

DOI:10.13288/j.11-2166/r.2025.03.017

温阳法在多囊卵巢综合征性不孕症中的应用探讨

闫朋宣¹, 张海艳², 赵雨坤³, 高雅蓓⁴✉, 李鲲¹, 张京春⁵, 赵宇平¹, 魏子孝⁵

1. 中国中医科学院, 北京市东城区东直门内南小街 16 号, 100700; 2. 北京市海淀区妇幼保健院; 3. 中国中医科学院中医基础理论研究所; 4. 北京市丰台区中西医结合医院; 5. 中国中医科学院西苑医院

[摘要] 认为多囊卵巢综合征(PCOS)性不孕症存在阳虚病机, 总结温阳法治疗在改善子宫内膜异常、提升卵泡质量、纠正内分泌紊乱、改善临床症状方面对PCOS性不孕症有较好作用。临证以温阳代表方阳和汤为基础化裁出阳和消囊汤, 随症配伍温药, 同时提倡配合有氧运动以助阳气生发, 以期为临床治疗提供思路。

[关键词] 多囊卵巢综合征; 不孕症; 温阳法; 阳虚

多囊卵巢综合征(polycystic ovary syndrome, PCOS)是影响育龄期女性生育能力的疾病, 临床症状多为月经失调、肥胖、不孕、多毛、痤疮、黑棘皮症等, 并伴有卵巢多囊样改变、稀发或无排卵、性激素紊乱及胰岛素抵抗等^[1]。现代医学治疗PCOS以激素替代、促排卵及改善临床症状为主, 但对于PCOS性不孕症患者可导致高促排、低妊娠现象, 并会诱发子宫异常出血、卵巢过度刺激综合征、胃肠道不适等多种不良反应^[2]。中医药治疗PCOS性不孕症已取得一定的临床进展, 主要从肾、脾、肝三脏论治, 兼顾痰湿、瘀血、气滞等实邪, 多以补脏泻实为治则, 常用补肾活血、健脾化痰利湿、疏肝理气等治法^[3]。我们结合相关文献研究和临床实践经验, 重视阳气在疾病中的重要地位, 总结出温阳法治疗PCOS性不孕症的思路和方药, 并以经典名方阳和汤化裁形成自拟阳和消囊方, 现将临证思路总结如下。

1 PCOS性不孕症存在阳虚病机

根据PCOS性不孕症临床症状特点, 可将其归属中医学“不孕”“癥瘕”范畴。我们认为, PCOS病机多与脾肾两虚有关, 其中肾虚为本, 而两脏亏

虚可诱发或并发痰湿、瘀血等病理产物, 致痰瘀阻滞胞宫, 且相互影响, 使肾-天癸-冲任-胞宫轴功能失常而发病, 病性属本虚标实, 以虚实夹杂证多见^[4]。肾虚、脾虚、血瘀、痰阻四者多同时出现, 可以相互促进、相互影响, 很难完全或者单独割裂开来。

《医碥·气》曰:“阳气者, 温暖之气也。”阳气是一种活力很强的、能激发和促进机体生长发育及脏腑经络生理功能的无形精微物质。精血津液的生成与输布, 各脏腑组织的正常运转都依赖于阳气的推动和激发功能才得以正常进行。《医理真传》言:“阳者, 阴之主也。阳气流通, 阴气无滞, 自然百病不作。阳气不足, 稍有阻滞, 百病丛生。”若阳气亏损, 气化无能, 阴寒内生, 加之温煦推动无力, 精血津液代谢减弱或运化不畅, 导致痰浊、水湿、瘀血等有形之物聚集, 并可通过气之升降出入, 停滞于周身各处, 进一步抑制阳气正常功能, 则百病始生。肾为先天之本, 主生殖, 内寄元阳, 脾为后天之本, 主气血化生, 可充养阳气。PCOS患者脾肾两虚, 本就阳气不充, 又因痰瘀阻滞, 痰瘀皆属阴邪, 阴损及阳, 耗伤阳气, 并抑制阳气气化功能, 使精血无以化生, 滋养胞宫, 从而出现卵泡生长迟缓、发育难以成熟的现象, 导致孕胎不能。阳气有生发之能, 阳虚则不能推动卵子成熟排出。PCOS患者阳虚则胞宫失于温煦, 御邪不能, 可成为病邪藏匿之处, 则痰瘀潜藏于胞宫, 胶结难

