

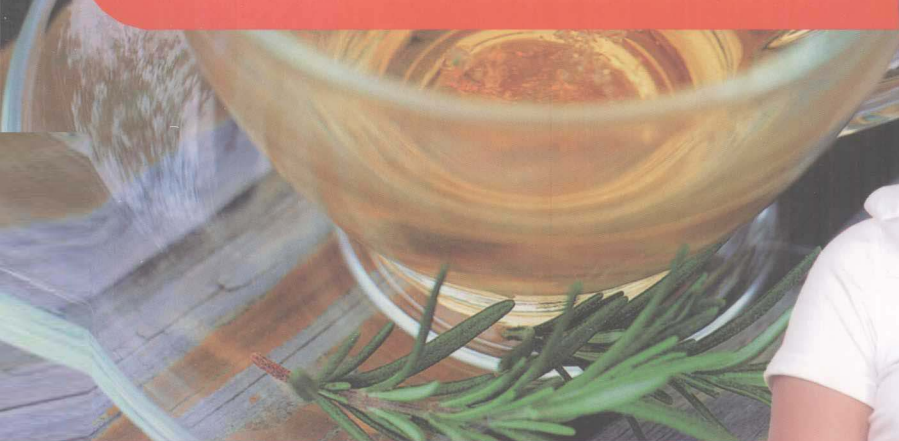


中医经典

助孕秘籍

主编 张淑杏 谢英彪

凤凰出版传媒集团
江苏科学技术出版社



助孕护胎 经典良方
听中医解析 遵医家箴言





中医经典 助孕秘籍

主编 张淑杏 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

中医经典助孕秘籍/张淑杏等主编. —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—6330—0

I. 中… II. 张… III. 不孕症—中医治疗法
IV. R271.14

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008) 第 169056 号

主 编	张淑杏	谢英彪			
副 主 编	孙剑秋	虞丽相			
编 著	林中德	黄胜良	沈书白	吴承奋	
	黄俊生	吴雪叶	张雪真	张琼娟	
绘 图	蔡盈盈				

中医经典助孕秘籍

主 编	张淑杏	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	13.25	
字 数	240 000	
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—6330—0
定 价	24.00 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,图书市场上助孕的书籍颇多,但系统介绍中医经典助孕知识与技术的书籍却不是很多。为了弥补这一缺憾,我们组织了有关专家,从浩瀚的中医助孕秘籍中挖掘、整理和研究出较为系统,如今仍有很高实用价值的中医助孕知识与技术,采用通俗易懂、深入浅出的文字,编撰成《中医经典助孕秘籍》。本书从中医对性与受孕的认识谈起,详细介绍了女性不孕的中医防治、男性不育的中医防治,以及助孕护胎的方法、流产的良医治疗等,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,也更便于读者理解和运用中医经典助孕护胎知识与方法。

怀孕对于女人来说是一种幸福,一种责任。因此,每对不孕夫妇,不仅要掌握近代助孕知识,而且从中医学这个宝库中汲取助孕知识也十分必要。祝愿不孕症患者能幸获妊娠,生出一个健康活泼的小宝宝。

愿《中医经典助孕秘籍》能成为不孕夫妇的良师益友。

编著者

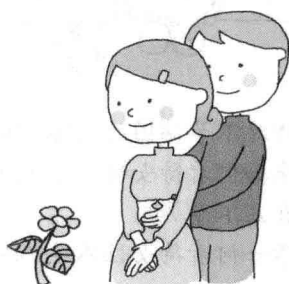


目录

CONTENTS

第一篇

性与受孕



一、中医论性 /1

- 我国古人对性器的崇拜 /1
- 中医对性征和性生活的认识 /2
- 中医对生殖的认识 /4
- 中医提倡适龄生育 /5
- 中医主张婚前体检 /6
- 中医主张节欲有利于优生 /7
- 中医解析·医家箴言 /8

