DOI:10.13193/j.issn.1673-7717.2026.04.042

基于心脾理论探讨“培土制水”法对多囊卵巢综合征的疗效机制

李惠,冯婷,陈泉虎,陈靖君,柯妍
(深圳市中西医结合医院,广东 深圳 518000)

摘要:多囊卵巢综合征(Polycystic ovary syndrome,PCOS)是一种常见的内分泌代谢紊乱疾病,特征包括慢性无排卵、高雄激素血症以及卵巢多囊样改变。传统中医理论认为PCOS的发生与心脾功能失调密切相关,特别是脾虚湿盛导致的痰湿内阻和气血运行障碍。“培土制水”法强调通过健脾益气、利湿化痰的方法来调节体内水液代谢,进而达到治疗目的。该疗法认为通过补益脾胃以增强其运化功能,可以有效控制因脾虚引起的水湿内停,从而有助于改善PCOS的症状。详细分析心脾理论在中医妇科中的应用,并结合现代医学研究,阐述了PCOS的临床症状及其中医辨证特点。通过梳理脾虚湿盛和气滞血瘀在PCOS中的作用机制,进一步分析“培土制水”法在改善PCOS患者症状方面的理论依据。在中医理论指导下,“培土制水”法为PCOS的治疗提供了新的视角和方法,通过增强脾的功能和调节水液代谢,可以有效改善PCOS患者的症状。

关键词:多囊卵巢综合征;心脾理论;培土制水;脾虚湿盛;气滞血瘀
中图分类号:R271.911.75 **文献标志码**:A **文章编号**:1673-7717(2026)04-0217-06

Exploring Therapeutic Mechanism of “Cultivating Soil to Restrict Water” Method for Polycystic Ovary Syndrome Based on Theory of Heart and Spleen

LI Hui, FENG Ting, CHEN Quanhu, CHEN Jingjun, KE Yan
(Shenzhen Integrated Traditional Chinese and Western Medicine Hospital, Shenzhen 518000, Guangdong, China)

Abstract: Polycystic ovary syndrome (PCOS) is a common endocrine and metabolic disorder characterized by chronic anovulation, hyperandrogenism and polycystic changes in ovaries. Traditional Chinese medicine theory holds that the occurrence of PCOS is closely related to dysfunction of heart and spleen, especially the obstruction of phlegm and dampness caused by spleen deficiency and excessive dampness, as well as the dysfunction of Qi and blood circulation. The method of “cultivating soil to restrict water” emphasizes regulating the metabolism of water in the body by strengthening spleen, nourishing Qi, promoting dampness and resolving phlegm, thereby achieving the therapeutic goals. This therapy believes that by nourishing spleen and stomach to enhance their transport function, it can effectively control the water and dampness stagnation caused by spleen deficiency, thereby helping to improve the symptoms of PCOS. This article provided a detailed analysis of the application of the theory of heart and spleen in traditional Chinese medicine, and combined modern medical research to elucidate the clinical symptoms and TCM syndrome differentiation characteristics of PCOS. By sorting out the mechanisms of spleen deficiency, excessive dampness, Qi stagnation and blood stasis in PCOS, this article further analyzed the theoretical basis of the “cultivating soil to restrict water” method in improving the symptoms of PCOS patients. Under the guidance of traditional Chinese medicine theory, the “cultivating soil to restrict water” method provides a new perspective and approach for the treatment of PCOS. By enhancing the function of spleen and regulating water metabolism, it can effectively improve the symptoms of PCOS patients.

Keywords: polycystic ovary syndrome; heart and spleen theory; cultivating soil to restrict water; spleen deficiency and excessive dampness; Qi stagnation and blood stasis

多囊卵巢综合征(Polycystic ovary syndrome,PCOS)是育龄女性常见的内分泌代谢紊乱疾病之一,其特征包括慢性无排卵、高雄激素血症以及卵巢多囊样改变[1]。随着生活方式的变化,如饮食结构西方化、学习工作压力大和体力活动减少等因素的影响,我国PCOS的发生比例呈现逐年升高的趋势,流行病学调查研究显示,我国20~40岁汉族妇女本病发病率约为5.6%[2]。PCOS不仅会导致月经不调、不孕、肥胖等症状,还可能引发长期健康问题,如2型糖尿病、心血管疾病等并发

基金项目:广东省名中医传承工作室项目(粤中医办函〔2019〕5号);深圳市“医疗卫生三名工程”项目(SZZYSM202106003)
作者简介:李惠(1981-),女,广西玉林人,副主任医师,学士,研究方向:妇科内分泌、中西医结合妇科。
通讯作者:柯妍(1975-),女(锡伯族),新疆伊宁人,主任医师,硕士研究生导师,博士,研究方向:妇科微创、数字医学、中西医结合妇科。E-mail:lh81tg@163.com。

症,给患者的生活质量和社会医疗系统带来了沉重负担。

在现代医学中,PCOS的治疗通常包括生活方式调整、药物治疗和辅助生殖技术等手段。然而,这些方法往往只能缓解症状而难以根治,并且可能伴随一定的不良反应。因此,探索更为安全有效的治疗方法成为研究的重点方向。中医学认为,PCOS的发生与脏腑功能失调密切相关,特别是心脾两脏的功能失常被认为是重要的病理基础之一。心主血脉,脾主运化,心脾两虚则气血生化不足,运化失司,可致痰湿内生,阻碍气血运行,从而形成PCOS的多种症状表现[3]。

