

中医论母乳喂养

中国中医研究院西苑医院
沈明秀 蔡莲香 编著

人 民 卫 生 出 版 社

中医论母乳喂养

沈明秀 蔡莲香 编著

人民卫生出版社出版

(北京市崇文区天坛西里10号)

人民卫生出版社胶印厂印刷

新华书店北京发行所发行

787×1092毫米 32开本 6印张 126千字

1988年10月第1版 1988年10月第1版第1次印刷

印数：00,001—6,650

ISBN 7-117-00692-7 R·693 定价：1.70元

〔科技新书目 169 — 138〕

内 容 提 要

《中医论母乳喂养》一书首先介绍中医对于优生优育的认识，论述中医对母乳喂养的知识、乳房的结构、乳房发育的生理变化；乳汁生成机理，产后缺乳的原因。同时对历代中医治疗缺乳和断乳的经验方，进行整理归纳，以及对部分催乳中药作了微量元素的测定。本书还较为全面系统地整理了针灸催乳的临床和实验研究，及哺乳期乳母的摄生和哺乳期常见乳疾的诊断与治疗。

本书是目前较为全面，系统地论述母乳喂养的中医专著，可供中医、西医和西学中临床工作者阅读，亦可供从事母乳喂养、促进乳汁分泌的科研人员学习参考。

序 言

近年来，我国城镇母乳喂养率有逐渐降低的趋势，为此，应尽快采取措施，积极开展母乳喂养科研工作，促进乳汁分泌，藉以提高母乳喂养和我国的人口素质。

母乳喂养不单是一个传统的简单的喂养方法，而且是具有复杂的生理和医学技术的问题。如何从中医基本理论来阐述乳汁生成机理，并用我国传统医学加以探讨有其重要意义。

中国中医研究院西苑医院妇科，她们从中医中药角度整理并编写了《中医论母乳喂养》一书，可供中医、西医和西学中临床工作者阅读，亦可供从事母乳喂养促进乳汁分泌的科研人员参考。希望今后有更多的同道在这方面继续进行研究和探讨。

中华人民共和国卫生部妇幼卫生司

前 言

儿童是人类的希望和未来。每对夫妇，每个家庭，广至世界各族人民都盼望培育出体质健壮、品德优良、智力发达的后代。

母乳是使婴儿健康成长的天然营养品和最理想的食物。母乳不仅有适合婴儿生长发育的各种营养素，而且有抵抗疾病的抗体和帮助消化的各种酶。通过母乳喂养，母婴间亲密的接触，对母子心理状态及婴儿的智力开发都极为重要，对母亲产后恢复也有好处。此外，母乳喂养的婴儿的发病率和死亡率也比人工喂养婴儿明显地降低。

我国是一个历史悠久的文明古国。母乳喂养是我国数千年来婴儿赖以生存，民族得以繁衍的优良传统。但是，近 20 多年来，由于种种原因，传统的母乳喂养逐渐地被人工喂养所代替，特别是一些大城市，母乳喂养率大幅度下降。譬如，北京市，50年代的母乳喂养率在城市达 80.9%，在农村高达 95.4%，而 1982 年北京市区的母乳喂养率只有 22.01%，郊区农村为 61.5%。又如上海市，目前母乳喂养率（以 4 个月时间计），市区为 23.0%，郊区为 79.9%。

西方经济发达国家，50年代和 60年代时，母乳喂养率均处于低潮，但是从 70年代以后，母乳喂养及母乳受到重视，母乳喂养率有明显上升，如瑞典母乳喂养率达到 80%。许多事实表明，母乳喂养率的下降对婴儿健康和生存会产生一定的影响。

我国政府历来关怀人民健康，十分重视母乳喂养率急剧

下降这一不良倾向。1982年10月，我国卫生部和联合国世界卫生组织在上海合作举办了“中国母乳喂养讨论会”。为了掀起一个母乳喂养的宣教高潮，中国母乳喂养讨论会发出了倡议书，这份极为重要的倡议书深受全社会的重视。现在，不少人除认识到母亲用自己的乳汁哺育婴儿既经济安全又方便，是神圣而光荣的天职外，还进一步了解到母乳喂养是促进婴儿身心发育，提高人口素质的关键之一。