二、中医对受孕的认识 /8

- 受孕的最佳年龄 /8
- 受孕的最佳季节 /9
- 受孕的最佳环境 /10
- 受孕的最佳心理 /10
- 受孕的最佳时间 /12
- 受孕“十避”/13

孕前的中医调养 /15

怀孕的征象 /16

中医解析·医家箴言 /17

三、性和谐助受孕 /18

- 性生活过频与不育 /18
- 经期性交与不孕 /19
- 性交姿势与不育 /20
- 精子的质量与性交频率有何关系 /21
- 性病是不育的重要原因吗 /21
- 性生活的时机如何选择 /22
- 环境污染会毁了人的生育能力吗 /23
- 不孕不育的夫妇生活上要注意什么 /24
- 如何适时安排性生活 /24
- 压力与抑郁和不孕有何联系 /24
- 情绪对身体有何影响 /25
- 不孕不育夫妇如何寻求心理帮助 /26
- 如何让心情放个假 /27
- 中医解析·医家箴言 /28



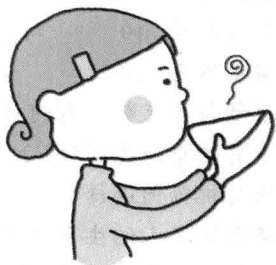


第二篇

女性不孕症的防治

一、女性不孕症的原因 /29

- 女子不孕的原因 /29
- 情绪因素引起女子不孕 /30
- 卵子是从哪里制造出来的 /31
- 女性有多少卵子 /32
- 子宫的结构是怎样的 /33
- 胎儿在子宫内是怎样生长发育的 /34
- 哪些子宫疾患可以影响怀孕 /35
- 月经从何而来 /36
- 如何掌握自己的月经周期 /37
- 阴道有何作用 /38



- 中医著作对不孕病因的记述 /39
- 中医临床如何看待女性不孕 /40
- 什么是宫寒不孕 /45
- 现代医学如何看待女性不孕 /45
- 女性不孕症状有哪些 /47
- 女性性功能障碍会造成不孕吗 /48
- 有哪些方法可以知道是否受孕 /50
- 女性不孕症需要做哪些检查 /51
- 中医解析·医家箴言 /51

二、女性不孕的中医治疗 /52

- 中医对调经的理解 /52
- 女性不孕的辨证论治 /54
- 中医人工周期疗法治不孕 /56
- 不孕症可选用哪些中成药 /58
- 不孕症的按摩治疗 /59
- 中医解析·医家箴言 /60

三、中西医结合治疗各种女性不孕症 /60

- 宫颈黏液异常引起不孕的中西医结合治疗 /61
- 黄体功能不全引起不孕的中西医结合治疗 /62
- 子宫发育不良引起不孕的中西医结合治疗 /63
- 子宫内膜增生过长引起不孕的中西医结合治疗 /63



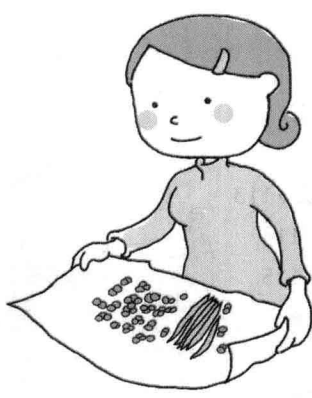
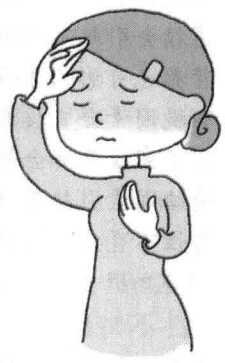


- 子宫内膜异位引起不孕的中西医结合治疗 /64
- 不排卵引起不孕的中西医结合治疗 /66
- 多囊卵巢引起不孕的中西医结合治疗 /67
- 输卵管阻塞引起不孕的中西医结合治疗 /68
- 免疫反应引起不孕的中西医结合治疗 /70
- 盆腔炎引起不孕的中西医结合治疗 /71