"培土制水"法则是在中医五行理论指导下,强调通过健脾益气、利湿化痰的方法来调节体内水液代谢,进而达到治疗目的的一种疗法。该法则认为,通过补益脾胃以增强其运化功能,可以有效控制因脾虚引起的水湿内停,从而有助于改善PCOS的症状[4-5]。鉴于此,本研究基于心脾理论探讨"培土制水"法对于多囊卵巢综合征患者的潜在疗效机制,通过对该疗法作用机理的深入分析,旨在为临床实践提供新的思路。

1 心脾理论的概述

1.1 二阳之病发心脾 心脾理论是基于五行学说和脏腑理论的一种综合理解。心属火,主血脉,藏神;脾属土,主肌肉、四肢,其华在唇,开窍于口,主运化,为后天之本,气血生化之源。根据《黄帝内经》中的记载,心主神明,为君主之官,其功能正常与否直接关系到人的精神状态;脾则为气血生化之源,负责将食物转化为能量供给全身。因此,心脾之间的关系紧密,相互影响[6]。《黄帝内经·灵枢·决气》中有云:"心者,生之本,神之变也;其华在面,其充在血脉,为阳中之太阳,通于夏气。"这里强调了心的重要性以及其与夏季(阳气最盛之时)的关系[7]。而《素问·痹论篇》则指出:"脾者,仓廪之官,五味出焉。"脾的功能在于将五谷转化成营养物质,以供全身所需[8]。

心脾功能失常意味着心脾两脏在生理上的相互依存关系受到了破坏。心主血脉,负责全身血液的循环;脾主运化,负责食物的消化吸收和水湿的运化。一旦心脾功能失调,可能会导致气血生化不足,进一步影响全身的气血运行[9]。对于PCOS患者来说,脾虚无法有效地运化水湿,容易形成痰湿内阻,阻碍气血运行,从而引发一系列症状。脾虚湿盛时,水湿不能及时排出体外而聚积成痰湿。痰湿阻滞经络,影响气血流通,使得卵巢功能受到影响,导致排卵障碍,从而引发PCOS。

在中医理论体系中,《黄帝内经》提到了"阳明"这一概念,它与人体的手阳明大肠经和足阳明胃经紧密相关[10]。这个概念在历史上受到了许多医家的关注,并引发了广泛的讨论。例如,宋代的庞安时在他对《黄帝内经》的注解中,认为"阳明"是指手部和足部与大肠及胃相连的经脉。到了明代,张景岳在其《类经》中对"阳明"进行了进一步的阐释,他不仅确认了其与大肠和胃的关系,还提出了一个较为独特的观点,即小肠的功能也可以归入"阳明"的范畴之内,这表明他对胃的功能给予了更多的重视。与此同时,明代还有其他医家提供了不同的视角。李时珍在其《本草纲目》中提到"阳明"特指与胃相关的经脉。这种观点虽然与前人有所不同,但也为后世的研究者提供了新的思考方向[11]。尽管有这些不同的历史解读,大多数临床医师还是同意"阳明"病证主要涉及胃和大肠的功能异常。然而,在解释诸如"发"和"隐曲"这样的术语时,仍然存在一定的分歧。尤其是当谈到"阳明之病影响心脾"的时候,这个问题成为了现代中医研究中的一个热点。

目前,针对这一现象有两种主要的学术解释。一种观点认为:"阳明之病影响心脾"的现象可以通过脏腑之间的相互作用来解释。《素问·藏气法时论篇》中提到:"肝生于左,肺藏于右,心布于表,肾治于里。"这句话体现了中医理论中脏腑之间的相互关联。按照中医的五行学说,脾属土,心属火,土能生金(肺),火能生土。如果阳明(主要涉及胃和大肠)出现疾病,可能会影响到脾胃的功能,进而通过五行相生相克的关系影响到心的功能[12]。此外,《灵枢·本输》中也有记载:"夫十二经脉者,内属于府藏,外络于肢节。"这表明脏腑之间通过经络相互连接,形成一个复杂的网络。阳明经络的病变可能通过这个网络传递到心脾,造成它们的功能紊乱。最后,阳明经络不仅是气血运行的主要通道之一,也是津液代谢的重要场所。《素问·调经论篇》中指出:"营气者,泌其津液,注之于脉,化以为血,以荣四末。"如果阳明出现问题,不仅气血受到影响,津液代谢也会失常,进而波及依赖于正常津液环境的心脾功能。

另一种观点认为:气血的平衡是维持身体健康的关键。《素问·生气通天论篇》中记载:"阳气者,精则养神,柔则养筋。"强调了气血对于精神和身体的重要性。当阳明经络出现疾病时,首先可能导致气血生成不足。正如《灵枢·营卫生会》所说:"胃者,水谷之海,六府之大源也。"如果阳明经(尤其是胃和大肠)出现问题,可能会导致营养物质吸收不良,从而影响气血的生成。此外,气血运行受阻也是一个重要因素。《灵枢·经脉》中有云:"经脉者,所以行气血而营阴阳,濡筋骨,利关节者也"[13-14]。阳明经络的紊乱可能导致气血运行不畅,使得心脾得不到足够的滋养和支持,进而引发功能障碍。最后,气血分配不当也是气血失衡的一个方面,阳明经络的紊乱可能影响到气血的正常分配,使心脾等脏器得不到应有的气血供应,从而产生相应的功能失调症状。

