

The Etiology and Treatment Strategies of Infertility Were Discussed from the Perspective of Mongolian Medicine

Yanxia Xie

Mongolian Medicine Hospital of Fuxin Mongolian Autonomous County (Fuxin Mongolian Medicine Research Institute), Fuxin, Liaoning, 123100, China

Abstract

Infertility is one of the major health problems that affect family harmony and social development. Mongolian medicine believes that infertility not only involves physiological factors, but also with the psychological, social environment and other factors. Based on the theory of Mongolian medicine, this paper deeply analyzes the causes of infertility from the perspective of etiology, and proposes the corresponding treatment strategies. The study points out that the occurrence of infertility is closely related to the human body "three" (Heyi, Sheila, Batakan) imbalance, and the treatment should pay attention to the "three", improve physical fitness, supplemented by psychological counseling and social support, in order to achieve the best curative effect.

Keywords

Mongolian medicine; infertility; treatment strategy

蒙医学视角探讨不孕不育病因及治疗策略

谢艳霞

阜新蒙古族自治县蒙医医院（阜新蒙医药研究所），中国·辽宁 阜新 123100

摘要

不孕不育是影响家庭和谐与社会发展的重大健康问题之一。蒙医学认为，不孕不育不仅涉及生理因素，还与心理、社会环境等多方面因素有关。论文基于蒙医学理论，从病因学角度深入剖析不孕不育的原因，并提出相应的治疗策略。研究指出，不孕不育的发生与人体“三根”（赫依、希拉、巴达干）失衡密切相关，而治疗则需注重调和“三根”，改善体质，同时辅以心理疏导和社会支持，以达到最佳疗效。

关键词

蒙医学；不孕不育；治疗策略

1 引言

不孕不育是指夫妻在正常性生活一年以上未能怀孕的现象，是现代医学与传统医学共同关注的重点领域。据世界卫生组织统计，全球约有10%~15%的夫妇面临不孕不育问题，严重影响家庭和谐和社会稳定。论文从蒙医学视角出发，系统阐述不孕不育的病因及治疗策略，旨在为临床实践提供新的思路和方法，提高不孕不育的治疗效果，促进家庭和社会的和谐发展。

2 蒙医对不孕不育的认识

蒙医学是中国传统医学的重要组成部分之一，它有着悠久的历史 and 独特的理论体系。在不孕不育方面，蒙医学认为，不孕不育的原因主要与人体的“三根”（赫依、希拉、

巴达干）失衡有关。“三根”是蒙医理论中描述人体生理功能和病理变化的基本概念，它们分别对应于现代医学中的神经系统、内分泌系统和消化系统等功能。蒙医认为，不孕不育可能由多种因素引起，包括但不限于遗传因素、生活习惯不当、饮食不合理、情绪压力大等。其中，“赫依”失衡可能导致女性月经不调或男性精子质量下降；“希拉”失衡可能影响生殖系统的正常功能；而“巴达干”失衡则可能导致体内湿气过重，影响生育能力。

3 蒙医对不孕不育的分类

3.1 蒙医对男性不孕的认识

在蒙医学中，男性不孕主要归因于“赫依”“希拉”和“巴达干”三根的失衡。特别是“赫依”失衡被认为是导致男性精子质量和数量异常的主要原因。“赫依”失衡通常与精神压力、过度劳累、不良的生活习惯如吸烟饮酒等因素相关，这些因素可以导致男性性功能障碍，如阳痿、早泄等，进一步影响生育能力^[1]。此外，“希拉”失衡可导致男性体内热

【作者简介】谢艳霞（1978-），女，蒙古族，中国辽宁阜新人，硕士，主任蒙医师，从事蒙医治疗不孕不育症研究。

量调节失常,影响睾丸的生精功能;而“巴达干”失衡则可能导致体内湿气过重,影响精子的质量和活力。蒙医治疗男性不孕时,强调通过草药调理、饮食指导、生活方式改变等多方面手段来恢复“三根”的平衡,同时辅以适当的物理疗法如按摩、温泉浴等,以提高治疗效果。