中医解析·医家箴言 / 72

四、女性不孕的调养 / 73

- 不孕女性如何调养 /73
- 女性如何保持适量的体育锻炼 /74



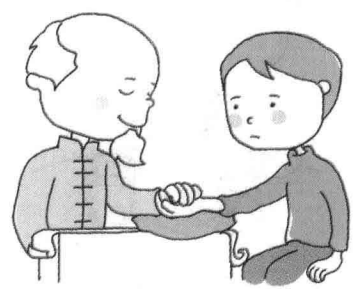
- 身体过瘦的人不孕应增加体内的脂肪 /75
- 身体过胖的人不孕应减少体内脂肪 /76
- 应用促排卵药物应注意什么问题 /76
- 不孕的心理因素有哪些 /77
- 如何应对性洁癖引起的不孕 /80
- 不孕女性的心理障碍如何调节 /81
- 月经不调的饮食调养 /82
- 月经先期吃什么 /83
- 月经后期吃什么 /85
- 月经先后无定期吃什么 /86
- 月经过多吃什么 /88
- 月经过少吃什么 /90
- 中医解析·医家箴言 /91

第三篇

男性不育症的防治

一、男性不育症的原因 / 93

- 何谓不育症 / 93
- 中医对男性不育症的认识 /94
- 如何知道精子的状况 /95
- 哪些行业男性不育比例最高 /96
- 健康精子怕烟、酒吗 /97
- 早泄会引起不育吗 /97
- 不射精会引起不育吗 /98





- 阳痿会引起不育吗 /99
- 遗精会引起不育吗 /100
- 营养也可影响男性生育吗 /100
- 环境因素会直接影响精子吗 /102
- 男子穿紧身裤会导致不育吗 /102
- 情绪因素引起男性不育 /103
- 男性不育症可否预防 /104

中医解析·医家箴言 / 104

二、男性不育症的中医治疗 / 105

- 中医如何治疗男性不育症 /105
- 男性不育症的辨证论治 /107
- 治疗男性不育症的中成药有哪些 /108
- 男性不育症的中成药辨证治疗 /110

中医解析·医家箴言 / 111

三、中西医结合治疗男性不育症 / 111

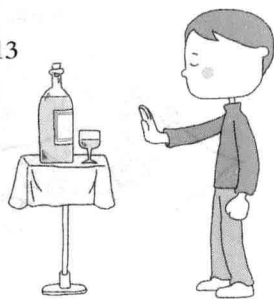
- 中西医结合治疗少精症引起的男性不育症 /111
- 中西医结合治疗精索静脉曲张引起的男性不育症 /113
- 中西医结合治疗生殖道感染引起的男性不育症 /114
- 中西医结合治疗精液不液化引起的男性不育症 /115
- 中西医结合治疗精子畸形引起的男性不育症 /116
- 中西医结合治疗不射精引起的男性不育症 /117
- 中西医结合治疗精子免疫引起的男性不育症 /118
- 中西医结合治疗输精道阻塞引起的男性不育症 /119
- 中西医结合治疗性功能障碍引起的男性不育症 /120

中医解析·医家箴言 / 121

四、男性不育的调养 / 122

- 为什么生殖疾病会悄悄流行 /122
- 男性为什么要避免洗热水澡和穿紧身裤 /123
- 男性不育症患者如何查找病因 /123
- 如何面对阳痿 /125
- 精液不液化怎么办 /126
- 精液量过少怎么办 /126
- 男性不育症如何进行饮食调养 /127
- 男性不育症吃什么 /128

