174
 - 产前要做的准备工作 /175
 - 妊娠末期的性生活 /176
 - 过期妊娠与过期产儿 /177
- 三、妊娠 9 个月胎教 /178
 - 妊娠 9 个月的情绪胎教 /178
 - 妊娠 9 个月的音乐胎教 /179

- 妊娠 9 个月的对话胎教 /179
- 妊娠 9 个月的抚摩胎教 /181
- 妊娠 9 个月的综合胎教 /181
- 中医解析·医家箴言 /182





第十一篇

妊娠 10 个月安胎养胎法



一、母体变化与胎儿发育 /183

妊娠 10 个月孕妇的身体变化 /183

10 个月大小的胎儿是怎样的 /184

二、安胎养胎 /184

妊娠 10 个月的安胎养胎 /184

妊娠 10 个月要注意什么 /185

接近分娩时的征兆 /186

何时入院为好 /186

什么是早期破水 /187

仰卧位低血压综合征 /188

三、妊娠 10 个月胎教 /188

妊娠 10 个月的音乐胎教 /188

妊娠 10 个月的语言胎教 /189

妊娠 10 个月的情绪胎教 /190

妊娠 10 个月的运动胎教 /191

妊娠 10 个月的想象胎教 /191

妊娠 10 个月的综合胎教 /192

中医解析·医家箴言 /192

第十二篇

中医祛病安胎

一、妊娠呕吐 /193

什么是妊娠呕吐 /193

治疗妊娠呕吐要注意什么 /194

哪些中药方能治疗妊娠呕吐 /195

哪些药茶能治疗妊娠呕吐 /195

哪些药粥能治疗妊娠呕吐 /196

哪些药汤能治疗妊娠呕吐 /197

妊娠呕吐的针灸疗法 /198

中医解析·医家箴言 /199

二、妊娠腹痛 /199

什么是妊娠腹痛 /199

治疗妊娠腹痛要注意什么 /200

哪些中药方能治疗妊娠腹痛 /200

哪些药茶能治疗妊娠腹痛 /201

哪些药粥能治疗妊娠腹痛 /201

哪些药汤能治疗妊娠腹痛 /202

妊娠腹痛的敷贴疗法 /203

中医解析·医家箴言 /204

三、妊娠水肿 /204

什么是妊娠水肿 /204

妊娠水肿者要注意什么 /205

哪些中药方能治疗妊娠水肿 /206

哪些药茶能治疗妊娠水肿 /206

哪些药粥能治疗妊娠水肿 /207

哪些药汤能治疗妊娠水肿 /208

妊娠水肿的按摩疗法 /208

妊娠水肿的药浴疗法 /209

妊娠水肿的敷贴疗法 /209

中医解析·医家箴言 /210

四、先兆子痫与子痫 /210





什么是先兆子痫与子痫 /210

治疗子痫要注意什么 /211

哪些中药方能治疗子痫 /211

哪些药茶能治疗子痫 /212

哪些药汤能治疗子痫 /212

子痫的按摩疗法 /212

子痫的针灸疗法 /213

子痫的敷贴疗法 /213

子痫的药枕疗法 /214

中医解析·医家箴言 /214

五、妊娠尿路感染 /215

什么是妊娠尿路感染 /215

治疗妊娠尿路感染要注意什么 /216

哪些中药方能治疗尿路感染 /217

哪些药茶能治疗尿路感染 /217

哪些药粥能治疗尿路感染 /218

哪些药汤能治疗尿路感染 /218

尿路感染的敷贴疗法 /219

中医解析 /219

六、妊娠便秘 /220

什么是妊娠便秘 /220

妊娠期间便秘怎么办 /220

哪些中药方能治疗妊娠便秘 /221

哪些药茶能治疗妊娠便秘 /222

哪些药粥能治疗妊娠便秘 /222

哪些药汤能治疗妊娠便秘 /223

妊娠便秘的敷贴疗法 /223

中医解析 /224



七、妊娠下肢抽筋疼痛 /224

什么是妊娠下肢抽筋疼痛 /224

妊娠下肢抽筋疼痛者要注意什么 /225

哪些中药方能治疗妊娠下肢抽筋疼痛 /225

哪些药茶能治疗妊娠下肢抽筋疼痛 /225

妊娠下肢抽筋疼痛的按摩疗法 /226

妊娠下肢抽筋疼痛的针灸疗法 /226

中医解析 /227

