

中醫

助孕照護



中醫科 製作

諮詢專線：(04)7113456#8228

讚美專線：0809-055215

住址：彰化市中山路一段366號

服務專線：04-7113456



彰化基督教醫療財團法人
漢銘基督教醫院

CHANGHUA CHRISTIAN MEDICAL FOUNDATION
HANMING CHRISTIAN HOSPITAL

制定日期：2021年05月

修訂日期：2023年08月(二版)

51500-單張-中文-607-02

現今社會普遍存在晚婚、晚育現象而易致不容易受孕，在沒有避孕的情況下，經過12個月以上的性生活，而沒有成功受孕，即稱為不孕症。

造成不孕的原因：男性因素所佔比例並不低，因此不孕症發生時男性、女性應同時檢查。

全民健保推動「中醫提升孕產照護品質計畫，針對特定病理因素所致之原發性或繼發性不孕，由中醫給予適當照護，以提升受孕率。

中醫個人化治療

- 1.中醫認為，女性不孕與心、脾、肝、腎有密切的關係，另有痰、濕、鬱、瘀、寒等干擾因素。按月經週期不同階段用藥，使治療更具有針對性。
- 2.男性精子數目少或排出精液量少者為腎精不足，精子活動力低者為腎氣不足。
- 3.中醫經由望聞問切四診診療，針對不同體質進行個人化治療。另有排卵日指導、基礎體溫判讀、體質證型、月經週期療法、內服藥、針灸治療、營養指導。

西醫常規檢查

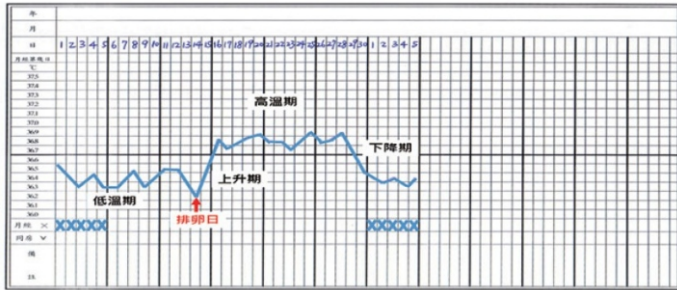
- 1.超音波掃描檢查：可以檢查出是否有子宮肌瘤、子宮內膜瘰肉、巧克力囊腫、與卵巢瘤等等病灶之外，同時可以追蹤子宮內膜狀況與卵泡成長等重要資訊。
- 2.基本精液檢查：判斷精蟲濃度、活動力、型態。
- 3.血液檢查：篩檢與追蹤子宮內膜異位症的指標 CA125、檢查排卵功能有關的荷爾蒙，如FSH、LH、estradiol (E2)、testosterone 等、確認排卵與黃體功能的 progesterone (P4) 以及泌乳素(prolactin)、促甲狀腺激素(TSH)等等。

如何預估排卵日

卵子從卵巢排出之後，存活時間大約為 24 小時。精子在女性體內存活時間大約為 48 小時。因此，抓準排卵日，使自然受孕率提高，有下列三種方法：

1.基礎體溫法

使用基礎體溫來預測排卵日適用於
排卵規律的婦女，可依上一期的排
卵日推測下一週期的排卵日。



↑ 正常基礎體溫曲線

2.排卵試紙法

排卵試紙驗到強陽（顏色兩條一樣
深）之後 48 小時內會排卵，建議
在驗出強陽性後之 24 小時內同房
，是最佳受孕時間。

3.超音波卵泡法

直徑達到1.8-2公分的卵泡為成熟
卵泡，2 公分的卵泡一般會在 10
-24 小時 內會排出，可選擇卵泡
2 公分當日之 24 小時內同房。

中醫療法

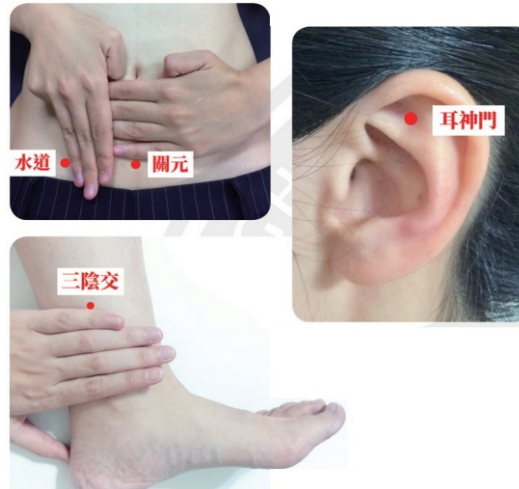
1.穴位按摩

關元：肚臍直下 3 寸（約 4 指幅寬）。

水道：關元穴各往左右旁開 2 寸
（約 3 指幅寬）。

三陰交：足內踝尖直上 3 寸
（約 4 指幅寬），脛骨內側緣
後方凹陷處。

神門：耳朵上方三角窩靠外側的位置



2.添好孕藥液包

使用黨參、當歸、桑寄生、丹參等補
腎健脾、益氣養血中藥材為組合，達
到助排卵之功效。

服法：依照醫師指示服藥。

煮法：隔水加溫或倒出加溫。

生活療法

- 1.解除工作及情緒的壓力。
- 2.控制良好體重勿過度肥胖及太瘦。
- 3.減少菸、酒、藥物的使用。
- 4.保持良好的身心健康、減少熬夜。
- 5.多攝取高蛋白與維他命的食物。
- 6.避免長期處在高溫的環境、避免穿著
太緊的褲子、須持續運動，以維持精
液品質。
- 7.鼓勵適齡婚育，因35歲以後懷孕機會
將顯著下降。
- 8.偵測排卵時間。

自我評量（是非題）

- 1.不孕症發生時男性、女性應同
時檢查與治療。
- 2.抓準排卵日的方法有：基礎體
溫法、排卵試紙法、超音波卵
泡法。

參考資料：

彰基中醫部(2022)·中醫助孕照護(第二版)·
衛教單張。

題號	1	2
解答	0	0