中医解析·医家箴言 / 130





第四篇

助孕护胎

一、助孕护胎方法多 / 131

中医如何助孕 / 131

中医如何护胎 / 133

正确使用保胎药 / 134

三种对助孕护胎最有益的中药 / 136

如何提高一次性受孕成功率 / 136

注意饮食营养 / 138

补充维生素和矿物质 / 139

放弃吸烟 / 141

停止饮酒 / 142

避免接触杀虫剂 / 143

远离电磁场 / 144

警惕化学性有害物质 / 146

慎用药物 / 147

避免使用麻醉剂 / 147

中医解析·医家箴言 / 148

二、流产的防治 / 149

什么是流产 / 149

哪些原因可致流产 / 150

流产的中医病因病机有哪些 / 150



中医如何辨证施治流产 / 151

先兆流产的中医治疗 / 154

习惯性流产的中医治疗 / 156

谢英彪教授运用寿胎丸加减方治
疗习惯性流产 / 157

滑胎如何辨证论治 / 159

滑胎患者如何用中成药保胎 / 161

如何选择“流”与“留” / 162

先兆流产应该怎么保胎 / 163

有流产史的孕妇如何保胎 / 164

先兆流产者如何护理 / 165

流产后如何自我心理调整 / 166

有自然流产史为何不宜做孕妇保
健操 / 166

孕妇旅行怎样防止流产 / 167

助孕护胎的食疗方有哪些 / 168

防治流产可选用哪些药茶 / 169

防治流产可选用哪些药粥 / 170

防治流产可选用哪些羹汤 / 171

护胎药膳食谱有哪些 / 173



先兆流产如何食疗 /174

先兆流产如何用药膳调理 /175

习惯性流产如何用药膳调理 /176

孕妇要怎样避免意外流产 /178

为什么妻子怀孕后要节制房事 /180

如何选择再次妊娠的适当时间 /182

免疫治疗后允许妊娠的条件有哪些 /183

再次妊娠前后如何做好优生咨询 /183

再次妊娠后如何做好宫内诊断 /185

中医解析·医家箴言 / 186

三、中医药纠正胎位 / 186

胎位不正的表现 / 186

胎位不正的危险 /187

中医药纠正胎位的方法 /188

中医解析·医家箴言 / 189

四、前置胎盘出血的中医治疗 /190

什么是前置胎盘 / 190

前置胎盘的信号 / 191

中医药防治前置胎盘出血 / 191

中医解析·医家箴言 / 192

五、羊水过多的中医治疗 / 192

什么是羊水过多 / 192



羊水过多有何危害 /193

中医治疗羊水过多 /194

哪些药茶能治疗羊水过多 /194

哪些药膳能治疗羊水过多 /195

中医解析·医家箴言 / 195

六、宫外孕的中医治疗 / 196

哪些因素可致宫外孕 /196

宫外孕的主要表现 /197

宫外孕的中医治疗 /197

中医解析 / 198

七、胎死腹中的中医治疗 / 198

什么是胎死腹中 / 198

哪些中药方能治疗胎死腹中 / 199

哪些药茶能治疗胎死腹中 /199

哪些药膳能治疗胎死腹中 /200

胎死腹中的针灸疗法 /200

中医解析·医家箴言 / 200



第一篇 性与受孕



一、中医论性



我国古人对性器的崇拜

《礼记·礼运》中指出：“饮食男女，人之大欲存焉。”唐代孙思邈也说：“男不可无女，女不可无男。”可见中医早就认为，人的性要求和性活动就像食欲和进食一样，是人的自然本性，是生活中正常的需求。那么，古人是怎样认识性生理现象的呢？

从殷墟出土的甲骨文中可以看出，古人称男性为“士”，女性为“女”，而且还有对男性外生殖器官、女性性征乳房等的叙述。古人不仅对人类的生殖器官在石壁、石窟中做生动形象的描绘，而且对生殖器十分崇拜。中国历史上的生殖器崇拜最初表现的是对女性生殖器的崇拜。中国古代祭神的祭坛称之为“社”，社是建在露天场所的一个方坛，有以土堆砌的一个高冢，或设置作为社神象征的神石，称作“石主”。这些石主和冢土即是女性乳房的象征。在考古发现的许多石刻偶像中，女性的乳房和外阴部常常被夸张，而且非常醒目。云南剑川的阿夹白，四川广元县东门的女阴石等，都反映出对女性生殖器的崇拜。中国少数民族之一的纳西族，认为生育女神



是他们最高的保护神,女神名叫“那蹄”,她的形象特点是乳房大、肚子鼓、阴部凸起,具有非常鲜明的女性特征。在甲骨文中,“母”字像一个跪坐的人形,而字形中突出地刻画了乳房的形状。

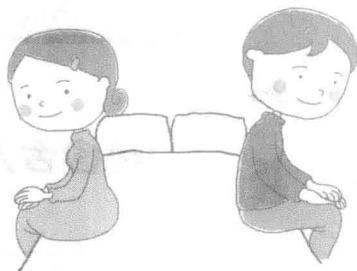
在各地考古发现中,也有不少男性生殖器崇拜的刻画遗迹,所表现的是勃起状态的阴茎。在皖南南陵的宣城地区,田地里竖有一个和尚的石像,其性器大得出奇,当地人经过,总喜欢触摸瞻拜,以求赐福。中国的“祖”字最能反映男性生殖器崇拜,它来源于“且”,而这“且”事实上就是男性生殖器的象征。甲骨文中的祖字,实际上是一个人揖拜于“且”的象形字。

