

学术探讨

略论胎养胎教在围产期保健
中的现实意义

中医研究院西苑医院 张士卿

指导:王伯岳 朱文中

近年来,现代医学把妊娠满28周起,至婴儿初生满7天止的一段时间,称作“围产期”。把对这一时期孕妇和围产儿的卫生保健以及疾病诊治等研究工作,称为“围产期医学”。“围产期医学”在现代医学中是一门新兴学科。为了保护孕妇的健康和保障胎儿的正常发育,为新一代的茁壮成长打好先天的物质基础,国内外的医学家对此愈来愈重视。

综观我国历代医学文献,虽无“围产期”这一名词,但关于妊娠疾病的防治、胎儿和初生儿的护养等方面的知识和经验却很丰富。“围产期医学”的许多内容,与中医有关小儿胎养胎教和孕妇临产将息,以及小儿初生护养等的认识颇相一致。

所谓胎养胎教,主要指在怀孕期间,除重视孕妇身心健康外,更要重视对胎儿生长发育和精神情操等方面的护养和教育。

我国古代医家对孕妇的健康和胎儿的护养教育问题,早已非常重视。如《黄帝内经》一书中,就有“胎病”的论述,这为后世胎养胎教学说的形成提供了依据。《史记》和《列女传》中也有胎教内容的记载。《诸病源候论》和《千金要方》都对胎养胎教和孕妇饮食起居等方面的注意事项载有详述。至宋·陈自明在其《妇人大全良方》中立有“胎教论”,专篇进行讨论。从此,胎养胎教学说便为不少医家所推崇。尤其到了清代,陈梦雷等在编辑《古今图书集成医部全录》时,把有关这方面的内容汇集在一起,立目为“小儿未生胎养门”,列于儿科分卷之首,从而使胎养胎教学说更加系统而全面。

中医的胎养胎教学说及其在围产期保健中的现实意义,归纳起来,大致可从下列几个方面进行讨论。

一、调心神——注意精神
因素的影响

祖国医学认为人的精神情志与脏腑的功能有关。精神情志的剧烈变化,最容易造成脏腑气血的功能紊乱。如喜怒无常,忧思过度,或遇突然的精神刺激,都会导致脏腑功能失调;或使气血生化不足,或使气血运行不畅,甚至可因五志过极,化火生热。这不仅影响孕妇自身的健康,而且有助于胎儿的正常发育。

《素问·灵兰秘典论》说:“心者,君主之官也,神明出焉。”指出精神情志和思维意识主要由心所主宰。如果情志不宁,或突遇大惊卒恐等精神刺激,常常会使“心无所倚,神无所归,虑无所定。”(《素问·举痛论》)而致气机逆乱,发生疾病。孕妇如遇此种情况,则不仅能使母体本身患病,同时可能影响胎儿也出现病态。《素问·奇病论》中“人生而有病颠疾者……病名为胎病,此得之在母腹中时,其母有所大惊,气上而不下,精气并居,故令子发为颠疾也”,正是说明了这一点。此处所说的“颠疾”,概指头部或大脑疾患。由此可见,胎儿在母腹中的发育,以及生后的健康状况,会受到孕母精神情志变化的影响。尤其是胎儿的神经系统 and 大脑发育,与孕母的心境、情绪关系更大。

现代医学研究表明,胎儿的耳、目和感觉,在母体内渐趋完善。特别是妊娠中期,胎

儿中耳发育完成,对血液的湍流声、母亲的心音和肠道蠕动声,以至于外界的音乐声、嘈杂声等各种声响,都已能清楚地听到,并作出反应。胎儿的活动,与母亲的情绪变化休戚相关。母亲入睡后,胎儿也就不动;母亲情绪激动时,胎儿活动也增多;如果母亲情绪长期不宁,胎儿活动可比平时增强10倍。(以上引自《生育的知识》,1981年科学普及出版社出版)据此可想,母亲在孕期如能保持情绪宁静,多听些诗文音乐等轻柔悦耳的声音,可能会使孩子生后智力聪慧。

