从“血不利则为水”探讨调气在多囊卵巢综合征治疗中的应用*

徐双坤，林晓华✉，边文会，杨丹丹，吴天思，王倩男

河北省中医院，河北 石家庄 065900

摘要：“血不利则为水”源于《金匮要略·水气病脉证并治》。借经水不利之象解释了血水间互相影响的病理过程。“血不利”指体内的瘀血状态，主要包括脉中凝滞之血、离经之血及阻经之衄血；“水”是指“血不利”而致的津液运化、输布代谢异常，为病理之水。多囊卵巢综合征（polycystic ovary syndrome，PCOS）主要病机为瘀血阻滞冲任胞宫，血行不畅，气化不行，导致痰水内生，血水交互为病。其发病以脾肾两虚为本，“血不利则为水”为发病基础。唐容川《血证论》指出：“血病不离乎水，水病不离乎血。”故治疗上应以调气行血利水为治疗大法，配合补肾疏肝健脾，结合月经周期分三期论治，以达到气血水畅通，五脏功能正常，阴平阳秘的状态。

关键词：多囊卵巢综合征；调气；“血不利则为水”；《金匮要略》；张仲景
DOI：10.16368/j.issn.1674－8999.2026.09.284
中图分类号：R271.9　　**文献标志码：**A　　**文章编号：**1674－8999(2026)09－1891－04

Application of Qi Regulation in Treatment of Polycystic Ovary Syndrome Based on Theory of "Blood Stasis Inducing Water Stagnation"

XU Shuangkun，LIN Xiaohua，BIAN Wenhui，YANG Dandan，WU Tiansi，WANG Qiannan

Hebei Provincial Hospital of Traditional Chinese Medicine，Shijiazhuang Hebei China 065900

Abstract：The theory of "blood stasis" inducing Water stagnation originates from *Jin Gui Yao Lue Shui Qi Bing Mai Zheng Bing Zhi*. It uses the signs of impaired Water flow in the meridians to explain the pathological interaction between blood and Water. "Blood stasis" refers to the state of abnormal blood conditions in the body，including coagulated blood within the vessels，blood that has left the channels，and obstructed menstrual blood；"Water" refers to the pathological Fluids caused by "blood stasis"，reflecting abnormal metabolism and distribution of body Fluids. Polycystic ovary syndrome（PCOS）primarily involves blood stasis blocking the Chong and Ren meridians，leading to poor blood circulation and disrupted Qi transformation，which results in internal Phlegm and Fluid accumulation，with blood and Water affecting each other pathologically. Its underlying condition is usually deficiency of the Spleen and Kidney，and "blood stasis inducing Water stagnation" forms the basis of its pathology. Tang Rongchuan noted in *Xue Zheng Lun* as follows："Blood disorders are inseparable from Water，and Water disorders are inseparable from blood". Therefore，treatment focuses on regulating Qi to promote blood circulation and resolve Water retention，combined with tonifying the Kidney，soothing the Liver，and strengthening the Spleen，aligned with the three－phase treatment during the menstrual cycle to ensure smooth flow of Qi，blood，and Water，normal Five Zang function，and a balanced Yin－Yang state.

Key words：polycystic ovary syndrome；Qi regulation；"blood stasis inducing Water stagnation"；*Jin Gui Yao Lue*；Zhang Zhongjing

*基金项目：国家自然科学基金青年科学基金项目（81403428）；河北省政府资助临床医学优秀人才培养项目（ZF2023156）；河北省中医药管理局科研计划项目（2024019）

作者简介：徐双坤（2000－），女，河北保定人，硕士研究生，研究方向：妇科生殖内分泌疾病的中医治疗。
✉通信作者：林晓华，医学博士，主任医师，博士研究生导师，研究方向：妇科生殖内分泌疾病的中医治疗。E－mail：linxiaohua1999@sina.com

多囊卵巢综合征(polycystic ovary syndrome,PCOS)是一种以稀发排卵、高雄激素血症、卵巢多囊样改变为主要特征,集生殖、代谢疾病及心理障碍为一体的生殖内分泌代谢紊乱性疾病[1]。PCOS 的发病机制未完全明确,中医无相关病名,依据其症状特点,可归于“月经不调”“崩漏”“闭经”等范畴[2]。《广嗣纪要》曰:“女子之血谓之七损,上为乳汁,下为月经,交合浸淫之水与夫漏浊、崩中、带下之物,皆身中之血也。”可见女性以血为本。《金匮要略·水气病脉证并治》曰:“经水前断,后病水,名曰血分,此病难治;先病水,后经水断,命曰水分,此病易治[3]。”“血不利则为水,水聚则成痰”,故基于此探讨 PCOS 辨治如下。