基金项目: 国家中医药管理局中医药创新团队及人才支持计划(ZYYCXTD-D-202205); 中国机械工业集团有限公司科研专项中医诊疗与中药材生产过程监测关键仪器设备开发项目(ZDZX2022-2)

✉ 通讯作者: 810296169@163.com

祛,加之阳虚阴寒凝滞,痰瘀之邪更加积聚不散,阻于胞宫,暗伤冲任胞络,使阳气愈亏,导致子宫内膜容受性降低,愈加难以受孕。综上我们认为,PCOS 性不孕症属本虚标实之证,存在阳虚病机。

2 温阳法在 PCOS 性不孕症中的相关作用

《女科要旨·种子》指出生殖核心为“一曰择地,二曰养种,三曰乘时,四曰投虚”,四者共同作用是胚胎正常形成、发育和分娩的基础,也是良好妊娠结局的先决条件。温阳法是通过温补人体阳气,扶正祛邪,从而恢复人体阴阳平衡,促进疾病康复。该法对于 PCOS 性不孕症,主要是通过调节阴阳平衡,发挥改善子宫内膜容受性、提升卵泡质量、纠正内分泌紊乱、改善临床症状等方面的作用,从而改善女性生殖健康的状况。

2.1 改善子宫内膜容受性

子宫内膜容受性是指子宫内膜在特定的时期(种植窗口期)允许胚胎定位、黏附、侵入,是胚胎能够正常植入、发育的关键,约 2/3 胚胎种植失败的原因与其有关^[5]。PCOS 性不孕症患者多存在雌激素和孕激素的平衡紊乱,影响子宫形态/容积、内膜厚度、类型、血流参数等,导致子宫内膜容受性降低而无法受孕^[6]。

阴阳转化是子宫内膜规律性改变的基础,是保证月经如期而下的核心,其中阳气是保证子宫内膜容受性的重要因素。祝味菊《伤寒质难》曰:“阴为物质,阳为势力。一切生机,攸赖在阳……阳机固然不能离去物质而自存,然物质能行动变化而为生者,阳之用也。”子宫内膜增生期一般发生在月经周期中第 5-14 天,为腺上皮细胞、腺体数、间质及血管逐步生长的动态过程,属于阳动阳长的过程^[7]。同时,阳气充盛,温煦推动之力强,则子宫动脉血流顺畅,血流阻力处于较低水平,子宫血流灌注量增加^[8],从而提高子宫内膜容受性。《医贯砭·阴阳论》言:“阴阳又各互为其根,阳根于阴,阴根于阳;无阳则阴无以生,无阴则阳无以化。”阴阳相互依存,在子宫内膜增生期阳动阳长过程中,在阳气的鼓动下,阴血也逐渐聚集,子宫内膜逐渐发育,以保持内膜均匀生长,利于子宫内膜呈现“三线征”(A 型)。《素问·调经论篇》云:“血气者,喜温而恶寒,寒则泣不能流,温则消而去之。”若持续阳气不足,胞宫虚寒,血流运行缓滞,瘀阻胞宫,导致子宫内膜血液循环不畅。

温阳法可温养胞宫,纠正宫寒瘀阻致胚胎难以着床的现象,有助于顺利妊娠。研究表明,通过中药汤剂调理、针刺、艾灸等温阳治疗可以促进子宫内膜血液循环,显著改善子宫内膜血流参数,促进内膜发育和增加内膜厚度^[9-12]。如温肾活血汤相对于克罗米芬,可使 PCOS 性不孕症患者 A 型子宫内膜形态明显增加,内膜厚度明显提升,整体改善子宫内膜容受性而提高受孕成功率^[13];补肾化瘀方可显著增加子宫内膜厚度,降低子宫内膜螺旋动脉血流搏动指数、阻力指数,显著提升 A 型子宫内膜比率,提高子宫内膜容受性,从而提高患者临床妊娠率^[14]。