1.2 冲任失调,源于心脾 在中医理论体系中,冲脉和任脉与女性生殖功能的关系极为密切。冲脉被称为"十二经脉之海",任脉则被称为"阴脉之海"。这两条经脉共同调节女性生殖系统的功能。《黄帝内经》指出:"心主血脉",说明心脏不仅是血液循环的动力源泉,还与血液的质量和数量密切相关。脾脏作为后天之本,负责将饮食中的精华转化为气血,滋养全身,包括冲任二脉[15]。

当心脾功能失常时,会导致气血不足,进而影响冲任二脉的功能。这种情况常常表现为月经周期紊乱、排卵障碍等症状,这些问题也是PCOS的典型表现。根据《素问·五脏生成篇》记载:"诸血者,皆属于心。"心脏不仅推动血液循环,还是月经生成的重要环节。月经的形成依赖于脏腑、经络和气血的协调作用,其中心的作用尤为关键。《灵兰秘典论》中描述道:"心者,君主之官,神明出焉。"这表明心脏不仅统率全身生理活动,还主管精神活动[16-17]。现代医学研究也证实了大脑皮层及下丘脑-垂体-卵巢轴对月经周期的调控作用,这一点与中医理论中"心神"的概念相吻合。

心脾功能的协调是维持女性生殖健康的基础。心脾失衡

可导致气血不足，进而影响到冲任二脉的气血供应。具体而言，当心气不足时，气血生化无源，冲任二脉得不到充分滋养，影响卵泡发育和成熟，最终导致排卵障碍。此外，痰湿内阻还可能导致子宫环境不佳，影响受精卵着床，从而增加不孕的风险。《妇人大全良方》提出："妇人以血为本"，意味着健康的月经周期需要充足的气血支持。如果脾脏功能正常，气血充沛，就能保证月经如期而至；相反，脾脏功能失调，气血生成不足，则可能导致月经延迟或闭经等问题[18]。

脾脏在中医中被认为是气血生化的源头，它负责消化食物并将其转化为身体可用的营养物质。《素问·平人气象论篇》云："胃之大络，名曰虚里……此脉应胃，胃实则胀，虚则陷。"这段话强调了脾胃的健康状态对于维持正常的生理机能的重要性。脾胃的运化功能一旦失调，就会导致气血生成不足，进而影响月经周期，使经血量减少或周期变得不规则。PCOS作为一种常见的内分泌失调疾病，其中一部分患者可能表现出与脾虚相关的症状，如体质量增加、疲劳等。从中医的角度来看，脾虚可能会加重PCOS的症状，比如脾虚导致的水湿停留，可能进一步促进体内痰湿的形成，而痰湿被认为与肥胖和内分泌紊乱有关。因此，在中医治疗PCOS的过程中，强化脾胃功能，调整饮食结构，适当运动以增强体质，都是重要的干预措施，旨在恢复整体平衡，改善患者的症状[19-20]。

心脾理论在中医妇科中的应用广泛，尤其在治疗PCOS方面。从中医的角度来看，这类病症的发生往往与心脾功能失调有关。治疗时，应注重调理心脾，促进气血生化，使冲任二脉得以滋养，从而恢复生殖系统的正常功能。例如，通过补益心脾的中药方剂，如四君子汤加减，可以帮助改善脾虚引起的气血不足；或者使用逍遥散等方剂，帮助疏肝理气，调节心神，从而达到治疗目的。

2 PCOS的临床症状与中医辨证

PCOS患者最常见的临床症状之一是月经不调，表现为月经周期延长、稀发甚至闭经。月经的正常与否直接反映心肝脾三脏的功能状态。心主血脉，脾主运化，肝藏血，三者相互协作维持月经的正常周期。《黄帝内经》中指出："肝藏血，心主血脉。"这意味着肝血的充足和心气的充沛对于月经的正常周期至关重要。若患者情志不畅，长期抑郁或焦虑，会导致肝气郁结，进而影响心脾的功能，使气血运行不畅，瘀血停于胞宫，导致月经不调[21]。《金匮要略》云："肝气不舒，则血不行。"肝气郁结不仅影响肝本身的疏泄功能，还会波及心脾，影响气血的运行，从而引起月经不调[22]。

PCOS患者的另一典型特征是高雄激素血症，表现为面部痤疮、多毛等症状。中医理论认为心肝脾功能失调，特别是脾虚生湿，湿蕴化热，热毒内盛，可以扰乱冲任二脉，使气血失和，导致体内湿热内蕴，从而促发或加重痤疮、多毛等高雄激素症状。《伤寒杂病论》中提到："脾虚则湿胜。"脾虚不能正常运化水谷精微，导致水湿停滞，久之化为痰湿。痰湿内阻不仅影响脾胃自身的功能，还会波及其他脏腑，特别是对冲任二脉产生不良影响[23]。冲脉与任脉在女性生殖系统中起着至关重要的作用，脾虚湿盛导致气血不足，冲任二脉得不到充分滋养，从而影响卵泡的发育和排卵过程。

胰岛素抵抗是PCOS患者常见的代谢紊乱表现，与肥胖密切相关。不合理的饮食习惯，如暴饮暴食、过食肥甘厚味，会损伤脾胃功能，导致胃的通降功能受阻，湿热内生，痰湿内阻，从而影响血糖的正常代谢。《医宗必读》中指出："脾虚则水湿不化，湿盛则痰生。"脾虚导致的水湿停滞，进一步加重了胰岛素抵抗现象，胰岛素抵抗又反过来促进雄激素水平升高，形成恶性循环，加剧了PCOS的症状[24]。此外，痰湿内阻还可能影响子宫内膜的健康，子宫内膜容受性差不利于受精卵的着床，增加了不孕的风险。