1　血水同病的理论基础

1.1　生理基础津血同源　《灵枢·营卫生会》曰:“中焦亦并胃中,出上焦之后,此所受气者,泌糟粕,蒸津液,化其精微,上注于肺脉,乃化而为血。”可见血与津液皆源于脾胃所化生的水谷精微,借助经脉运行至全身,共同维持人体基本生理功能。唐容川云:“血得气之变蒸,变化而为水[4]。”《灵枢·邪客》曰:“营气者,泌其津液,注之于脉,化以为血。”血脉如环无端,血和津液同行脉中,不能出于脉外,故通过双向渗透作用而相互转化[5]。张景岳曰:“血液灌溉一身……滋脏腑,安神魂,润颜色,充荣卫,津液得以畅利。”故津血调和,血海满溢,月经方可正常。

1.2　病理基础血水同病　《灵枢·百病始生》曰:“血溢于肠外,肠外有寒汁沫与血相抟,则并合凝聚不得散而积成矣……凝血蕴里而不散,津液涩渗,著而不去,而积皆成矣。”《血证论》云:“血与水,上下内外,皆相济行,故病血者,未尝不病水;病水者,未尝不病血也。”血水互为病理产物,且互为因果,相互致病[6]。

《血证论》认为,阴阳对立统一,血水不相离。气血失和导致血行不畅而化生瘀血,阻滞冲任胞宫,或者血溢脉外,易出现异常子宫出血、月经紊乱、癥瘕积聚、不孕等。“血不利则为水”致津液代谢障碍,而成痰饮水湿留滞于脏腑经脉,易致月经后期、经行水肿、癥瘕等[7]。总之,血水同病是病理情况下机体内瘀血和水湿痰饮等作为病因及病理产物相互影响导致疾病发生的高度总结。多种妇科疾病亦与其密切相关。

2　“血不利则为水”理论内涵

“血不利则为水”源于《金匮要略·水气病脉证并治》,原文载:“寸口脉沉而迟,沉则为水,迟则为寒,寒水相搏,趺阳脉伏,水谷不化……少阳脉卑,少阴脉细,男子则小便不利,妇人则经水不通。经为血,血不利则为水,名曰血分。”借经水不利之象解释了血水间互相影响的病理过程。“血不利”指体内的瘀血状态,主要包括脉中凝滞之血、离经之血及阻经之衄血;“水”是指“血不利”而致的津液运化、输布代谢异常,为病理之水[8]。“虽病于水,而实出于血”“凝血蕴里而不散,津液涩渗,著而不去,而积皆成矣”。

“血不利则为水”隐喻气机不畅为血水同病的诱因[9]。《景岳全书》言:“夫百病皆生于气,正以气之为用,无所不至,一有不调,则无所不病。”气虚水停,气虚致瘀,气滞亦血瘀,气行则血行水散。血病和水病互结,致血瘀水停而阻滞气机,更易滋生瘀血、痰水,恶性循环,使疾病缠绵难愈,耗伤正气,形成虚实夹杂之证。何梦瑶《医碥》云:“气血水三者,病常相因,有先病气滞而后血结者……有先病血结而后气滞者……有先病水肿而血随败者……有先病血结而水随蓄者。”

3　从气血津液辨证探讨 PCOS 的病因病机

3.1　气机不通畅则月经失调　《素问·调经论》云:“人之所有者,血与气耳。”《灵枢经》亦认为机体正气不足,邪气必入侵。《血证论》指出:“凡治血,必调气。”可见气机通畅方可发挥其气化功能。故血水同病以气机不畅为中枢[10]。《类经》云:“故先天之气,气化为精,后天之气,精化为气。”张介宾认为,元气即天癸,天癸充盈,气血畅行分散周身,血海满溢,而天癸不离肾之阴阳。“血属阴类,非阳不运。”PCOS 月经紊乱因肾阳不足,气血失于温煦而不行,日久成瘀,堵塞经脉,使经血不畅[11]。吴瑭《医医病书·经闭论》曰:“女子不月者……阳明虚则饮食少。”可见月经与阳明密切相关。而脾阳之气对精血化生至关重要[12],脾阳不足,化气功能受损,精血不足,冲任失养,出现月经后期甚而闭经等。脾虚亦致水液代谢失常,化生痰湿等有形之邪阻遏胞宫。脾虚无法统血,致冲任不固,血水溢于脉外,发生崩漏等。“人静则血归于肝。”女子以肝为先天,以血为用,肝失条达则气滞血瘀水停,冲任不畅,胞宫藏泄失常,易致月经不规则。阴阳气血失衡易致肝肾阴虚,冲任胞宫失养,出现月经过少、不孕等。