当前，有不少母亲乐于母乳喂养，但苦于无乳或少乳。为解除这部分母婴之苦，作为医务工作者，特别是中医妇科医生，理应责无旁贷地效力。祖国医学是一个伟大的宝库，在母乳喂养方面已积累了非常丰富的临床经验，它散在于妇、儿科古籍中或流传于民间，尚无专著。一种责任感和民族自尊心驱使我们不辞艰辛，奋力去挖掘祖国医学宝库中的母乳喂养，从理论和经验方面加以整理成册，以扬我国医学和民族之长。

本书问世，将有助于从事促进乳汁分泌的科研人员的工作，我们诚望全国从事妇产科工作的医护人员，在中医中药催乳方面做大量的临床工作。我们还渴望从事基础理论研究的同志用现代科学的手段去探索中医中药催乳的机理。我们坚信国之瑰宝——中医中药催乳，经我们这一代人的共同努力，定会放出更加绚丽的光彩。

本书定有很多缺点和不足之处，谨盼同道批评指正。

本书在编写过程中得到了卫生部妇幼司、中医司的热情关怀和指导，中医研究院西苑医院针灸科闫润茗主任、妇科刘熙政主任为本书的编写提供了一些具体的帮助，特此一并致谢。

编著者

目 录

第一章 中医学的优生与优生	1
第一节 择配与种子	1
一、择配	1
(一) 慎重选择配偶重视婚前检查	1
(二) 提倡晚婚子壮寿长	4
(三) 杜绝近亲结婚提高人口素质	5
二、种子	7
(一) 种子与遗传	7
(二) 明交合时忌宜	8
第二节 胎教	9
一、中医对胎教的认识	10
(一) 胎教的起源	10
(二) 中医对胎教的重视	10
二、中医胎教的具体内容	11
(一) 重饮食调营养防胎疾	11
(二) 慎七情气血安不生病	17
(三) 慎起居适寒暑适劳逸	19
(四) 节欲清心以护胎元	22
(五) 禁忌烟酒保护母幼	24
(六) 慎用药勿损胎保母安	26
第三节 优生	32
一、提倡母乳喂养	32
(一) 人乳	33

(二) 选择乳母的条件	35
(三) 哺乳方法	36
二、哺乳期乳母摄生	39
(一) 顺四时适寒温	40
(二) 调饮食忌烟酒	40
(三) 调七情节房事	41
(四) 慎服药保儿安	42
三、断奶	43
(一) 适时断奶	43
(二) 断奶方药选	45
(三) 怎样掌握断奶后的饮食	49
四、婴幼儿的将护	49
(一) 衣着	49
(二) 婴幼儿的将护	52
(三) 婴幼儿用药	55
第二章 乳房与乳汁生成	57
第一节 乳房解剖简介	57
一、乳房的位置与结构	57
(一) 位置	57
(二) 结构	57
二、女子一生中乳腺的发育和变化	59
(一) 婴幼儿期	59
(二) 青春期	59
(三) 生育期	60
(四) 更年期及老年期	61
第二节 乳汁生成的机理	61
一、乳汁生成与脏腑气血的关系	62

(一) 乳汁生成与精的关系	62
(二) 乳汁生成与肾的关系	62
(三) 乳汁生成与脾肺气血的关系	63
二、乳汁生成与经络的关系	65
(一) 乳汁生成与足厥阴肝经的关系	65
(二) 乳汁生成与足阳明胃经的关系	66
(三) 乳汁的生成与冲任脉的关系	67
三、哺乳与节育	70
(一) 哺乳时间和月经回潮时间的关系	70
(二) 授乳对控制生育的作用	70
(三) 月经复潮后能否授乳	71
四、缺乳	71
(一) 何谓缺乳	71
(二) 中医对缺乳的认识	72
(三) 缺乳虚实的辨证要领及其治疗	73
(四) 对缺乳的研究与探讨	73
第三章 针灸与催乳	76
第一节 催乳穴位与针灸方法	76
一、针灸催乳的主要穴位	76
(一) 膻中	77
(二) 天宗	78
(三) 少泽	78
(四) 合谷	79
(五) 外关	79
(六) 乳根	80
(七) 膺俞	80
(八) 膈俞	80