我国古代医家创立的胎教学说正是强调了这一点。胎教学说认为,“妊娠三月始胎,当此之时,血不流,形象始化,未有定仪,见物而变,……欲令子贤良盛德,则端心正坐,清虚如一,坐无邪席,立无偏倚,行无邪径,目无邪视,耳无邪听,口无邪言,心无邪念,无妄喜怒,无得思虑。”(《诸病源候论》)后世更有“宁静即是胎教”之说。可见所谓胎教,无非是主张妇女怀孕之后,应当“和其心志,绝其嗜欲,使心静于内,虑谧于中”(《产孕集》),也就是要求孕母应当随时注意调养心神,陶冶和怡养自己的性情,经常保持心情舒畅,情绪安宁,尽量减少精神刺激,才能使五脏安和,气血顺调,从而确保胎禀充足,使胎儿出生后比较健康。

二、节饮食——注意饮食 宜忌的调摄

孕妇的饮食卫生,也是影响孕母健康和胎儿发育的重要环节。“儿之在胎,与母同体,得热则俱热,得寒则俱寒,病则俱病,安则俱安。”(《格致余论》)故养胎护胎,必须注意孕妇饮食宜忌的调摄。中医认为,妇女孕期不宜过饥过饱,或过食肥甘厚味,更不宜多食辛辣炙煇等刺激性食物。

从现代医学观点来看,小儿大部分脑细胞都在出生前分裂而成。脑细胞的数量是否足够,发育是否完善,对婴儿的智力发展影响很大。而脑细胞的发育又直接与供给的蛋白质、

核酸及一些辅助营养素的充足与否有关。因此欲使孩子生后健康聪明,母亲从怀孕时起,即应保证食物中有足够的蛋白质及其他营养。如果孕妇饮食过少,或过于单纯,从饮食中得到的营养不能满足胎儿发育的需要,往往会导致胎萎不长;或因胎儿夺取母体本身的营养,促使孕妇身体虚弱,冲任不固,无力维系胞胎,从而容易引起早产、流产。

但是,肥甘厚味与辛辣炙煇之品,多食之后,毕竟容易助湿生热,不仅易致胎热、胎动,而且可能导致胎肥、难产,或使婴儿生后多发疮疡疹毒、目赤目烂等疾。故中医认为“妇人妊子,要饮食清淡,饥饱适中。”对于肥甘美味之类食物,只宜适可而止,切忌嗜欲不节。只有这样,才能使“妊娠气清,身不受病,临产易生。”(《古今医统》)

三、谨寒温——注意气候 环境的变化

妇女孕期,血聚养胎,往往抗病力也相应减低。若不加意调摄,很容易被外邪所侵而生疾病,甚至影响胎儿发育,造成各种胎疾。

近人逐步观察到,很多先天性疾患,或先天畸形,都与妇女孕期感染某种病毒(如风疹病毒、流感病毒、巨细胞病毒等),或发烧过度等因素有关。

这说明古代医家认为,胎儿在母腹中,全赖母体五脏之气以养,如果母体一脏之气受伤,则胎儿一脏之气失养,因而强调妇女孕期必须要谨寒温、避风邪,随时避免气候或环境的不良变化来影响母子的健康,的确是有一定科学道理的。做到这一点,就可以减少孕妇感染外邪的机会,从而能够确保孕母健康以及胎儿的发育正常。

四、戒房事——注意孕期 性生活的节制

胞胎在母体中靠母体肾气所维系,胎儿的生长发育,赖母体之真气和精血所滋养。如果孕期纵欲无度,房事不节,必然会扰动相火,

耗劫真阴,导致肾气不固,冲任受损,胎儿发育必受影响。如《产孕集》说:“怀孕之后,首忌交合。盖阴气动而外泄,则分其养孕之力,而扰其固孕之权;且火动于内,营血不安,神魂不密,形体劳乏,筋脉震惊,动而漏下、半产、难产,生子多疾而夭,淫浊而钝。”这种认识与现代医学的看法颇相吻合。