PCOS患者的卵巢多囊样改变，中医学将其归因于痰瘀互结的结果。痰湿和瘀血是中医辨证中的两种常见病理产物。当患者长期情绪压抑，肝气郁结，气滞血瘀，加上脾胃运化功能减弱，痰湿内生，痰瘀互结，最终在卵巢局部形成囊肿样的病理改变。此外，血瘀还可能导致卵巢局部炎症反应，影响卵泡的生长环境，从而影响排卵过程。

3 心脾失衡与PCOS的关系

3.1 脾虚湿盛与PCOS的发展 脾虚湿盛是中医理论中一种常见病理状态，尤其在现代生活方式的影响下更为普遍。脾为后天之本，气血生化之源，其功能主要体现在对水谷精微的运化上。《黄帝内经》中记载："脾主运化，其华在唇，其充在肌。"脾的功能正常与否直接影响到气血的生成与运行。

在PCOS的患者中，脾虚湿盛的现象尤为显著，这一病理状态不仅影响到生殖系统的正常运作，还与多种代谢紊乱密切相关。尤昭玲等[25]认为，脾气虚弱，运化失常，津液失布，积聚而成痰饮，窒塞气机，损及肾阳，冲任两脉失养，血海蓄溢无常，月信乖违，难以受孕。肖承倧教授[26]认为，在多囊卵巢综合征的治疗中，应重视肾气的补益。他提出，肾气不足会影响生殖系统的发育与功能，导致内分泌失调，卵泡发育受阻，从而出现排卵障碍。同时，肾气亏损也会间接影响到脾胃的运化能力，使得体内湿气增加，形成瘀堵，阻碍气血运行，进而影响月经周期，导致不孕。陈少春则认为，多囊卵巢综合征的发生与脾肾功能失调有关，特别是肾精不足，导致生殖机能减弱，同时脾胃功能下降，体内痰湿堆积，阻碍了生殖器官的正常功能[27]。

脾虚不能正常运化水谷精微，导致水湿停滞，久之化为痰湿。痰湿内阻不仅影响脾胃自身的功能，还会波及其他脏腑，特别是对冲任二脉产生不良影响。冲脉与任脉在女性生殖系统中起着至关重要的作用，脾虚湿盛导致气血不足，冲任二脉得不到充分滋养，从而影响卵泡的发育和排卵过程。具体表现在PCOS患者中的症状包括体质量增加、月经不调、多毛症等。《医宗必读》中指出："脾虚则水湿不化，湿盛则痰生"[28-29]。痰湿体质的人群更容易出现肥胖，而肥胖又是PCOS的重要诱因之一。脾虚导致的水湿停滞，进一步加重了胰岛素抵抗现象，胰岛素抵抗又反过来促进雄激素水平升高，形成恶性循环，加剧了PCOS的症状。此外，痰湿内阻还可能影响子宫内膜的健康，子宫内膜容受性差不利于受精卵的着床，增加了不孕的风险。

根据《脾胃论》的观点，调理脾虚湿盛的关键在于健脾益气、祛湿化痰。常用的中药如白术、茯苓、薏苡仁等，既能补益脾气，又能帮助排除体内多余的水分[30]。此外，《医学衷中参

西录》提到:“脾土得温,则能制水”[31]。因此,适当温补脾阳也是改善脾虚湿盛的有效手段之一。通过调整饮食结构,减少油腻、甜食的摄入,增加富含纤维的食物,配合适度运动,可以有效改善脾虚湿盛的状态,进而缓解PCOS的症状。

3.2 气滞血瘀在PCOS中的作用 气滞血瘀是中医辨证中的另一个重要概念,指的是气血运行不畅,导致体内气血瘀滞。《灵枢·决气》云:“气脱者,目不明;血脱者,色白”[32]。气血的正常运行对于维持机体健康至关重要。在PCOS患者中,气滞血瘀的现象也较为常见,它不仅影响到月经周期的正常,还与高雄激素血症、卵巢多囊样改变等症状紧密相关。

气滞主要表现为情绪抑郁、胸闷、腹胀等症状。《伤寒论》中提到:“肝气郁结,则胸胁满痛”[33]。肝气郁结不仅会影响到肝脏本身的功能,还会波及心脾等脏器,尤其是对女性生殖系统的影响更为显著。肝主疏泄,其功能正常与否直接影响到气血的畅通。当肝气郁结时,气血运行受阻,冲任二脉失去应有的滋养,导致月经紊乱、不孕等。

血瘀是指血液运行不畅,导致体内出现瘀血。《医林改错》中指出:“气滞则血瘀,血瘀则经闭”[34]。血瘀通常表现为面色晦暗、经血量少、月经后延或闭经等症状。在PCOS患者中,血瘀不仅影响到月经的质量,还可能导致卵巢功能受损。卵巢作为产生卵子的重要器官,其健康与否直接关系到排卵的成功与否。当血瘀发生时,卵巢局部血液循环受限,影响卵泡的发育和成熟,最终导致排卵障碍。