八、妊娠高血压综合征 /227

什么是妊娠高血压综合征 /227

哪些中药方能治疗妊娠高血压综合征 /228

哪些药茶能治疗妊娠高血压综合征 /229

哪些药粥能治疗妊娠高血压综合征 /229

哪些药汤能治疗妊娠高血压综合征 /230

中医解析 /231

九、胎儿宫内生长迟缓 /231

什么是胎儿宫内生长迟缓 /231

胎儿宫内生长迟缓者要注意什么 /232

哪些中药方能治疗胎儿宫内生长迟缓 /232

哪些药茶能治疗胎儿宫内生长迟缓 /233

哪些药粥能治疗胎儿宫内生长迟缓 /233

哪些药汤能治疗胎儿宫内生长迟缓 /234

胎儿宫内生长迟缓的敷贴疗法 /235

中医解析 /235

十、其他妊娠病的中医防治 /236

妊娠小便频数的中医防治 /236

妊娠小便不通的中医防治 /236

妊娠腹泻的中医防治 /237

妊娠贫血的中医防治 /237

妊娠牙龈出血的中医防治 /238

妊娠鼻出血的中医防治 /239

妊娠血小板减少的中医防治 /240

孕妇静脉曲张的中医防治 /240

孕妇病毒性流感的中医防治 /241

中医解析·医家箴言 /242



第一篇

中医安胎



一、中医安胎源远流长

《黄帝内经》奠定了中医基础理论,也勾勒了中医妇产科学的框架。就妊娠病而言,提出了身有病(恶阻)而无邪脉以候胎,提出了胎病、子瘕发生的机理,以及孕期用药的原则,明确指出六气的异常变化,可致胎孕死亡。如湿土在泉之气当令,阳气不能温和行令,宇宙间阴寒凝聚,人们已很凄惨。若内脾土又被非时风木所胜,使内外交困,脾气内伤,不能化生气血以养胎,乃致胎孕死于腹中。提示脾土健运,胎孕可保,安胎、保胎重视运脾。这是最古老的安胎、保胎启示。

汉末张仲景所著《金匮要略·妊娠病脉证并治》,明确提出养胎、安胎的辨证论治。如当归芍药散治疗血虚气郁脾虚的妊娠腹痛,胶艾汤治疗虚寒冲任不固的妊娠下血并腹痛的胞阻,以及妇人三种阴道下血证的鉴别诊断。附子汤治阳虚寒盛的妊娠腹痛以及当归散和白术散养胎、安胎。其中当归散治湿热,偏重于肝;白术散治寒湿,偏重于脾,创制了一热一寒调理肝脾的祛病安胎法。此外还论及心火盛伤胎刺泻劳宫及关元证治,成为后世逐月养胎法之源。张仲景强调辨证论治养胎、安胎和祛病以安胎的理、法、方、药,成为后世安胎、保胎、养胎、长胎之源头。

晋隋时代,北齐医学家徐之才创立了“逐月养胎法”,他将胎儿逐月而变的发育,归纳为:“妊娠一月始胚,二月始膏,三月始胎,四月成血脉,五月四肢成、胎动,六月筋成,七月皮毛成,八月九窍成,九月六腑百节毕备,十月五脏六腑齐通,俟时



而生。”隋代《诸病源候论·卷四十一》设有“妊娠养胎候”，提出妊娠之人，宿有病而有妊，或有孕之后生病，导致胎不长，须服药去病以养胎。并列有“妊娠漏胞候”、“妊娠胎动候”、“妊娠腹痛候”、“妊娠腰痛候”、“妊娠数堕胎候”，指出冲任脉虚不能制约或血气虚损，不能养胎的病机。

唐代昝殷所著《经效产宝》继承和发展了安胎学术思想，明确指出：“安胎有二法，因母病以动胎，但疗母疾，其胎自安，又缘胎有不坚，故致动以病母，但疗胎则母瘥。其理甚效，不可违也。”确立了根据母先病或胎先病分别先治原发病的安胎原则。这是很有创见的，并一直指导临床至今。《千金方》在逐月养胎条中，突出强调“预服”，防重于治的预防思想，影响深远。

宋代陈自明所著《妇人大全良方》不仅引用《经效产宝》之论，而且广泛地论述“胎动不安”、“胎漏”、“妊娠卒然下血”、“数堕胎”等证治，强调冲任经虚的病机，并收集了大量安胎方药。《女科百问·卷下》尤为可贵的是提出曾有胎动不安之苦者，“可预服杜仲丸（杜仲、川续断）”，首创补肾安胎法以预防和治疗胎动不安及反复自然流产。这二味中药一直是补肾防治流产的主要药物。现代研究表明：川断含维生素E，促进子宫和胚胎发育；杜仲抑制子宫收缩，并能镇静。《陈素庵妇科补解》治疗漏胎，主张“大补气血，用十二味安胎饮（即八珍去川芎加黄芪、阿胶、麦冬、牡蛎、枣仁）”。