现代医学认为妊娠头两个月若不禁房事,会促使子宫收缩,容易引起流产;后两个月不禁房事,容易感染、或致早产和胎盘早期剥离。近来国外研究也证实,临产前一个月进行性生活,不仅会引起子宫收缩,而且增加了胎儿羊膜水感染的机会以及胎儿的死亡率。这都说明中医主张妇女受孕后,应当分房静养,节制房事,确实是有实际意义的。

五、慎起居——注意生活劳逸的适度

妇女孕期,生活一定要有规律,要起居有常,劳逸适度。比如,孕妇应有足够的睡眠,但也不宜过多睡卧。“久卧伤气”,睡卧过多,势必影响气血运行,有碍于胎儿正常营养的供给,且易引起气滞难产。故孕妇应做些力所能及的活动,以保持全身经脉通畅,气血和顺。这不仅有益于胎儿的发育,同时有益于顺利分娩。《儒门事亲》强调:“儿在母腹中,其母作劳,气血动用,形得充实,……多易生产。”意即在此。不过,由于孕妇重身,行动不便,故又必须注意不可过劳妄作。一切繁重的劳动和剧烈的活动,如背、挑、抢、扛、蹦、跳、颠、跑等都应避免,也不宜提挈重物,或攀高涉险,以免发生意外,损伤胎儿,导致流产或早产,甚至危及孕妇的生命。

六、审药治——注意孕期药治的宜忌

很多孕期疾患对胎儿的生长发育都有直接或间接影响。如子肿、子痫、羊水过多、胎萎不长等,都是危及母子健康,或造成流产、早产以及胎儿死亡的重要原因。所以对这些病应

当及时防治。但在具体用药时,必须掌握“病去母安,胎亦无殒”的原则。孕妇无病,不宜乱服药石,以免妄伐无辜。即使有病,也应治病与安胎并举。故在使用药物时,必须注意妊娠禁忌。凡峻下滑利、行血破血、耗气散气及一切有毒之品,皆当禁用或慎用,以免妨害胎元,造成轻则动胎,重则堕胎,甚至影响孕妇健康的不良后果。如因病情需要,必须选用此类药物时,用量也不可过大,只宜衰其大半,中病即止。

中医对于妊娠疾患应当“审药治、保胎元”的认识由来已久。秦汉时期成书的《神农本草经》中,就有“水银”等药可以堕胎的记载。《珍珠囊补遗》的“妊娠服药禁忌歌”指出四十余种药品在妊娠期应当禁用或慎用。这些宝贵经验,是我们在防治孕期疾病过程中必须引为重视的。

目前,对孕期用药问题,也引起了现代医学的重视。他们观察到,很多西药在孕期如果使用不慎,也有导致胎儿畸形的可能。可见,孕期用药必须谨慎从事,严守禁忌,也是养胎护胎的重要一环。

此外,对一些与父母健康有关,或某些与先天遗传因素有关的疾病,也应当认真对待,积极防治,以保证胎孕的质量。中医宝库中有这方面的经验,很值得我们去深入探索。

如《医部全录·儿科》“小儿未生胎养门”中载有李东垣一则医案。案中所述是一对中年夫妇,连得五子,都因小儿在一、二岁时患同一种“红丝瘤”病而夭亡。后经东垣诊治,认为是由父母之体肾有伏火,孕胎之后以气相传所致。故嘱男服滋肾丸以泻肾中伏火,补真阴不足,并忌酒酢辛燥等热性食物;女服六味地黄丸以养阴血,并于受孕五月之后,以黄芩、白术二味为散,连用五至七服以清胎热。此后又生三子,都健康无恙。据案分析,其病很可能与某些遗传因素有关。这可使我们从中得到启示:某些与先天遗传因素或父母健康状况有关的小儿疾病,可以用药物在孕前或孕期对其父母预先进行调治,从而起到一定预防作用。如

首都医院让孕妇服用“活血化癥丸”(益母草、当归、芍药、川芎、广木香)预防“ABO”型新生儿溶血症,初步取得了可喜的效果。可见,如何应用中医中药或中西医结合方法,防治某些与先天遗传因素有关的疾病,应该作为今后围产期保健研究工作中的一个值得重视的新课题。