气滞血瘀在PCOS中的表现形式多样,除了月经不调之外,还包括面部痤疮、多毛症等高雄激素症状。气滞不仅会导致血瘀,还会进一步影响到血液的质量和数量,从而影响到月经的正常排出。此外,血瘀还可能导致卵巢局部炎症反应,影响卵泡的生长环境,从而影响排卵过程。针对气滞血瘀的状况,《医宗金鉴》中推荐使用活血化瘀、行气止痛的药物,如当归、川芎、桃仁等。这些药材能够促进血液循环,改善气血运行不畅的问题[35]。此外,《景岳全书》还强调了调畅情志的重要性,认为保持心情舒畅可以有效缓解气滞血瘀的症状。通过适当的体育锻炼,如太极拳、瑜伽等,可以帮助疏通经络,促进气血循环,进而改善PCOS的症状。

4 “培水制土”法的基本概念

在中医学中,“培土制水”法是一种重要的治疗原则,用于调节体内水液代谢失衡的状态。这一方法基于五行学说中的“土”与“水”的象征意义,并结合了中医脏腑理论,通过增强脾的功能来控制水湿的运化,防止水湿内停或泛滥,从而达到治疗效果[36]。

在五行理论中,“土”代表脾脏,而“水”代表肾脏。脾主运化,负责将食物转化为精微物质,并将其运输到全身各处,同时还负责运化水湿,防止水湿内停。肾主水,负责水液的代谢和调节,还藏精,主管生殖和生长发育[37]。脾为“后天之本”,是气血生化之源。脾的功能是否正常直接影响到人体的营养供应和水液代谢。《难经》有云:“脾为后天之本,生气之源。”这表明脾的重要性在于它是人体获得营养的基础。肾为“先天之本”,是人体元气的根本。肾的功能是否正常决定了水液的正常代谢[38]。《素问·痹论篇》指出:“脾主运化,通调水道。”这强调了脾在水液代谢中的重要性[39]。

“培土制水”法的核心在于通过增强脾的功能来控制水湿的运化,防止水湿内停或泛滥,从而达到治疗效果[40]。健脾利湿是这一方法的重要组成部分,通过健脾的方法来加强脾的运化功能,使其能够有效地运化水湿,防止水湿停滞。健脾不仅能够促进脾胃对水湿的运化,还能间接增强肾的功能,从而改善由脾虚引起的水湿代谢失衡。此外,固肾利水也是“培土制水”法的重要原则之一,通过补益肾气来增强肾的水液代谢能力,帮助排除体内多余的水分。《医宗必读》中提到:“治水者必先治土,土旺则水有所归。”这句话直接点明了“培土制水”的核心思想,即通过增强脾的功能来解决水湿问题[41]。通过健脾利湿和固肾利水的双重作用,可以有效调节体内水液代谢,改善由脾虚引起的多种症状。

“培土制水”法适用于水肿、痰湿内阻、肥胖等因脾虚导致水湿内停。水肿表现为脾虚不能运化水湿,导致水液潴留,出现肢体浮肿。《素问·汤液醪醴论篇》指出:“脾虚则水泛溢,故四肢皆肿。”这说明脾虚会导致水肿。痰湿内阻则是脾虚生湿,湿聚成痰,痰湿阻滞,引起咳嗽、胸闷等症状[42]。《金匮要略》中提到:“脾虚则生痰湿。”这表明脾虚会导致痰湿内阻。月经不调也与脾虚湿盛有关,影响气血运行,导致月经紊乱。此外,肥胖也是脾虚不能正常运化,导致脂肪堆积,形成肥胖的一个表现。《丹溪心法》中提到:“脾虚湿盛,肥人多湿。”这表明脾虚湿盛与肥胖有关[43-44]。“培土制水”法可广泛应用于由脾虚引起的水湿代谢失衡的各种情况,通过调节脾的功能,达到整体治疗的效果。

5 “培土制水”法是治疗PCOS的有效疗法

PCOS的主要特征包括高雄激素水平、排卵障碍和卵巢多囊样改变。中医学认为PCOS的发生与脾虚湿盛密切相关。脾主运化,负责将食物转化成精微物质,并将其运输到全身各处。脾虚时,水湿不能正常运化,容易形成痰湿,痰湿阻滞经络,影响气血运行,导致卵巢功能受损。通过增强脾的功能,可以改善气血生化,促进气血运行,有助于改善卵巢功能因此,增强脾功能对改善PCOS具有重要意义,不仅可以改善排卵功能,还能调节激素水平,改善患者的内分泌状态。

调节水液代谢对缓解PCOS症状具有重要作用。PCOS患者常伴有胰岛素抵抗、肥胖等问题,这些问题与水液代谢失衡密切相关。脾虚导致的水湿停滞会影响胰岛素敏感性,健脾利湿有助于改善胰岛素抵抗。脾虚不能正常运化,导致脂肪堆积,形成肥胖。增强脾的功能可以改善脂肪代谢,减轻体质量。调节水液代谢还有助于恢复卵巢的正常功能,改善月经周期,促进排卵。胰岛素抵抗是PCOS的重要病理基础之一,通过健脾利湿的方法可以改善胰岛素抵抗,进而改善血糖和血脂代谢,减少肥胖和高雄激素血症的风险。此外,调节水液代谢有助于改善体内水盐平衡,减少水肿和腹胀等症状,从而改善患者的生活质量。因此,通过“培土制水”法调节水液代谢,可以有效缓解PCOS的多种症状,改善患者的整体健康状况。