3.2　气血水失衡则激素异常　《血证论》以“阴阳－水火－气血”为核心,指出阴阳即水火,水能化气,火可化血,提出:“火为阳而生血之阴,即赖阴血

以养火[4]。”《素问·生气通天论》云：“劳汗当风，寒薄为皶，郁乃痤。”无火血不生，气属阳，气有余为火，火热偏盛，可表现为痤疮[13]。心肾不交，虚火旺盛，冲任二脉“布胸前，达唇下，绕口唇”，故诸上部位出现多毛。“发为血之余。”《血证论》云：“血余不从下泄而随气上行，循冲、任脉上绕唇颐，生为髭须。”冲任气机逆乱，经血之气上冲，血盛则毛发生长茂盛，亦见多毛[14]。

《金匮要略》云：“妇人之病，因虚、积冷、结气，为诸经水断绝。”血病日久及水，湿浊内生，而湿易阻滞气机，气血水互因互累，湿瘀胶着，致 PCOS 病程迁延难愈[15]。卵巢、子宫位于下焦，极易受湿邪侵犯，影响月经及生殖。

3.3　痰湿瘀互结则代谢失调　PCOS 以脾肾虚弱为本，病机多为脾肾阳虚兼痰湿、肝郁血瘀、肝经湿热[16]。痰湿瘀互结易导致肥胖、胰岛素抵抗、激素紊乱等代谢异常[17]。“诸湿肿满，皆属于脾。”脾在糖代谢中起关键作用，脾精之浓厚者化营化血，轻清者化卫化气[18]。脾气转输水谷精微于全身脏腑。脾精、脾气参与激素、糖脂代谢的调节。研究发现，糖代谢异常和脾虚具有相关性，脾虚痰湿证患者更易出现胰岛素抵抗[19]。若脾虚不得升清，“清气在下，则生飧泄”，精微物质无法被吸收，物质代谢异常，则影响体内血糖，出现糖脂代谢异常。

3.4　气血水胶结则不易受孕　《万氏妇人科》曰：“肥盛妇人，鼎受甚厚，及恣于酒食之人，经水不调，不能成胎，谓之身躯满溢，闭塞子宫。”可见水病累血，痰湿瘀互结于子宫，胞宫阻滞，影响受孕环境[20]。PCOS 患者妇科彩超示卵巢多囊样改变，即中医之癥瘕，血滞水停，阻滞气机，血水互结，湿瘀痰结聚，日久而成多囊样改变，导致没有优势卵泡形成，终成不孕[21]。正如《血证论》所云：“水血调和，则胎孕无病。”

气血水失衡，痰湿瘀结聚易出现激素紊乱、代谢异常，从而影响卵泡正常发育成熟[22]。《素问·上古天真论》云：“二七而天癸至，任脉通，太冲脉盛，月事以时下。”天癸可与现代医学的卵巢相联系。卵泡发育成熟排出有赖肾阳气温煦，若肾精不足，天癸失于滋养，卵泡不能生长，或卵巢卵泡虽多，却没有优卵，甚至卵泡闭锁，影响怀孕[23]。而肾－天癸－冲任－胞宫轴失调，出现月经不规则，不易排卵，不易受孕。

4　气血水同治是 PCOS 治疗大法

4.1　调气是关键　《血证论》指出：“凡治血，必调气。”故治疗应注重调气，且需结合患者自身证候特点和子宫内膜厚度。解乐业认为，若患者脉象有力，子宫内膜厚度≥0.8 cm，需行气活血，宜用当归活血补血，赤芍、丹参、王不留行等活血化瘀，川芎、枳实等行气调经[12]。若脉沉细无力，子宫内膜薄，气血不充，需使冲任气血充盈，当以四君子汤为基础补养元气[24－25]。若见肝郁者，加柴胡、合欢花等行气开郁；肺失宣降者，加桔梗、杏仁等调肺气；心神不足者，加远志、酸枣仁等养心安神[1]。