3.2 蒙医对女性不孕的认识

对于女性不孕,蒙医学同样从“三根”失衡的角度进行分析。女性不孕症多与“赫依”失衡引起的月经失调、排卵障碍有关,这往往是由长期的精神压力、情绪波动、生活作息不规律等原因造成的。另外,“希拉”失衡可能导致女性内分泌失调,影响卵巢功能,从而干扰正常的排卵过程;“巴达干”失衡则可能引发子宫内膜异位症、输卵管炎症等问题,阻碍受精卵着床^[2]。蒙医在治疗女性不孕时,除了使用草药外,还会根据个人的具体情况制定个性化的饮食和生活建议,比如推荐食用有助于调节内分泌的食物,避免寒凉食物以免加重体内湿气。此外,蒙医还注重心理调适,认为保持良好的心态对恢复生育能力至关重要。

3.3 先天性缺陷性不孕不育

先天性缺陷性不孕不育是指由于遗传因素或胎儿发育过程中出现的异常所导致的不孕不育问题。在蒙医学中,这类问题被认为是由于父母的“三根”失衡或体质虚弱传递给后代的结果。例如,父亲的“赫依”失衡可能导致精子质量问题,而母亲的“希拉”失衡可能影响卵子的健康或胚胎早期发育。此外,孕期母亲的情绪波动、营养不良、接触有害物质等都可能影响胎儿的正常发育,导致生殖器官畸形或功能障碍。虽然先天性缺陷性不孕不育的治愈难度较大,但通过综合治疗可以显著改善患者的生活质量,并在某些情况下提高生育机会。

3.4 后天病理变化不孕不育

后天病理变化导致的不孕不育是指由于后天因素如疾病、手术、环境污染等引起的生殖系统功能障碍。在蒙医学中,这类问题通常与“三根”失衡密切相关,尤其是“赫依”和“希拉”失衡最为常见。“赫依”失衡可能导致神经系统的紊乱,影响性激素的分泌和生殖器官的功能;“希拉”失衡则可能导致内分泌失调,影响排卵和精子生成。此外,“巴达干”失衡也可能导致生殖器官的炎症或其他病变,影响生育能力。后天病理变化导致的不孕不育治疗重点在于找出并解决病因,恢复“三根”的平衡。

4 蒙医学中的不孕不育病因分析

4.1 “三根”失衡

蒙医学认为,人体健康的基础在于“三根”——赫依(气)、希拉(胆汁)、巴达干(黏液)的平衡状态。这“三根”分别对应着人体的气、胆汁和黏液,它们相互作用,维持着人体的生理功能和心理健康。当“三根”中的任何一个失衡时,都会导致身体出现各种问题,包括不孕不育。

赫依(气)主要负责人体的运动、呼吸和神经系统功能。赫依过盛可能导致女性月经不调、排卵障碍,表现为月经周期紊乱、经量少或过多、痛经等症状。在男性中,赫依过盛可能导致精子活力下降、性功能减退,甚至出现阳痿、早泄等问题。希拉(胆汁)主管消化、代谢和体温调节。希拉过多会引起内分泌失调,影响激素水平,从而影响生殖功能。女性可能出现多囊卵巢综合征、黄体功能不足等问题,男性则可能出现睾丸功能减退、精子数量减少等问题。巴达干(黏液)则负责体液平衡、关节润滑和生殖系统功能。巴达干不足或过剩会影响子宫和卵巢的功能,导致卵子发育不良或子宫内膜不适宜受精卵着床。女性可能出现子宫内膜异位症、宫腔粘连等问题,男性则可能出现前列腺炎、精液异常等问题。