2.2 提升卵泡质量

PCOS 性不孕症患者卵巢中多存在多而小的不成熟卵泡,因卵巢多囊性改变,使得正常的卵泡发育和排卵受阻^[15]。肾阳为一身阳气之根,《景岳全书》曰:“五脏之阳气,非此不能发”,肾阳足则温养脏腑经络,并激发其功能和生理活动正常发挥,精血津液得以正常化生、输布,卵泡发育和成熟的物质基础才能得到保障。同时,阳气具有向外、向四周运动的趋势,故温阳有助于卵泡发育成熟,质量更优。在阳气的鼓动下,氤氲之气沸腾,阴阳交感,卵泡适时而破,精卵相合方可受孕。肾阳亏虚,化气无权,无以温煦,导致生殖功能降低,或素体阳虚、饮食不节损伤脾阳,运化水谷精微乏力,均可导致卵泡发育、成熟所需的精微物质亏虚,直接影响卵泡增长速度和塑形,从而形成异常卵泡。另阳虚阴盛,阴太盛则抑制阳气推动作用,不能适时助卵泡“变”而排出,造成卵泡无限无序生长,从而导致卵泡过大不能排出。

温阳法可增强阳气温煦、气化、推动作用,有助于卵泡规律发育,直至成熟排出。如有研究表明,具有温阳作用的暖宫孕子胶囊联合复方玄驹胶囊治疗 PCOS 性不孕症可有效增加卵泡直径,促进卵泡发育、成熟及排出^[11];通脉温阳灸结合温经汤治疗肾虚宫寒型排卵障碍性不孕相较于单纯温经汤,更有利于推动患者恢复正常排卵,提高受孕能力^[16]。

2.3 纠正内分泌紊乱

PCOS 性不孕症患者通常存在内分泌紊乱,导致月经周期紊乱不易受孕;雄激素水平增高,导致雌激素与雄激素的平衡失调,进而影响卵泡的发育与排卵,导致不孕^[17]。此外,胰岛素抵抗干扰卵

巢的正常功能,影响雄激素代谢和脂质代谢,可加剧 PCOS 的症状^[18]。现代中医妇科学认为肾-天癸-冲任-胞宫生殖轴与下丘脑-垂体-卵巢生殖轴具有类似功能,均参与并调控女性的经、带、胎、产等生理过程。我们认为,阴阳平衡与内分泌系统的正常运作密切相关,肾阳旺盛,肾中真阴不断充实,天癸方能逐渐成熟,若肾阳不足则会通过影响激素分泌水平而影响生育功能;反之,内分泌系统的紊乱也可能导致阴阳失衡,表现为一系列加重或影响生殖的症状和体征。有学者^[19]认为促黄体生成素(LH)能促使黄体酮的合成与分泌,LH 峰形成能诱发成熟卵泡排出、促进黄体形成,其生化鼓动质变,泄而不藏,有类似阳气的激发和温煦作用,且 LH/促卵泡激素(FSH)值与肾阴虚、肾阳虚存在相互关系。

温阳法有助于纠正内分泌紊乱。空腹胰岛素(FINS)、稳态模式胰岛素抵抗指数(HOMA-IR)升高是痰湿阻滞的特异性指标^[20]。加味二仙汤具有温肾壮阳祛瘀之功,可降低 PCOS 不孕症伴胰岛素抵抗患者的 FINS、HOMA-IR、空腹血糖(FPG)水平以及 LH、FSH、雌二醇(E₂)、睾酮(T)等激素水平,说明该方可有效降低患者的胰岛素抵抗以及调节性激素水平^[21]。

2.4 改善临床症状

阳气不足产生的症状多样,可表现为月经愆期或先后不定期、经色黑或暗淡,带下量多或黏稠,腰酸,胸闷恶心或痞闷,形体肥胖或偏瘦、毛发过重,小腹疼痛拒按等症状,以及卵泡数量异常、形态异常、排出异常等体征。温阳法有助于解决或缓解 PCOS 性不孕症的临床症状,如朱玲^[22]使用肾气丸合苓桂术甘汤治疗 PCOS 性不孕症患者,可促进患者月经周期逐步恢复,经色、量、质也渐趋正常,改善小腹不适、困倦、纳差等症状,并能提升卵泡质量,使卵泡顺利排出。