古人尽管无法理解男女性交而引起受孕、分娩的生理变化,但他们凭着自己的生理本能对性的生育功能有着直感的体验。当他们为婴儿的降生而惊喜、欢呼的时候,就很自然地把由热爱新生命而产生的感激之情归结于性器官本身,于是,对性器官的神秘感和崇拜感就油然而生。



中医对性征和性生活的认识

在中医的典籍中,男性的外生殖器被看作是泄精、交合、生殖的器官;男子睾丸统称阴囊,阴茎则有很多雅名,如称为“阳道”、“阳具”、“玉茎”、“龟头”、“阴器”等。



中医典籍中对女性生殖器的描述则更为详尽。“阴户”、“玉门”是妇女外生殖器官的解剖术语。“阴户”一词最早见于《妇人大全良方》,“玉门”一词最早见于《脉经》。“阴户”包括妇女阴蒂、大小阴唇、阴唇系带及阴道前庭等部位,又称“四边”、“生户”;“玉门”是指阴道口和处女膜的部位,为了区别已婚、未婚等情况,这个部位也可别名为“龙门”、“胞门”。关于“阴户”、“玉门”的功能,《诸病源候论》载有“玉门、四边,主持关元,禁闭子精”的句子,说明它们是生育胎儿、排出月经、带下、恶露的出口,也是与男子性器交接的入口。

“阴道”、“子门”是妇女内生殖器官的一部分,“阴道”一词见于《诸病源候论》,“子门”一词最早见于《黄帝内经》。中医学的“阴道”,与现代解剖学中阴道的名称、位置是一致的,它又别名为“地道”、“中黄门”、“子肠”,是娩出胎儿、排出月经、带下、恶露的通道,是合阴阳、防御外邪的关口。中医学的“子门”,相当于现代解剖学子宫颈内外口的部位,又名“子户”、“胞门”,是排出月经、精子游入、胎儿娩出的要道。



胞宫是女子的重要内生殖器官,关于它的记载最早见于《黄帝内经》,又称女子胞。子宫、子脏是中医学关于女性内生殖器官的固有术语,两者同出于《神农本草经》。需要指出的是,现代医学的“子宫”是说子宫的实体,而中医学的“子宫”包括着子宫实体和它的附件(卵巢、输卵管)。子宫、胞宫、子脏名异而实同,主要有排卵、受精、排出月经和孕育胎儿的功能。

原始人的两性关系是极其自由的,处于无环境选择和无限制的杂交状态。他们不懂得性活动的意义,只是由于性成熟之后体内性激素分泌而产生强烈的性冲动导致的交配行为。最初的人类女性也有周期性的发情期,产生如醉如狂的心理反应,以及伴随着性交之后的性紧张消失,达到了性的满足,恢复平静状态。同样,在性成熟的男性身上也存在这种紧张—性交—松弛的活动规律。这种本能的冲动及伴随而至的快感与满足是如此的兴奋和强烈,使得原始人以为是神的魔力而对性交表现浓厚的兴趣和崇拜。由于原始人常在野地中和陌生异性进行交配,因此古书上称之为“野合”。

随着人类文明的进步,性交对象有所选择,环境从野外移往房中,性交行为和过程从公开暴露转为隐蔽秘密。此时,古书上称性交为“房事”,并且有不少同义雅名,如“行房”、“房中”、“房室”、“房帟”、“入房”、“同房”、“同居”、“同床”、“云雨”、“阴阳交”、“合阴阳”、“交媾”、“媾精”等。从“野合”到“房中”,这是人类性生活质量和技巧的一个飞跃。与此同时,古人结合房事中的技巧,进一步重视研究两性交合和谐和促进身体健康的方法,于是出现了“房中术”。