4.2 脏腑功能失调

脏腑功能的协调对生育至关重要。蒙医学认为,各个脏腑之间的功能协调是维持人体健康和生育能力的基础。肝肾功能不足、脾胃虚弱、心肺功能不全等都可能导致不孕不育。肝脏负责储存和调节血液,肝功能不足会影响血液质量和血液循环,进而影响生殖系统的正常功能。女性可能出现月经不调、排卵障碍,男性则可能出现精子质量下降、性功能减退。肾脏是生殖系统的重要器官,其功能强弱直接影响生育能力。肾虚可能导致女性卵巢功能减退、卵子质量下降,男性则可能出现睾丸功能减退、精子数量减少。脾胃虚弱会影响营养的吸收和转化,导致身体缺乏必要的营养物质,影响生殖系统的正常运作。心肺功能不全则会影响气血循环,导致生殖器官供血不足,影响生殖功能的发挥。

4.3 生活习惯与环境因素

不良的生活习惯如饮食不当、过度劳累、情绪压力大等,以及环境污染、辐射等因素,都会导致“三根”失衡,进而引发不孕不育。饮食不当,如过食寒凉食物或辛辣刺激性食物,会破坏体内的阴阳平衡,影响“三根”的正常功能。过度劳累和缺乏休息会使身体疲劳,导致赫依过盛,影响生殖系统的正常功能。情绪压力大,如长期焦虑、抑郁等,会影响希拉的平衡,导致内分泌失调。环境污染和辐射也是现代生活中常见的问题,这些因素会干扰人体的正常代谢和内分泌功能,导致“三根”失衡,进而影响生育能力。因此,改善生活习惯和创造健康的环境对预防和治疗不孕不育具有重要意义。

4.4 遗传因素

遗传也是不孕不育的一个重要因素。蒙医学认为,家族中有不孕不育病史的人,后代发生不孕不育的风险较高。遗传因素可能通过影响“三根”的平衡状态,从而影响生殖系统的功能。例如,某些遗传性疾病可能会影响生殖器官的发育和功能,导致不孕不育。遗传因素还可能影响个体对环境因素的敏感性,使某些人更容易受到外界不利因素的影响,从而增加不孕不育的风险。此外,遗传因素还可能影响

个体的体质,使某些人天生就容易出现“三根”失衡,从而影响生育能力。因此,在临床诊断和治疗不孕不育时,医生需要详细了解患者的家族病史,以便制定更加个性化的治疗方案。

5 蒙医学治疗不孕不育的策略

5.1 调和“三根”

蒙医学治疗不孕不育的核心在于恢复“三根”——赫依(气)、希拉(胆汁)、巴达干(黏液)的平衡状态。通过药物、饮食调理和生活方式的改变,可以有效调节“三根”,改善生殖系统的功能。常用的药物包括乌兰花、红花、肉桂等,这些药物具有调节气血、温通经络的作用,能够帮助恢复赫依、希拉和巴达干的平衡。乌兰花具有活血化瘀的功效,常用于治疗女性月经不调和排卵障碍;红花能够活血通经,适用于血瘀型不孕不育;肉桂则能温阳散寒,改善男性精子质量和性功能。此外,饮食调理也是调和“三根”的重要手段。建议患者多吃富含蛋白质、维生素和矿物质的食物,如瘦肉、鱼类、新鲜蔬菜和水果,避免过食寒凉或辛辣刺激性食物,以免影响“三根”的平衡。生活方式的改变同样重要,患者应保持规律的作息,保证充足的睡眠,避免过度劳累和精神紧张,这些都有助于恢复“三根”的平衡状态,从而改善不孕不育的症状。