3 温阳法治疗 PCOS 性不孕的临证思路

《素问·至真要大论篇》曰:“谨察阴阳所在而调之,以平为期。”我们提出 PCOS 性不孕症治疗的关键在于纠正阴阳偏颇,恢复阴阳平衡。临证重视温阳法的运用,以“补不足损有余”为道,温阳抑阴祛邪,在经典名方温阳代表方阳和汤(由熟地黄、肉桂、白芥子、甘草、麻黄、鹿角胶组成)基础上加炒山楂、益母草、月季花、川芎、当归,形

成 PCOS 性不孕症的通治方“阳和消囊汤”。此方既有阳和汤温阳补血、散寒通滞之功,又含四物汤补血养阴之意,使阳得阴助则生化无穷。

3.1 痰得温则化则消

痰为阴邪,最易损伤阳气、阻滞气机,痰湿壅阻胞宫,痰脂凝聚,致卵巢增大、腹型改变,薄膜增厚、小腹膨隆,日久阳虚邪阻,“窠囊”形成^[23],致卵子发育艰难、聚而不化,使卵巢呈多囊性改变,或偶有卵泡成熟但排出无力、无序发育,从而导致 PCOS 性不孕症患者的稀发排卵,发为不孕症。肥胖型 PCOS 性不孕症多与痰湿有关,如《女科切要·调经门》所言:“其肥白妇人,经闭而不通者,必是湿痰与脂膜壅塞之故也”。《金匱玉函经二注解》云:“痰饮由水停也,得寒则聚,得温则行,况水行从乎气,温药能发越阳气、开腠理、通水道也。”温性药物可振奋阳气、宣发腠理、通调水道,助 PCOS 性不孕症患者体内之痰裂解分化,通过汗液、二便形式排出。按照《金匱要略·痰饮咳嗽病脉证治》“病痰饮者,当以温药和之”的治疗思路,对于肥胖型 PCOS 性不孕症,尤其是卵泡发育障碍及排卵障碍者,临床多在阳和消囊汤基础上加松花粉、丝瓜络,与方中白芥子组成角药配伍。白芥子性辛温,可消皮里膜外之痰;松花粉性温易走散,补肾壮阳,消痰通络,防痰湿致瘀,《神农本草经》载其“主治心腹寒热邪气,利小便,消瘀血,久服轻身益气力,延年”;《本草纲目》载丝瓜络“能通入脉络脏腑,而去见毒,消肿化痰,祛痛杀虫及治诸血病也”,其既可疏通经络、畅涤管络络脉瘀痰,又可助卵外排。三者合用,温阳化痰力甚,通络育卵力强。

3.2 血得温则行则散

《医宗金鉴》指出:“因宿血积于胞中,新血不能成孕。”瘀血停滞,阻碍气血运行,影响冲任胞宫,则致不孕。血液以通为贵,以运为要,临床对于瘀血甚者,治宜遵循《诸病源候论》“温则血消”的思路,多在阳和消囊方基础上加炮姜、玄驹配伍鳖甲。炮姜辛、燥,温里之力虽不如干姜迅猛,但作用缓和持久,既可活血化瘀又可敛血以防祛瘀太过,有通中寓塞之意。玄驹与鳖甲均为血肉有形之品,玄驹性走窜,具有益肾壮阳、活血通络、化痰消癥之效;鳖甲具有软坚散结、滋阴潜阳功效,能祛久瘀、化瘀结,并缓解阳气过盛。炮姜借玄驹、鳖甲之力直达病所,引瘀血下行,有推陈致新之