据韩延华所述:脾与肾的功能失衡是造成痰湿生成的主要原因。脾脏虚弱会减弱身体对营养物质的转化和运输能力;肾脏虚弱则会影响体内液体的正常代谢,导致水液停滞形成痰

饮。体内痰湿过多不仅会引起体质量增加,还可能与瘀血结合,干扰生殖系统的正常功能,从而导致闭经、月经不调或不孕等状况[45]。姜坤则提到,脾虚会使湿气加重,湿气长期积聚会变成痰,痰与瘀血阻塞可能导致肿块的形成;脾虚还会导致血液不足,津液减少,使胃部干燥,热痰阻塞时也会形成肿块[46]。连方教授认为,这类病症的根本原因是脾肾两虚,痰湿则是其外在表现。因此,治疗应着重于补肾健脾、燥湿化痰[47]。褚玉霞则强调,这种病症的基础是脾肾阳虚,伴有气滞血瘀和痰湿阻塞。痰的本质是体内的水分,源自肾脏[48]。肾阳虚会导致气化功能减弱,水分代谢障碍形成痰湿;肾阳虚还会影响脾胃的温养,使脾更虚弱,进一步影响水湿的代谢,最终导致生殖系统受阻,引发闭经、不孕和月经稀发等问题。

根据中医理论,多囊卵巢综合征可以归类为脾肾两虚的情况。脾是人体后天之本,负责气血的生成;当脾的运化功能正常时,气血充足,可以滋养肾脏,使其精气充沛,肾气强健,从而促使天癸充满血脉,畅通冲任二脉及胞宫,保证月经按时来潮,维持正常的生殖和排卵功能[49]。相反,如果脾胃功能虚弱,消化吸收能力受到影响,容易产生痰湿等病理产物,这些产物滞留在体内,可能导致肥胖、月经量少甚至闭经等症状。因此,其病理基础在于脾肾两虚,痰湿阻滞是其主要表现。治疗时应重点考虑益气健脾、温补肾阳以及化痰祛湿。对于健脾祛湿,可以采用具有芳香、苦温或淡渗特性的药物,目的是去除体内的湿邪。具体来说,可以使用芳香药物来化湿,苦温药物来燥湿,淡味药物来利湿等方法[50]。

刘奉五教授依据中医理论中的阳明学说与心火理论,开发了一种用于治疗闭经的中药方剂——瓜石汤。该方剂通过精心挑选的草药组合来达到治疗效果。例如,方中的全瓜蒌因其甘寒特性,有助于缓解干燥并调节气机;石斛以其甘淡微寒的性质,可增强胃部津液生成并润泽肺部;生地黄等药材能够滋阴清热,为消化系统提供必要的滋润;黄连等药材则用于清除胃部的热邪,防止体内津液过度消耗;益母草可以促进血液循环并帮助排除体内瘀血;瞿麦和车前子则具备清热利尿的功效;川牛膝则用于活血化瘀,帮助月经顺畅排出[51]。应露等[52]将瓜石汤与来曲唑联用,发现患者的促黄体生成素(Luteinizing hormone,LH)及其与促卵泡激素(Follicle stimulating hormone,FSH)的比例显著降低,雌二醇(Estradiol,E2)水平明显上升。朱鸿秋等[53]使用瓜石汤治疗PCOS患者后,发现60.22%的患者月经恢复正常,26.66%的患者排卵功能得到恢复,治疗后LH、睾酮(Testosterone,T)、LH/FSH比值以及胰岛素水平均有下降;张焱等[54]报告称,在使用瓜石汤治疗的15例PCOS患者中,所有患者最终都成功受孕。

6 小结与展望

中医认为PCOS的发生与脾虚湿盛密切相关,脾虚不能有效地运化水湿,导致痰湿内阻,进而影响气血运行,造成卵巢功能障碍。通过对相关古籍及现代文献的梳理分析,本文认为该病的核心病理环节始于脾胃虚弱,导致痰湿、水湿和瘀血等病理产物的生成。进一步的脏腑病理研究表明,在脾虚的基础上,肾功能的减退和冲任二脉的不足作为继发性病变出现,使得脾肾两虚的情况更加复杂。当痰湿、水湿及瘀血堵塞胞宫及其周围的经络时,便会导致PCOS的一系列典型症状显现出来。通过"培土制水"法增强脾的功能,可以改善气血生化,促进气血运行,有助于改善卵巢功能。脾功能增强还可以促进水湿的运化,减少痰湿内阻,减轻对卵巢的影响。此外,脾功能的改善有助于调节内分泌系统,降低高雄激素水平,改善月经周期。因此,增强脾功能对改善PCOS具有重要意义。

尽管"培土制水"法在临床实践中显示出良好的疗效,但仍存在一些需要进一步研究的问题。首先,现有的研究大多基于临床经验和传统方剂的应用,缺乏大规模、随机对照的临床试验来验证其有效性。未来的研究需要设计更加严谨的临床试验,以科学的方法评估"培土制水"法对PCOS患者的长期疗效。其次,需要深入探讨"培土制水"法的具体机制,尤其是其如何通过调节内分泌系统、改善胰岛素抵抗和脂肪代谢来达到治疗效果。最后,不同个体对治疗的反应可能存在差异,如何个性化地应用"培土制水"法也是一个值得探讨的问题。

总之,"培土制水"法在中医理论指导下为PCOS的治疗提供了新的视角和方法,通过增强脾的功能和调节水液代谢,可以有效改善PCOS患者的症状。这种方法不仅体现了中医"异病同治"的理念,同时也扩展了"培土制水"法在临床中的应用领域。未来的研究需要进一步验证其疗效机制,并探索更广泛的临床应用,以期为PCOS患者提供更有效的治疗手段。