总之,胎养胎教内容相当广泛,虽然其范围远远超出了“围产期”,但其基本精神和实质内容,在今天的围产期保健中确实有现实的指导意义。因此我们有必要对它进行发掘和整理,以期“古为今用,推陈出新”,让它为保障新生一代的健康聪明,为中华民族的繁衍昌盛发挥更大的作用。

桃红四物汤治疗过敏性紫癜 12 例疗效观察

中国人民解放军第一四五医院中医科

王钦山 于瑞珍

过敏性紫癜又称出血性毛细血管中毒症,是一种毛细血管变态反应性疾病,主要表现为皮肤或粘膜出血,此外常伴有腰痛、关节肿痛或肾脏方面的症状。血小板计数和血液凝固机能正常。部分患者毛细血管脆性试验阳性。一般常规治疗效果不甚满意,易于复发,我们采用中药桃红四物汤为主治疗,取得了较满意的疗效,报告如下。

一、诊断标准及一般情况:

12 例中全部有皮肤紫癜,呈斑丘疹样,以四肢躯干为多,分布对称,分批出现,压之不退,有痒感或不适感。化验:血小板、出血和凝血时间均正常,束臂试验阳性者 3 例。除外其它出血性疾病。

本组 12 例中,男性 11 例,女性 1 例。年龄最大 40 岁,最小 16 岁,22 岁以下者 9 例。病程最长者 4 个月,最短者 2 天,平均 16.3 天。

二、治疗方法:

全部病例以中药治疗为主,有的辅以维生素 C,除 1 例曾用氢化可的松治疗 3 天无效改用中药治疗外,余 11 例均未用过肾上腺皮质激素类药物。中药基本处方:丹皮 10 克,丹参 30 克,桃仁 10 克,红花 12 克,当归 15 克,虎杖 30 克,黄芪 30 克,甘草 10~15 克。咽部红肿加银花 30 克、连翘 12 克。水煎每日 1 剂,分 2 次服。最少服药 11 剂,最多者 40 剂,平均 18 剂。在治疗过程中,未见任何副作用。

三、疗效:

紫癜全部消退,伴有症状全部消失,经评定为临床痊愈者 9 例;紫癜大部消退,或偶有少数紫癜出现,

伴有症状消失或明显减轻,评定为显效者 2 例;因故中途出院者 1 例。

四、讨论:

本病与祖国医学文献中所描述的“发斑”、“紫癜风”等相近似,可由风火湿毒侵袭腠理或过食膏粱厚味鱼腥之类,蒸热积蓄,热伤血络;也可因脾气虚弱,气不摄血致血不循经,溢于脉外发为斑疹。一般文献记载,多用凉血解毒、滋阴泻火或补气摄血等治法。由于斑疹暗红或紫红、压之不退色为离经之血瘀于皮里所致,故采用活血化癥的治疗方法,以桃红四物汤为主,辨证加减。一般服药 2~4 剂,紫癜可停止再发,原有者也渐消退,服 20 剂左右治愈,临床疗效较好。

根据已报道的资料证明,活血化癥中药对免疫性疾病各个环节均有治疗作用⁽¹⁾;同时有增加肢体血流量,消除炎症,改善毛细血管通透性的作用⁽²⁾。此外,活血化癥中药还能抑制多种因子诱导血小板聚集,降低血小板表面活性,增加纤维蛋白溶解性,降低纤维蛋白稳定因子的活性,改善血液的凝固状态⁽³⁾,有利于瘀血的溶解、紫癜的消失。这些可能是治疗本病的药理基础。

参 考 文 献

- (1) 周勇等:活血化癥治则和中药在治疗免疫性疾病中的应用及实验研究。内部资料,1979。
- (2) 广州军区军医学校中医教研组:活血化癥法临床研究及实验研究的综述。内部资料,1997。
- (3) 华丕显:活血化癥治则原理的实验研究概况。内部资料,1979。