二、兼症选穴	81
(一) 足三里	81
(二) 三阴交	82
第二节 针灸治疗	82
一、治疗时间的选择	82
(一) 首次治疗时间的选择	82
(二) 每次治疗时间的选择	83
二、疗程	84
三、疗效	84
(一) 近期疗效标准	84
(二) 远期疗效标准	85
(三) 针灸催乳有效率的统计	85
四、治疗反应的快慢与疗效关系	87
第三节 影响疗效的因素	88
一、全身因素	88
二、乳房因素	88
三、精神因素	89
四、时间因素	90
五、疗程因素	91
六、医疗技术因素	91
(一) 针灸的技术	91
(二) 辨证施治的治疗原则	91
七、适应症与禁忌症	92
(一) 适应症	92
(二) 禁忌症	92
第四节 针灸催乳原理的探讨及其实验研究	92
一、祖国医学对针灸催乳的认识	92

二、现代医学对针灸催乳的认识	94
三、针灸催乳的实验研究	94
(一) 莱昂斯—佩奇的垂体前叶生乳激素微量测定 法	94
(二) 放射免疫法	97
第四章 催乳方剂及常用催乳中药	98
第一节 催乳方剂	98
(一) 漏芦汤	98
(二) 漏芦散	98
(三) 涌泉散	100
(四) 下乳涌泉散	101
(五) 猪蹄汤	102
(六) 鲫鱼汤	103
(七) 钟乳汤	104
(八) 木通散	105
(九) 下乳天浆散	106
(十) 通乳丹	106
(十一) 通肝生乳汤	107
(十二) 涌乳良方	107
(十三) 滋乳汤	108
(十四) 甘草散	109
(十五) 桔梗汤	109
(十六) 麦门冬散	109
(十七) 栝蒌散	110
(十八) 灵苑下乳汁立效方	110
(十九) 通脉散	111
(二十) 当归补血加葱白汤	111

(二十一) 胡桃散	111
催乳单验方	111
(一) 药用单验方	112
(二) 食物催乳验方	114
第二节 常用催乳中药	117
(一) 漏芦	117
(二) 王不留行	118
(三) 穿山甲	118
(四) 通草	119
(五) 木通	119
(六) 钟乳石	120
(七) 冬葵子	121
(八) 蛭螭	121
(九) 桑寄生	122
(十) 赤小豆	122
(十一) 石膏	123
(十二) 丝瓜络	124
(十三) 瓜蒌	124
(十四) 四叶参	125
(十五) 莴苣	125
(十六) 泽泻	126
(十七) 滑石	126
(十八) 白蒺藜	127
(十九) 僵蚕	127
(二十) 荆三稜	128
(二十一) 麦门冬	128
(二十二) 细辛	129

(二十三) 续断	129
(二十四) 川贝母	130
(二十五) 桔梗	130
(二十六) 木莲	131
(二十七) 王瓜	132
(二十八) 皂角刺	132
第三节 催乳中药微量元素锌、铜、铁、锰的测定和 讨论	133
一、催乳中药的测定	133
(一) 实验方法	133
(二) 实验结果	134
二、催乳中药微量元素测定的临床意义	135
第五章 哺乳期乳部疾病及其治疗	140
第一节 乳痛	140
一、中医对乳痛的认识	141
二、乳痛的治则与辨证治疗	142
(一) 治则	142
(二) 乳痛的辨证治疗	144
三、介绍中医治疗乳痛的方法	145
(一) 按摩法治疗乳痛	145
(二) 针灸治疗乳痛初起	147
(三) 汗法治疗早期乳痛	150
(四) 中药塞鼻法治疗早期乳痛	152
四、中医治疗乳痛方选	154
(一) 内服药	154
(二) 外治法	156

(三) 药物	158
五、乳痛的预防及饮食忌宜	159
(一) 乳痛预防	159
(二) 饮食忌宜论	160
第二节 乳头皲裂	160
一、概念	160
二、临床表现	161
三、护理	161
四、治疗	161
五、应用方剂	162
六、古今治乳头裂经验方选	162
第三节 乳汁自出	164
一、乳泣	164
二、漏乳	167
附乳悬	172
附录 古今度量衡换算	173
参考文献	175

第一章 中医学的优生与优生

目前中医学中尚无优生优育术语。源远流长的祖国医学对婚姻选配、近亲不婚、适龄配偶、提倡晚婚、婚前检查，极为重视，并有文字记载。中医还十分重视胎教。养胎之说源于《内经》。北齐徐之材专著《逐月养胎法》认为孕妇的饮食营养、精神状态、劳逸起居、疾病用药和嗜好等因素都能直接影响胎儿的生长发育，甚至小儿的终身健康。这一观点与现代医学中的胚胎学和围产期医学实有相似之处，对指导当今围产期保健工作，仍有现实意义。