5.2 脏腑功能调养

脏腑功能的调养是蒙医学治疗不孕不育的重要组成部分。针对具体的脏腑功能失调,采取相应的治疗方法,可以有效改善患者的生殖功能。例如,对于肝肾不足的患者,可以使用补肾益肝的药物,如枸杞子、肉苁蓉、当归等。这些药物能够滋补肝肾,增强生殖系统的功能。枸杞子具有滋阴补肾、明目的功效,常用于治疗肾虚引起的不孕不育;肉苁蓉能够补肾壮阳,改善男性精子质量和性功能;当归则能补血调经,调和女性月经^[3]。对于脾胃虚弱的患者,则需健脾益胃,常用药物有党参、白术、茯苓等。这些药物能够增强脾胃功能,促进营养的吸收和转化,从而改善生殖系统的功能。此外,针灸和拔罐等外治方法也能有效改善脏腑功能。针灸可以通过刺激特定的穴位,调节脏腑功能,改善气血循环;拔罐则能活血化瘀,促进局部血液循环,缓解脏腑功能失调引起的症状。通过综合应用药物治疗和外治方法,可以有效调养脏腑功能,提高不孕不育的治疗效果。

5.3 心理疏导

心理因素在不孕不育中占有重要地位,蒙医学强调心理调适的重要性。不孕不育不仅是一种生理疾病,还常常伴随着心理压力和情绪问题。长期的心理压力和情绪波动会影

响“三根”的平衡,进一步加重不孕不育的症状。因此,心理疏导是治疗不孕不育不可或缺的一部分。建议患者保持乐观的心态,减少压力,可以通过冥想、瑜伽、听音乐等方式放松心情,缓解心理压力。此外,夫妻之间应加强沟通,互相支持和鼓励,共同面对不孕不育的问题。必要时,可以寻求专业的心理咨询和支持。心理咨询师可以帮助患者识别和处理负面情绪,提供有效的应对策略,帮助他们建立积极的心态,从而更好地配合治疗,提高治疗效果。

5.4 生活方式调整

良好的生活习惯对预防和治疗不孕不育具有重要作用。建议患者养成规律作息、均衡饮食、适量运动等健康的生活方式。规律的作息有助于维持正常的生物钟,促进身体各项功能的协调。患者应保证每天有足够的睡眠时间,避免熬夜和过度劳累。均衡饮食是维持身体健康的基础,患者应摄入多样化的食物,确保营养均衡。建议多吃富含蛋白质、维生素和矿物质的食物,如瘦肉、鱼类、新鲜蔬菜和水果,少吃高糖、高脂肪的食物,避免过食寒凉或辛辣刺激性食物。适量的运动可以增强体质,促进血液循环,改善生殖系统的功能。建议患者选择适合自己的运动方式,如散步、慢跑、游泳等,每周坚持锻炼3~5次,每次30min左右。此外,患者应避免长时间处于高压状态,学会合理安排工作和生活,适当放松自己,创造一个有利于生育的身心环境。通过这些生活方式的调整,可以有效改善不孕不育的症状,提高治疗效果。

6 结语

不孕不育是影响家庭和谐和社会发展的重大健康问题,通过对蒙医学对不孕不育的认识及其分类的研究,可以看到,蒙医学在不孕不育的诊断和治疗方面具有独特的优势和深刻的理论基础。蒙医学通过调和“三根”、调养脏腑功能、心理疏导和生活方式调整等综合方法,为不孕不育的治疗提供了独特的视角和有效的手段。不孕不育并不是无法克服的难题。患者应积极配合医生的治疗,保持乐观的心态,改善生活方式,多数情况下都有望恢复生育能力。希望论文的研究成果能够为不孕不育的治疗提供新的思路和方法,帮助更多家庭实现生育的愿望。

参考文献

- [1] 开花.关于蒙医“壮阳”法的古籍文献研究[D].呼和浩特:内蒙古医科大学,2023.
- [2] 苏日乐格,宝音仓.多囊卵巢综合征的传统医学治疗[J].中国民族医药杂志,2024,30(1):70-75.
- [3] 王斯日古冷,沙日耐,纳贡毕力格.“蒙医身心互动疗法”治疗痛经的回顾性观察[J].中国民族医药杂志,2022,28(8):46-49.