金元四大家中最有代表性的是朱丹溪，他在《丹溪心法·金匱当归散论》中说：“妇人有孕则碍脾，运化迟而生湿，湿而生热，古人用白术、黄芩为安胎之圣药，盖白术补脾燥湿，黄芩清热故也，况妊娠赖血培养，此方有当归、川芎、芍药，以补血尤为备也。”张仲景原意并无突出黄芩、白术为安胎圣药，但由于朱丹溪对当归散的理解也有一定的道理，后人有的执而用之，由此形成了使用黄芩、白术安胎的学术争鸣，对后世直到今天仍有影响。现代对加味寿胎丸的拆方研究发现，黄芩对子宫平滑肌收缩有较强的抑制作用而安胎。

明代《景岳全书·妇人规》，广泛论述安胎的理、法、方、药。在“胎孕类”指出：“盖胎气不安，必有所因……去其所病，便是安胎之法”，继承了张仲景祛病以安胎的思想。在“安胎”条中说：“胎气有虚而不安者，最费调停。然有先天虚者，有后天虚者，胎元攸系，尽在于此。”又在“胎漏”条中说：“若父气薄弱，胎有不能全受，而血之漏者，乃以精血俱亏……凡此皆先天之由。”首先提出先天虚、后天虚和父气薄弱可导致胎动不安的机理，有的是无可为力的先天禀赋问题，创制补气养血、固肾安胎，治妇人冲任失守、胎元不固不安的胎元饮随证加减。在“妊娠卒下血”条中又指出火

热、郁怒、胞宫受伤、脾肾气陷导致的妊娠卒然下血皆动血之最,指出“以上诸动血证,若去血未多,血无所积,胎未至伤而不止者,宜凉则凉,宜补则补,唯以安之、固之为主治”的辨证论治安胎法。又在“胎动欲堕”中指出,“若腹痛血多,腰酸下坠,势有难留者,无如决津煎、五物煎助其血而落之,最为妥当”的下胎法。说明张景岳抓住胎动不安的四大症状(即腹痛、下血、腰酸、下坠)的动态观察以决定安胎还是下胎,在临床很有实用价值。并指出出血过多、蓄积胞宫,欲与留之有不可得,和胎死不下者,当速去其胎以救母。完善了“治病与安胎并举”和“下胎益母”的妊娠病两大治疗原则,至今仍指导临床实践。

张景岳对于“数堕胎”(滑胎)的病因病机认为是禀质素弱、年力衰残、忧怒劳苦、色欲不慎而盗损生气,跌仆、饮食伤其气脉所致。并指出,“况妇人肾以系胞,而腰为肾之府,故胎妊之妇,最虑腰痛,痛甚则坠,不可不防。故凡畏堕胎者,必当察此所伤之由,而切为戒慎。凡治堕胎者,必当察此养胎之源,而预培其损,保胎之法,无出于此。若待临期,恐无及也”,选用胎元饮、芍药芎归汤、泰山盘石散、千金保孕丸,认为“皆有夺造化之功”。治疗“数堕胎”强调预培其损,培补养胎之源以保胎,是张景岳安胎学术思想的又一特色。

此外对于“胎不长”的病机,张景岳同样重视血气、脾肾、冲任之亏损,治以补、固、温、清,随机应变。在安胎用药中,张景岳对朱丹溪提出的“黄芩、白术乃安胎圣药”之说提出异议,认为“执而用之,鲜不误矣”。张景岳的安胎学术思路清晰、严谨,环环相扣,病因病机全面,辨证论治实用。强调预培其损,是历代医家对安胎学术理论 and 方药及预防最全面者,至今仍能指导临床实践和科研工作。

清代《傅青主女科》下卷的“妊娠”和“小产”两篇中共记载 17 条,每条理方药齐全,其中有关安胎的占有 14 条,归纳有:滋肾补肾安胎法、益气安胎法、暖宫安胎法、脾肾双补安胎法、养肝安胎法、清热安胎法、养血安胎法。在继承、发扬的同时,亦见创新。尤其是脾肾双补的安奠二天汤“补先后二天之脾与肾,正所以固胞胎之气与血”,而脾肾虚弱所致的胎漏、胎动不安、滑胎正是临床上最常见的证型。活血安胎法主要是针对跌仆闪挫致瘀,损伤胎元而设,用量应较轻。后世王清任《医林改错》提出有瘀血而致滑胎,用少腹逐瘀汤治之的学术观点,进一步发展了活血祛瘀安胎法。

《叶天士女科证治》提出“保胎以绝欲为第一要策”,具有节欲以防病的鲜明观点,是中医保胎强调“孕后分房静居”观点的代表。

张锡纯《医学衷中参西录》创补肾安胎的寿胎丸以防治滑胎,已成为现代临床应用最多的防治先兆流产和习惯性流产的安胎基础方,今人从临床和实验总结等方面对其安胎机理进行了广泛的研究。