在优生方面，祖国医学提倡母乳喂养，并对选择乳母的条件、哺乳期的摄生等重要因素都有详尽的文字记载，本章仅对中医的优生与优生作初步探讨。

第一节 择配与种子

择配与种子是至关重要的。择配是优生学的先决条件。在选择配偶时男女双方必须发育正常、身体健康、血缘关系较远，并要适龄。《万氏妇人科·种子章》述及择配时，称谓：“男女匹配，所以广嗣，厥系匪轻，勿谓无预干人事。”

一、择配

（一）慎重选择配偶重视婚前检查

1. 选择配偶

优生要求男女青年在准备谈恋爱选择配偶时，要对对方有以下基本情况的了解。

(1) 对健康状况的了解：包括各种急慢性病及传染病史、各系统主要病史，特别是有无遗传病、精神病等。根据《优生法制订与实施的一些问题》：规定以下疾病不能结婚：

- 1) 精神分裂症或躁狂忧郁症的现症患者。
- 2) 重度先天性智能发育不全。
- 3) 男女双方均曾患精神分裂症或均曾患躁狂忧郁症。

(2) 对家族疾病的了解

我国现在实行计划生育政策，每个家庭只生一个小孩，因此男女青年在组织家庭时必须注意严重的家族遗传性疾病对后代的影响。特别是直系亲属的主要病史，如父母、祖父母、外祖父母中有无遗传病史、遗传缺陷、畸形、精神病等病史。过去对高血压脑血管病的家族遗传倾向没有给予足够的重视。现今据大量实验室和临床资料证实，脑血管病确有遗传素质问题，应和其他一些家族遗传性疾病一样受到应有的重视。亦应作为选择配偶时的参考。

2. 婚前检查

结婚是成年男女建立小家庭的开始，婚后生活是否和睦，不仅关系到男女双方的身心健康和家庭的幸福，更重要的是关系到孕育健康的下一代，影响国家的兴旺和民族的繁荣昌盛。为此，在男女青年办理结婚手续之前，有必要进行一次婚前健康检查。

婚前检查在优生方面有特殊意义。因为婚前检查时可以发现许多严重危害人类健康和智力的遗传病。当时把可能发生的后果告知当事人，并劝说他们不要结婚，或施行绝育术后再结婚，这样做，无疑使遗传病的发生大大减少，有效地提高人口素质。

1) 暂不能结婚的疾病

男女一方或双方现患急性传染病，例如传染性肝炎，由于新婚双方密切接触，无论是通过消化道，还是性生活都可能互相传染。而且由于新婚生活兴奋紧张，休息较少，更会加重病情。同样肺结核的活动期，传染性很大，处于这个时期的病人营养大量消耗，体质变弱，难以承受新婚时期的兴奋和过度疲劳。正如《妇人大全良方·求嗣门》所说的“凡欲求子，当先察夫妇有无劳伤、痼疾害之属。依方调治，使内外和平，则妇人乐有子矣”。本文虽说求子，但亦说明了一个道理，必须治好痼疾方能结婚而有子。

2) 先天性生理缺陷

通过婚前检查可以发现先天性生理缺陷，有的是解剖生理缺陷，有的是染色体异常，随着科学的发展，有些疾病可于手术治疗后结婚，有些疾病不能结婚，或结婚前强行做绝育手术。如《格致余论·受胎论》说：“男不可为父，女不可为母，与男女兼行者……其类不一，以女函男有二；一则遇男为妻 遇女为夫，一则可妻而不可夫 其有女具男之全者。”其描述与现代医学所述的真假两性畸形相同。又如明·万全《广嗣纪要·择配篇》中说：男女各有五不宜，五不女即“螺、纹、鼓、角、脉。”五不男即“天、漏、犍、怯、变。”这些疾病都不宜成婚，或经治疗后再成婚。

3) 下列疾病需要婚前行强制性绝育手术

①精神分裂症高发家系患者（指患者父母同胞中有两个以上患者）

②躁狂忧郁症高发家系患者（高发标准同上）。

③先天性智能发育不全（非重度）。

遗传性痉挛性共济失调症。

⑤强直性肌营养不良。