意。三者合用，相得益彰，温阳祛瘀、化生精血，助破卵增膜功效倍增，而无温燥伤阴之虞。

3.3 温阳有助于邪气从汗孔排出

《素问·阴阳别论篇》曰：“阳加于阴谓之汗。”高世拭在《黄帝内经素问直解》将其注释为“阳加于阴谓之汗，言阳气有余，内加于阴，阴得阳而外出，故谓之汗”。吴塘《温病条辨·汗论》亦言：“汗也者，合阳气阴精蒸化而出者也……故汗之为物，以阳气为运用，以阴精为材料。”上述论述说明有无汗出、汗之多少受体内阴阳相互作用的影响，生理情况下，机体内阳气充盛有余，阴津充沛，阳气推动阴津发于体表即汗出。而汗又可调节体温，保持机体阴液与阳气的平衡，推进痰、瘀等病理产物的排出。若阳虚无力蒸腾阴液，津液停留凝滞，不能气化成汗，汗出不畅或无道，病理产物无法随汗排出，堵塞皮肤脉络，可见皮肤毛囊出现痤疮、红肿等。上颌、下颏、后背汗孔丰富且皮肤细腻，故易拥堵汗孔而造成局部皮肤红肿或痤疮^[4]。治疗应遵循《素问·阴阳应象大论篇》中“其有邪者，渍形以为汗；其在皮者，汗而发之”，助阳气充盛，宣散卫气，消灼痰瘀，迫邪外出。温阳则玄府开，可化痰化脂成水，使其从汗孔（玄府）或二便排出。临证常用阳和消囊方中少量蜜麻黄（3~6 g）迫邪外排，少麻黄蜜制可使其温阳而无伤阴之虞。邪从玄府去则经络通畅，方能月经正常，卵子成熟排出，并与精子相合而受孕。或可加用对药桂枝-皂角刺以温阳发汗散邪，桂枝宣汗利邪、温阳化邪、温经通络，皂角刺辛散温通，二者合用，助邪外泄。

3.4 运动有助于阳气生发

《素问·阴阳应象大论篇》曰：“阴静阳躁，阳生阴长”，指出阳气喜动宜变的特性。运动对于阳气具有生发作用^[24]，临床治疗尤为强调运动，动而生阳，动则生气，如《遵生八笺》所云：“运动以却病，体活则病离”。现代医学认为，阳气与能量代谢、线粒体功能、自噬通路关系密切相关，而运动能加快人体代谢，产生能量^[25-26]，这是“动而生阳”现代医学理论依据，也为温阳法治疗 PCOS 性不孕症的立法根据。临床提倡有氧运动为主，如在月经结束后至排卵当日（卵泡期），服用阳和消囊方的同时辅以跳绳，在排卵后至下次月经或发现妊娠前（黄体期）辅以慢跑。

4 小结

本文基于 PCOS 性不孕症阳虚的病机特点，系统阐述该病的临床症状和体征的形成，运用温阳法治疗的临证思路以及温阳法在其中的具体作用机制，以期治疗 PCOS 性不孕症提供思路和辨证用药依据，对于指导临床具有一定的意义。

参考文献

- [1] 中国中西医结合学会妇产科专业委员会. 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] HOEGER KM, DOKRAS A, PILTONEN T. Update on PCOS: consequences, challenges, and guiding treatment [J]. J Clin Endocrinol Metab, 2021, 106(3): e1071-e1083.
- [3] 颜璐, 王秀青, 夏敏, 等. 中医治疗多囊卵巢综合征不孕研究进展[J]. 实用中医药杂志, 2023, 39(4): 834-836.
- [4] 闫朋宣, 张海艳, 赵雨坤, 等. “亚临床多囊卵巢综合征”的提出及治未病思想在其防治中的应用[J]. 中医杂志, 2022, 63(9): 830-833, 838.
- [5] 林韵颖, 孙贇. 脂代谢对子宫内膜容受性的影响[J]. 中华生殖与避孕杂志, 2021, 41(5): 402-407.
- [6] TOM C. Exercise programming for polycystic ovary syndrome [J]. Strength Cond J, 2022, 23(12): 17-21.
- [7] 胡佐鸿. 子宫内膜周期性变化的阴阳属性[J]. 中国中医基础医学杂志, 2010, 16(6): 532-534.
- [8] 李晓平, 汤海霞, 罗军, 等. “益肾助孕方”对肾虚型排卵障碍性不孕症患者促排卵治疗后子宫内膜容受性的影响: 附 35 例临床资料[J]. 江苏中医药, 2022, 54(6): 36-39.
- [9] 陈苗, 马会明, 冯亚宏, 等. 健脾益肾化浊方对多囊卵巢综合征模型大鼠卵巢颗粒细胞凋亡蛋白及 PI3K/AKT/mTOR 通路的影响[J]. 中医杂志, 2023, 64(15): 1585-1592.
- [10] 吴静, 罗陆萍. 针药并用治疗多囊卵巢综合征不孕症的疗效观察[J]. 上海针灸杂志, 2024, 43(3): 266-271.
- [11] 熊丹丹, 马天楠, 徐进辉. 暖宫孕子胶囊联合复方玄驹胶囊治疗多囊卵巢综合征不孕症的临床效果[J]. 临床合理用药, 2024, 17(8): 37-39, 43.
- [12] 余玲玲, 郭乐, 尚姝. 益精补肾孕子方联合艾灸对多囊卵巢综合征排卵障碍性不孕患者性激素水平及卵巢血流动力学的影响[J]. 湖北中医杂志, 2020, 42(9): 13-15.
- [13] 宋联进, 庞名敏. 温肾活血汤改善 PCOS 合并不孕患者子宫内膜容受性的临床观察[J]. 贵州医药, 2023, 47(8): 1245-1246.