参考文献

[1] 杨冬梅, 范敏舟, 吴菲菲. 滋阴补阳方序贯法联合西药治疗PCOS效果及对卵巢储备功能影响[J]. 中国计划生育学杂志, 2024, 32(8): 1823-1827.
[2] 纪颖. 益肾活血汤辅治多囊卵巢综合征伴排卵障碍性不孕临床观察[J]. 实用中医药杂志, 2024, 40(8): 1563-1565.
[3] 熊倩, 田雪梅, 陈美佳, 等. 浅谈徐晓娟教授运用补肾化痰法治疗肥胖型多囊卵巢综合征的经验[J]. 成都中医药大学学报, 2021, 44(3): 44-47.
[4] 陈光顺, 赵哲, 苏苗, 等. "培土制水"治法的历史源流及其发展初探[J]. 实用中医内科杂志, 2024, 38(1): 102-104.
[5] 都紫微, 都广礼, 郑志洁. "培土制水"法治疗多囊卵巢综合征的理论探源[J]. 四川中医, 2020, 38(11): 39-43.
[6] 楼毅云, 傅萍. 从《黄帝内经》"二阳之病发心脾"论治"女子不月"[J]. 浙江中医药大学学报, 2022, 46(3): 276-279.
[7] 候慧敏, 张阳, 田璐. 从"二阳之病发心脾"探讨多囊卵巢综合征发病机制[J]. 实用中医内科杂志, 2022, 36(1): 34-37.
[8] 方蓓, 任青玲. 任青玲基于"二阳之病发心脾"论治肥胖型多囊卵巢综合征[J]. 湖北中医杂志, 2021, 43(5): 33-36.
[9] 孙红, 李晖, 王祖龙. 刍议"二阳之病发心脾, 有不得隐曲, 女子不月"[J]. 中医研究, 2020, 33(8): 8-11.
[10] 曾若男, 乔美玲, 尹巧芝. 从"二阳之病发心脾"论治卵巢早衰[J]. 四川中医, 2020, 38(5): 57-60.
[11] 黄灿灿, 武权生, 张小花. 基于"二阳之病发心脾"探讨肠道菌群与多囊卵巢综合征的关系[J]. 江西中医药, 2024, 55(5): 7-10, 13.
[12] 张岩. 国医大师夏桂成教授治疗多囊卵巢综合征致不孕数据挖掘研究[J]. 陕西中医, 2022, 43(4): 502-504.