中医安胎法启蒙于春秋战国,发源于汉代,发展于唐宋,提高创新于明清。强调辨证论治,经历代不断发展,创造了健脾安胎法、调理肝脾安胎法、养血安胎法、清热安胎法、暖宫安胎法、清肝安胎法、补肾安胎法、补肾健脾安胎法、逐瘀安胎法、绝



欲保胎法和逐月养胎法。同时重视动态观察胎动不安、数堕胎四大症即腰酸、阴道下血、腹痛、下坠的变化,如出现势有难留时,应下胎。并强调对反复流产应“预服”和预培其损以预防再堕的三级预防思想。

我们提倡,在学习应用中医经典安胎术的过程中要去其糟粕,取其精华,并把传统的安胎、养胎方法与现代医学知识有机地结合起来,传统与时尚的结合,必将使生命之花更加灿烂。

中医 解析

中医安胎术是中医妇科学中颇有优势和特色的治法之一。它是根据中医妇科理论,对妊娠腹痛、胎漏、胎动不安、滑胎、胎萎不长一类可安之胎实施预防和治疗,以期达到未孕先防,孕后及早安胎、养胎、长胎、保胎,直到“瓜熟蒂落”、“粟熟自脱”,保产无忧,足月分娩健康后代为目的的综合疗法。深刻认识和理解中医安胎法的科学内涵,将对人类生殖健康发挥更大的作用。

医家箴言

【原文】女子之胞,子宫是也,亦以出纳精气,而成胎孕者为奇。

——《类经·藏象类》

诠释:

胞宫具有行经和孕子的生理功能,受孕的胞宫不再行经,随着胎儿的生长,胞宫也逐渐增大。这里的“奇”,即异的意思,女子胞为中医的奇恒之腑。

二、影响安胎养胎的因素



影响安胎养胎的药物

正常使用药物可以治疗疾病,有利于人体健康,但是使用不当就会造成不良反应,尤其发生在孕妇身上则对胎儿危害更大。例如抗癌药、激素类药、抗生素药、镇



静药、催眠药、镇痛药、麻醉药、解痉药、抗疟药、抗癫痫药、抗凝血药、降压利尿药、抗糖尿病药、抗结核药、抗甲状腺药等,都能直接破坏发育尚不成熟的胚胎,使其形态、结构上发生异常,并能使胎儿神经、呼吸、血液等系统受到伤害。因此,孕妇在使用药物时要特别慎重,孕期尽量不要用药,尤其是在怀孕初期(1~4个月)。如果病情需要用药,必须在医生的指导下使用。

尽管现在孕妇要小心吃药的观念已经深入人心,然而几十年前,孕妇并没有特殊的服药禁忌,直到20世纪50年代“反应停事件”向人们敲响了第一声警钟后,越来越多的试验和临床调查才让人们逐渐认识到,胎盘屏障并不能阻挡住所有药物进入胎儿的血液循环,尤其是一些小分子药物。



那么,对于孕妇和准备怀孕的人来说,该如何保证孕期的用药安全呢?

有不少药物会对胎儿造成不良影响,但药物的不良反应在整个孕期的不同时段,危害性是不同的。在受精后最初的两周,即第3~4孕周,若受精卵受到药物影响可能有两种结局。如果药物严重危害了受精卵,导致它无法正常分裂、发育,就会在孕早期自然流产。另一种可能就是,药物并没有对受精卵造成“致命性”伤害,那么受精卵就会通过超强的自我修复能力挽回损伤,并继续发育成一个正常的胎儿。因此,如果不小心在这个阶段服药,可以采取顺其自然的态度。受精后3~8周(即停经5~10周),是胚胎器官分化发育的关键阶段,此时细胞开始定向发育,受到有害药物的作用后即可产生形态上的异常而致畸,因此这一段时间是致畸高度敏感期,但具体到不同的系统、器官,最敏感的时间也还有差别。

药物可能对胎儿造成的严重不良反应大多数集中在停经5~10周,而在其后的漫长孕期中,虽然各个系统还会继续发育完善,但大多是功能上的影响,基本不会形成如无脑儿、先天性心脏病、严重肢体缺失等严重的畸形。但是,由于大多数药物对胎儿的影响集中在早期,而此时有相当多的孕妇还不知道自己已经怀孕了,于是就导致了后来的整个孕期提心吊胆或不得不引产等。

要想尽量避免药物对胎儿的影响,不应该等到已经怀孕再考虑,最理想的状态是在准备怀孕阶段就开始考虑。在国外的推荐做法是,所有的孕龄女性,假如没有避孕措施准备怀孕,那么在选择服药的过程中就要通过咨询医生,尽量选择安全性高的药物。对于那些原本就有慢性病的女性,首先要选择病情稳定,可以停药或通过小剂量药物控制病情的阶段准备怀孕。需要继续服药的患者,应在医生的帮助下