早在春秋战国时期,我国就有专门从事两性阴阳炼气和采战之类房术研究的“房术家”,其人数和著述不少。据《汉书·艺文志·方技略》中所列《容成阴道》、《务成子阴道》等房中术的书共8家,186卷,可见古人对此重视的程度,可惜这些著作皆已失传。20世纪70年代初,从长沙马王堆一号和三号汉墓中出土的竹简医书共14种,其中如《养生方》、《合阴阳方》等都记载了房中术的问题。诞生于同一时期的我国最早的一部医书《黄帝内经》,也有不少篇幅论述了房事与人体的关系。以后历代医家也从医学角度对房事与人体生理、病理关系进行了研讨,提出了许多科学的见解,如认为“人不可以阴阳不交,坐致疾患”。“男子以精为主,女子以血为主,精盛则思室,血盛则怀胎。若孤阳绝阴,独阴无阳,欲火炽而不遂,则阴阳交争,乍寒乍热,久则成痿。”“房中之事,能生人,能煞人,譬如水火,知用之者,可以养生;不能用之者,立可尸矣。”





在古代医书中,还对房事方法进行探讨,认为夫妻交合技术得当,不仅能使双方得到性的满足,还有利于身心健康。如明代《万密斋妇科》中说:“男女情动,彼此神交,然后行之,则阴阳和畅,精血合凝。”清代著名妇科医生沈金鳌在《妇科玉尺》中还详细记载了性生活过程中的生理、心理反应:“未交之时,男有三至,女有五至。男子三至者,谓阳道奋昂而振者,肝气至也;壮大而热者,心气至也;坚物而久者,肾气至也。三至俱足,女心之所悦也。若痿而不举,肝气未至也,肝气未至而强合,则伤其筋,其精流滴而不射实;壮而不热者,心气未至也,心气未至而强合,则伤其血,其血精清冷而不暖矣。坚而不久者,肾气未至也,肾气未至而强合,则伤其骨,其精不出,虽出亦少矣。……女子五至者,面上赤起,眉靥乍生,心气至也;眼光涎沥,斜视送情,肝气至也;低头不语,鼻中涕出,肺气至也;交颈相偎,其身自动,脾气至也;玉户开张,琼液浸润,肾气至也。五气俱至,男子方与之合,则情洽意美。其候也有五:娇吟低语,心也;合目不开,肝也;咽干气喘,肺也;两足或屈或伸,仰卧如尸,脾也;口鼻气冷,阴户沥出粘滞,肾也。有此五候,美快之极,男子识其情而采之,不唯有子,且有补益之助。”唐代名医孙思邈也早就强调,房事必须先“徐徐嬉咬,神和意志良久”,“合阴阳”才能“令人益寿”;而“大喜大悲……皆不可合阴阳”。

马王堆出土的医书《养生方》中记载的房中术“七损”、“八益”,更是对性生活中的具体心理状态和姿势技巧作了详尽的描述。由此可见,中医对性生理和性心理的研究已有两三千年的历史。



中医对生殖的认识

中医很早就已认识到两性性交对于生育子女、繁衍后代的意义。如《黄帝内经·素问·上古天真论》说:“阴阳和,故能有子。”《灵枢·天年》篇说:“人之始生,以母为基,以父为楫。”《灵枢·决气》篇更明确指出:“两神相搏,合而成形,常先身生,是谓精。”这就是说明,通过夫妇性交,阴阳两精相合受精,才能形成胚胎,在母体中生长,产生新的生命。

《黄帝内经》中指出,“肾气盛,则有子。”《黄帝内经·素问·上古天真论》中详细地描述了男女各年龄阶段由于肾气盛衰的变化而出现生殖能力的相应变化。书中说:女子7岁、男子8岁左右,肾气渐充,就有齿更发长的变化;女子14岁、男子16岁左右,肾气旺盛,有一种“天癸”的物质促使生殖机能成熟,于是女子有月经按规律出现,男子有遗精的现象,此时如两性相交,就能生育子女。女子35岁、男子40岁以后,肾气渐衰,生气日减,生殖功能也会相对减弱。女子49岁、男子64岁左右,



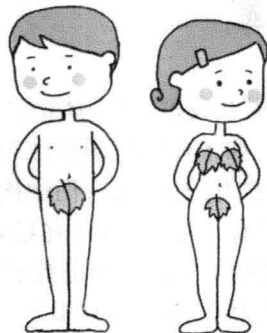
由于肾气衰,天癸竭,于是月经闭止,生精功能退化,生殖能力基本消失,就不会再生育子女。