[13] 严航，王璐，陈学奇. 陈学奇从脾胃论治青春期多囊卵巢综合征经验述要[J]. 浙江中医杂志，2021，56(1)：48－49.
[14] 沙学文，王翠霞. 基于“二阳之病发心脾”从“火”论治早发性卵巢功能不全[J]. 中医临床研究，2024，16(10)：34－37.
[15] 戴菱娴，陈锦红，吴浈婷. 浅析基于“调理冲任”法针刺治疗 PCOS 排卵障碍的临床运用[J]. 医学理论与实践，2023，36(15)：2549－2551.
[16] 梁娜，徐国梅，袁姣姣，等. 徐国梅基于“肾－天癸－冲任－胞宫”理论治疗多囊卵巢综合征合并痤疮经验[J]. 中医药导报，2022，28(5)：171－174.
[17] 蒯冰洁，殷燕云. 殷燕云诊治青春期多囊卵巢综合征经验探析[J]. 中医临床研究，2022，14(11)：105－108.
[18] 孙晓彤，丛培玮，吴兆利. 基于带脉理论探讨腹型肥胖多囊卵巢综合征辨治思路[J]. 陕西中医，2022，43(1)：93－96.
[19] 王春红，吴晓婷，王雪怡，等. 从脾胃失调论治多囊卵巢综合征[J]. 河南中医，2022，42(1)：22－25.
[20] 王友刚，高大红，解伟华，等. 田丽颖主任治疗多囊卵巢综合征经验探析[J]. 安徽医专学报，2021，20(5)：117－119.
[21] 赵一宁，丛培玮，吴兆利. 基于“固本疏络法”探讨针灸治疗多囊卵巢综合征辨治思路[J]. 中医药临床杂志，2021，33(10)：1847－1851.
[22] 晋娜，徐文秀，李长香，等. 从标本论治多囊卵巢综合征经验[J]. 环球中医药，2021，14(4)：700－703.
[23] 杨帆，常惠，贾丽妍，等. 中医治疗多囊卵巢综合征进展[J]. 辽宁中医杂志，2020，47(11)：206－209.
[24] 周罗林，周俊亮，谭兴举，等. 通元针法联合加味苓桂术甘汤治疗脾虚痰湿型多囊卵巢综合征的临床观察[J]. 广州中医药大学学报，2024，41(7)：1792－1797.
[25] 尤昭玲，杨正望，傅灵梅. 多囊卵巢综合征从肾虚血瘀调治的探讨[J]. 湖南中医学院学报，2005，25(1)：25－26.
[26] 肖承悰. 对多囊卵巢综合征所致不孕的认识与治疗[J]. 江苏中医药，2006，38(3)：8－9.
[27] 李爱平，王亚萍. 陈少春辨治多囊卵巢综合征所致不孕症经验[J]. 江西中医药，2009，40(3)：22－23.
[28] 刘瑶，王丽. 中西医治疗多囊卵巢综合征伴胰岛素抵抗研究进展[J]. 光明中医，2024，39(15)：3162－3166.
[29] 李胤颖，罗志娟，吴媛媛，等. 罗志娟治疗多囊卵巢综合征致不孕经验撷菁[J]. 中医药临床杂志，2023，35(12)：2301－2304.
[30] 蒋鑫芳，连熙娜，王虹，等. 加味苍附导痰汤治疗脾虚痰湿型多囊卵巢综合征胰岛素抵抗的临床研究[J]. 云南中医中药杂志，2024，45(6)：56－60.
[31] 张观梅，宋晓波，丁彩飞，等. 多囊卵巢综合征伴胰岛素抵抗中医证型与证素分布特点的文献研究[J]. 浙江中医杂志，2024，59(6)：503－505.
[32] 王文方，王亚峰，李流云，等. 刘艳巧教授“分期调经”治疗多囊卵巢综合征经验[J]. 现代中医药，2022，42(6)：82－85.
[33] 李兆萍，周俊亮，王聪，等. 五子衍宗丸对肝郁气滞型多囊卵巢综合征不孕症的随机、双盲、安慰剂对照研究[J]. 时珍国医国药，2022，33(10)：2450－2452.
[34] 岳师师，姜亚茹，毛炎佳，等. 门成福治疗气滞血瘀型多囊卵巢综合征不孕症临床经验[J]. 中国民间疗法，2020，28(11)：31－32.
[35] 朱宝申，李素文. 加味桃仁四物汤治疗肝郁气滞型多囊卵巢综合征 30 例[J]. 河北中医，2009，31(12)：1791－1792.
[36] 张晓蓉，宛欣，程小红. 基于“培土制水”理论辨治特发性膜性肾病疗效观察[J]. 现代中西医结合杂志，2022，31(19)：2657－2662.
[37] 陈益母，梁蕴仪，郑允玲，等. 基于岭南罗氏妇科学术思想及《内经》“水精四布”理论论治痰湿型多囊卵巢综合征[J]. 中国中医药图书情报杂志，2023，47(5)：173－176.
[38] 陈思源，杨正望，张楠楠，等. 从中医学“脾胃为后天之本”理论探讨肠道菌群与多囊卵巢综合征[J]. 云南中医中药杂志，2023，44(5)：126－129.
[39] 李庆胜，曾静静，丛培玮. 从痰论治多囊卵巢综合征的临床研究进展[J]. 内蒙古中医药，2023，42(2)：131－133.
[40] 王晖，宋立群，何石骏，等. 培土制水论治原发性肾病综合征的相关研究进展[J]. 世界中医药，2023，18(22)：3306－3310.
[41] 方颖妍，黄长盛，齐丽晶，等. 健脾益气化痰汤结合胰岛素增敏剂治疗多囊卵巢综合征临床疗效及对性激素、HOMA－IR 水平的影响[J]. 辽宁中医杂志，2023，50(9)：159－162.
[42] 崔佳，丛培玮，吴兆利. 多囊卵巢综合征从痰瘀论治的理论探析及临床应用[J]. 中国医药导报，2022，19(34)：126－129.
[43] 曾根平，缪雨希，黎佩银，等. 基于“脾主运化”探讨肠道—卵巢轴与多囊卵巢综合征的相关性[J]. 现代中医临床，2023，30(5)：89－93.
[44] 周一凡，王琪，葛军，等. 调理脾胃针法为主治疗肥胖型多囊卵巢综合征疗效观察[J]. 广西中医药，2023，46(5)：38－41.
[45] 匡洪影，刘莎，韩延华. 韩延华教授治疗多囊卵巢综合征经验撷菁[J]. 中医药学报，2020，48(6)：23－26.
[46] 谢京红，姜坤. 中医治疗卵巢储备功能低下性月经不调临床观察[J]. 世界中医药，2008，3(6)：338－339.
[47] 鞠文涵，李园，赵帅，等. 连方教授辨治卵巢储备功能减退女性卵泡发育障碍的经验探析[J]. 河北中医药学报，2023，38(3)：50－52，65.
[48] 赵洁，褚玉霞. 褚玉霞治疗多囊卵巢综合征致不孕症经验[J]. 中国中医药现代远程教育，2015，13(24)：25－26.
[49] 任月乔，王炳权，冯奕钧，等. 基于《血证论》中“水火气血”理论探讨多囊卵巢综合征的辨治[J]. 中国民间疗法，2023，31(18)：9－12.
[50] 马雪莉，马鸿斌，魏锦慧，等. 培土制水法治疗肾性水肿的理论基础[J]. 实用中医内科杂志，2021，35(10)：50－52.
[51] 北京中医医院，北京市中医学校. 刘奉五妇科经验[M]. 北京：人民卫生出版社，2006：291－293.
[52] 应露，应晓莹，施丽，等. 中药瓜石汤联合来曲唑对多囊卵巢综合征不孕患者 LH、FSH 及 E2 的影响[J]. 中国生化药物杂志，2016，36(3)：113－115.
[53] 朱鸿秋，方成华. 瓜石汤治疗多囊卵巢综合征 45 例[J]. 辽宁中医杂志，2013，40(1)：103－105.
[54] 张焱，佟彤. 中药瓜石汤治疗多囊卵巢综合征致不孕症疗效观察[J]. 中国计划生育学杂志，2009，17(9)：560－561.