4.2　重血水同治　水不利致气滞血瘀，耗伤阳气[26]。血得温则行，水得温则散。《金匮要略》温经汤是代表方[27]，亦是妇科调经要方。方中吴茱萸、桂枝温经散寒暖宫，桂枝又可助阳化气，以助血行，当归补血活血，川芎养血理气，补而不滞，牡丹皮活血化瘀，阿胶、芍药、麦冬养血滋阴生津，人参、半夏、生姜、甘草调理脾胃，助气血津液生化之源，诸药合用，养血活血，血水同治。林秋燕[28]研究发现，温经汤能有效降低雄激素水平，调节雌孕激素水平，促进卵泡发育成熟排出。同时，可加用泽泻、茯苓、益母草、白术等血水同调之药[29]。

4.3　重补肾健脾　《景岳全书》曰：“调经之要，贵在补脾胃以资血之源，养肾气以安血之室。”研究发现，助脾散精可恢复卵巢促排卵功能[30－31]。黄健玲以健脾补肾、导痰活血、调经种子法治疗 PCOS，疗效显著[32]。苍附导痰汤具有补肾健脾除湿、导痰活血化瘀功效。研究发现，该方在调节激素水平和卵巢动脉血流，改善肥胖、月经稀发、不孕等症状方面有较好效果[33]。非肥胖型患者肾精血不足，治宜滋补肾阴，可予熟地黄、菟丝子、桑寄生、女贞子、墨旱莲等补肾益精，配合白术、薏苡仁等健脾益气。此外，菟丝子、淫羊藿、女贞子等可促进排卵，泽兰、丹参可调节生殖器官血流供应[34]。

4.4　分三期论治　女性体内的气血随着月经周期而消长。研究发现，依据月经周期变化而促进排卵是 PCOS 治疗重点[35]。卵泡期子宫内膜渐厚，可予川芎、赤芍等助内膜脱落，并注意阳中求阴，以菟丝子、续断等促进卵泡发育。排卵期血海充盈而溢，阴阳气血变化剧烈，宜调和气血阴阳，可予鸡血藤、丹参、当归等。黄体期阳气渐消，阴气渐长，治宜育阴养血，予淫羊藿、巴戟天等促进黄体成熟。