中医的补肾方药对男性有保护性腺、强壮性能力、激发雄性激素、促进生殖功能、加速修复生殖器官的炎症损伤等作用,对女性能促使性腺发育和改善内生殖器官功能,纠正下丘脑—垂体—卵巢功能失调而促使排卵,改善子宫内膜种植受精卵的环境,从而有利于男女双方的生育。由此可见,中医的“肾”,是人体性功能的物质基础和动力能源,也是孕育新生命的生殖之本。



中医提倡适龄生育

晚婚和适龄生育,有利于夫妇健康和后代优生,对于这个道理,古人也早有一定的认识。《周礼》中说:“令男三十而娶,女二十而嫁。”《礼记》中说:“三十曰壮,有室。”公元79年东汉班固等编撰的《白虎通德论》中进一步指出:“男三十筋骨坚强,任为人父,女二十肌肤充盛,任为人母。”



按照当时古人对人的生长发育过程和生殖功能的观察,曾经生动地描述:“女子二七而天癸至……月事以时下,故有子,男子二八肾气盛,天癸至,精气溢泄,阴阳合,故能有子。”这是说女子14岁月经来了,男子16岁有排精现象,就有了生殖能力,那又为什么要强调晚婚,“三十而娶”、“二十而嫁”呢?

针对这个问题,公元5世纪南齐有本《褚氏遗书》中讲了一段故事。当时建平孝王有许多年轻美貌的妃姬,可惜都不生育,孝王无子传位,非常着急,又选择了民间未成年的女子入御作妾,依然无子。于是孝王问医生褚澄:我为什么不会生育?褚澄答道:“合男女必当其年,男虽十六而精通,必三十而后娶;女虽十四而天癸至,必二十而嫁。皆欲阴阳气完实而交合,则交而孕,孕而育,育而为子坚壮强寿。”意思是说无论男性或女性,有了性功能不能就立即成婚,必须等女子20岁以后,男子30岁以后生理机能完全成熟了,然后结婚生育,后代可以“坚壮强寿”。褚澄接着还直截了当地给孝王指出:因为大王娶的都是未笄之女(未成年的女子),而“未笄之女,天癸始至,已近男色,阴气早泄,未完而伤,未实而动,是以交而不孕,孕而不育,育而子脆不寿。”这就是大王所以无子的原因。他明确强调了早婚或过早的两性关系可以造成不孕症,即使偶然生育了,后代也体质脆弱容易夭折。

《褚氏遗书》中还指出,早婚的人往往“五体有不满之处,异日有难状之疾”。所

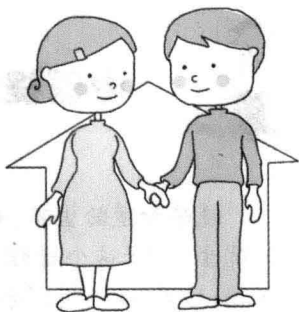


谓“五体不满”，是指早婚会给男女双方带来生理功能失调以及影响发育的疾病；所谓“难状之疾”，是指性机能失调和生殖系统疾病。古人对于早婚可引发“异日有难状之疾”的预言，与现代医学所证实的早婚可使妇女宫颈癌发病率增高的观点是一致的。

当然，古人提出的“男三十而娶，女二十而嫁”的婚龄与现在提倡的晚婚年龄有一定差异，但足以说明我国古代就已认识到晚婚对于夫妇健康和后代优生的意义了。



中医主张婚前体检



男女成婚，当先体检，这个观点在宋代已有医生提倡。如宋代陈自明在《妇人良方》中说：“凡欲求芋，当先察夫妇，有无劳伤痼疾，而依方调治，使内外和平，则有子矣。”指出在结婚之前，男女都应进行体检，以察明双方是否患有不宜结婚或暂时不宜结婚的疾病。如有“劳伤痼疾”等慢性病，应先予调治，待病愈之后才能结婚，以免因为父母之疾而影响后代。

婚前体检还可了解有否生殖系统的缺陷，如明代的《广嗣纪要·择配篇》中曾提到婚姻的“五种不宜”。中医认为，生殖缺陷表现在男性方面的有：“天”，即先天性无阴茎或睾丸及第二性征发育不全；“漏”，严重早泄、滑精或龟头下裂，影响射精；“槌”，已被切除阴茎或睾丸；“怯”，严重阳痿或无性欲；“变”，两性畸形，即“阴阳人”。此为“五不男”，即五种不能生育的男子。生殖缺陷表现在女性方面的有：“螺”，指阴户中有螺旋纹，类于瘢痕性阴道狭窄；“纹”，即先天性阴道狭小或缺陷，称石女；“鼓”，阴道口无孔窍，如鼓皮蒙住，类似处女膜闭锁；“角”，指阴蒂过长，类似阴阳人；“脉”，终生无月经，或经常闭经。此为“五不女”，即五种不能生育的女子。此外，婚前体检还尤其重视对男子的检查，如宋代名医陈无择强调，“更当察其男子之形气虚实何如。有肾虚精弱，不能融育成胎者；有禀赋微弱，气血虚损者；有嗜欲无度，阴精衰惫者”，都暂时不宜结婚生育。在汉代文献中还有“有女不嫁消渴病”的记载。这些婚前检查发现的疾病，有的可以治疗或矫正，需恢复正常后再结婚生育。



婚前体检发现疾病，还有利于避免婚后房事促使疾病恶化。根据中医的经验，凡患肺癆、臌胀、癲狂、消渴、黄疸、中风、噎膈、淋浊等疾病的患者，如冲喜结婚，不但不会生育出健康的孩子，还会因新婚房事刺激劳累而加重疾病，甚至殃及生命。



结婚前的身体健康检查是十分的必要的。凡患有严重疾病足以影响配偶和后代,或结婚后对本人恢复健康不利以及因严重生理缺陷不能进行性生活的人,都不能结婚。譬如:严重智力低下者(先天愚型、克汀病等);严重的心、肝、肾、肺、脑等实质器官病变的急性期,进行期;严重的精神分裂症,其病情反复发作者,可传染的麻风病、梅毒、淋病等未治愈前,无法矫正的生殖器官畸形,婚后不能进行性生活者。

由此可见,中医提出的婚前体检对现代的婚前健康检查在内容和意义上有很大的借鉴参考价值。



中医主张节欲有利于优生

中医认为,结婚后注意行房有度,对性生活的频率有一定的节制,则有利于健康,也有利于优生。唐代著名医学家孙思邈认为:“人年二十者(此处的二十是指20到29岁,余类推),四日一泄;三十者,八日一泄;四十者,十六日一泄,五十者,二十日一泄;六十者,闭精不泄,若体力犹壮者,一月一泄。”当然,他的要求比较严格了些。根据现代健康青年夫妇的性生活一般规律,新婚燕尔,每两日1次;30岁以后,每三日1次;中年夫妇,每周1~2次,都不算性生活过频。当然,也要根据各人的体质情况,有的新婚青年夫妇每日1次,翌日并不感到疲劳,也属正常。但是,如果贪欢纵欲,性生活毫无节制,有的多达每日数次,房事后常感疲乏、心慌、气短、眩晕、腰酸,则会影响健康。房事过频后影响精子的质量,当然不利于优生。

《黄帝内经·素问·金匱真言论》上说:“夫精者,身之奉也。”父母之精,是人体的生命之源,生长发育的基础。后代的体质与智能,在很大程度上与父母禀赋的受精卵的质量有关。所以中医早就提出:

“胎产之道,始求于子,求子之法,男子贵在清心寡欲以养其精,女子应平心定志以养其血。”房劳过度,男子肾精不充,女子阴血不足,是造成不孕症的重要原因。《诸病源候论》特别指出:“肾气虚损,不能藏精,故精漏矣。若劳伤于肾,肾虚不能荣于阴器,故萎弱也。”还说:“丈夫无子者,其精清如水,冷如冰铁。”说明纵欲伤肾,不仅会引起阳痿、早泄的病变,还会由于精子稀少而不育。南宋有位养生学家愚谷老人,在《坤言》

现代医学证明,性生活过度可严重消耗体力,影响睾丸生精功能和卵巢排卵质量,造成内分泌功能和免疫功能紊乱,干扰受精和受精卵着床;此外,频繁的性生活还能导致生殖器官长时间充血和感染炎症,从而影响生育和优生。