5　结语

总之，PCOS 以脾肾两虚为本，“血不利则为水”为发病基础。唐容川《血证论》指出：“血病不离乎水，水病不离乎血。”临床治疗本病时，应血水同治，调

气活血利水，注重健脾补肾，结合月经周期特点，以达到气血水畅通，五脏功能正常，阴平阳秘的状态。

参考文献：

[1]中国中西医结合学会妇产科专业委员会，张明敏. 多囊卵巢综合征中西医结合诊治指南[J]. 中国中西医结合杂志，2024，44(1)：5－18.
[2]谈勇. 中医妇科学[M]. 北京：中国中医药出版社，2016.
[3]张仲景. 金匮要略[M]. 北京：中医古籍出版社，1997.
[4]唐宗海. 血证论[M]. 天津：天津科学技术出版社，2003.
[5]曾蕾，柯楚霄，徐晓凡，等.《金匮要略》“血水同治”思想及其在岭南中医妇科疾病诊治中的运用[J]. 广州中医药大学学报，2022，39(4)：965－970.
[6]曹兴旺，杨圣堃，曾韵桃，等. 焦络理论辨析血不利则为水[J]. 中国中医药现代远程教育，2024，22(10)：89－91.
[7]李若楠，杨成成，黄利，等. 基于“血不利则为水”从湿瘀论治子宫腺肌病[J]. 成都中医药大学学报，2024，47(2)：55－58.
[8]于佳琪，付姝菲. 古代妇科名家运用“血不利则为水”诊疗思路探析[J]. 时珍国医国药，2019，30(2)：435－437.
[9]张明月，景晓晴，叶玲钗，等. 基于“阳化气，阴成形”理论探究多囊卵巢综合征中医病机与治疗思路[J]. 中医药信息，2024，41(9)：13－17.
[10]吴辰逸.《血证论》中关于血水同病的理论探讨及应用[D]. 南昌：江西中医药大学，2023.
[11]王洋，郑小艳，刘常. 浅析张仲景“血水同治”思想在妇科疾病中的应用[J]. 世界最新医学信息文摘，2019，19(16)：207－209.
[12]张翔昱，谭淑玲. 名老中医解乐业治疗多囊卵巢综合征经验总结[J]. 光明中医，2023，38(24)：4881－4883.
[13]陈姣，王子雯，许孟月，等. 中医学从“热”和“郁”角度治疗痤疮研究进展[J]. 辽宁中医药大学学报，2022，24(6)：160－164.
[14]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.
[15]张春兰，侯丽辉，郝松莉，等. 浅谈“补肾化痰”法在治疗青春期多囊卵巢综合征中的应用进展[J]. 实用妇科内分泌电子杂志，2023，10(36)：55－57.
[16]牛蔚，任健，田琪，等. 多囊卵巢综合征中医证型分类及其关联理化指标的研究[J]. 山东中医杂志，2021，40(7)：687－691.
[17]高敬书，何慧，王宇，等. 多毛症与非多毛症多囊卵巢综合征妇女基线特征与临床结局[J]. 世界中医药，2018，13(8)：2055－2058.
[18]富晓旭，刘桠，高泓，等. “脾气散精”环节在机体糖调节中发挥核心作用的理论探讨[J]. 中国中医基础医学杂志，2021，27(3)：398－399，426.
[19]吴曼，周阁. 从痰论治多囊卵巢综合征不孕研究进展[J]. 湖南中医杂志，2023，39(11)：224－227.
[20]常惠，张多加，沈文娟，等. 基于中医辨证分型的多囊卵巢综合征分子生物学特点[J]. 中国中西医结合杂志，2018，38(11)：1398－1401.
[21]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.
[22]李佳，王亚男，吴兆利，等. 基于“痰湿不孕”探析多囊卵巢综合征的发病机制[J]. 中华中医药学刊，2024，42(10)：123－126.
[23]王天乐，刘鹏飞，陈少禹，等. 基于“伏阳”理论探讨多囊卵巢综合征所致不孕症[J]. 中医临床研究，2024，16(4)：83－87.
[24]陈志燕，金力. 多囊卵巢综合征的高雄激素血症对生育的影响[J]. 中华妇产科杂志，2019，54(6)：425－428.
[25]胡思思，冉茂锦，张玉文，等. 朱鸿秋教授治疗多囊卵巢综合征临证经验[J]. 陕西中医药大学学报，2023，46(4)：55－58.
[26]华琼，何飞，宋昊昱，等. 王自敏基于血水同病论治肾病综合征水肿[J]. 中医学报，2022，37(8)：1665－1670.
[27]程璐，张旭东，侯学思，等. 从经络角度思辨温经汤[J]. 中医学报，2021，36(10)：2063－2068.
[28]林秋燕. 金匮温经汤在不孕症治疗中的应用效果[J]. 中外医学研究，2021，19(31)：159－162.
[29]王露，白俊，朱虹丽，等. 基于“脾气散精”理论探讨多囊卵巢综合征伴胰岛素抵抗[J]. 长春中医药大学学报，2020，36(3)：409－411.
[30]王心瑶，时磊，董秀荣. 加减苍附导痰汤治疗痰湿阻滞型无排卵性不孕症对患者性激素水平及卵巢动脉血流的影响[J]. 中国计划生育学杂志，2022，30(3)：529－533.
[31]赵恋雪，江雅宜，常小琴，等. 岳仁宋治疗多囊卵巢综合征之经验[J]. 江苏中医药，2023，55(12)：14－18.
[32]林夏静，黄晋琰，耿红玲. 岭南名医黄健玲治疗肥胖型多囊卵巢综合征经验拾萃[J]. 四川中医，2024，42(6)：20－22.
[33]张璇，邢天伶，佟庆，等. 金哲教授治疗难治性多囊卵巢综合征经验分析[J]. 河北中医药学报，2017，32(3)：45－47.
[34]唐昕燃，胡真榕，王静，等. 基于“三辨模式”运用苍附导痰汤加味治疗多囊卵巢综合征的临床研究[J]. 湖南中医杂志，2023，39(12)：15－19.
[35]李金金，黄缨. 补肾活血法治疗多囊卵巢综合征的研究进展[J]. 湖北中医杂志，2022，44(12)：47－51.

收稿日期：2026－03－15
编辑：孙铮