- [14] 贺晓霞, 游方. 补肾化瘀方对卵巢储备功能低下不孕患者子宫内膜容受性的影响[J]. 辽宁中医杂志, 2023, 50(1): 94-97.
- [15] ALEBI MI. Polycystic ovary syndrome (PCOS): a never-ending clinical challenge observation on therapeutic effect of integrated traditional Chinese and western medicine on polycystic ovary syndrome [J]. Clin Exp Obstet Gynecol, 2022, 49(6): 15-19.
- [16] 许康月. 通脉温阳灸结合温经汤治疗肾虚宫寒型排卵障碍性不孕临床研究[D]. 合肥: 安徽中医药大学, 2024.
- [17] ABBARA A. Editorial for Clinical Endocrinology Special Issue on Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) [J]. Clin Endocrinol (Oxf), 2022, 97(2): 155.
- [18] LI M, CHI X, WANG Y, et al. Trends in insulin resistance: insights into mechanisms and therapeutic strategy [J]. Signal Transduct Target Ther, 2022, 7(1): 216.
- [19] 闫朋宣, 胡森波, 杜宝俊. 杜宝俊教授治疗多囊卵巢综合征经验[J]. 新中医, 2013, 45(6): 193-194.
- [20] 高敬书, 朱梦一, 马红丽, 等. 伴或不伴卵巢多囊样改变的多囊卵巢综合征痰湿阻滞型患者临床特征比较[J]. 中医杂志, 2021, 62(5): 428-432.
- [21] 丁莉, 周传亚, 葛珊. 加味二仙汤对多囊卵巢综合征不孕患者胰岛素抵抗及性激素水平的影响[J]. 世界中西医结合杂志, 2024, 19(2): 302-306.
- [22] 郑允玲, 朱玲. 朱玲基于“病痰饮者, 当以温药和之”治疗多囊卵巢综合征的经验[J]. 广州中医药大学学报, 2024, 41(1): 224-229.
- [23] 张丽丽, 张子月, 许彩凤. 从巢囊理论探讨多囊卵巢综合征所致不孕[J]. 中医药临床杂志, 2023, 35(6): 1066-1069.
- [24] 邹君芳, 杨文丽, 罗艺铃等. 肖长江基于“动则生阳”理论论治颈心综合征经验[J]. 湖南中医杂志, 2023, 39(12): 39-41.
- [25] 安冬. 基于“线粒体能量代谢”探讨右归丸干预肾阳虚证“阴中求阳”的作用机理[D]. 兰州: 甘肃中医药大学, 2020.
- [26] 潘婷婷, 宋子贤, 赵晗等. 基于线粒体自噬障碍探讨冠心病“阳微阴弦”的科学内涵[J]. 中医学报, 2024, 39(3): 463-467.

Discussion on the Application of Warm-Yang Method in Polycystic Ovary Syndrome Infertility

YAN Pengxuan¹, ZHANG Haiyan², ZHAO Yukun³, GAO Yabel⁴, LI Kun¹, ZHANG Jingchun⁵, ZHAO Yuping¹, WEI Zixiao⁵

1. China Academy of Chinese Medical Sciences, Beijing, 100700; 2. Maternal & Child Health Hospital of Haidian District, Beijing; 3. Institute of Basic Theory for Chinese Medicine, China Academy of Chinese Medical Sciences; 4. Traditional Chinese and Western Medicine Integration Hospital of Fengtai District, Beijing; 5. Xiyuan Hospital, China Academy of Chinese Medical Sciences

ABSTRACT It is believed that there is a pathogenesis of *yang* deficiency in polycystic ovary syndrome (PCOS) infertility, and it is concluded that warm-*yang* method has a better effect in improving endometrial abnormality, enhancing the quality of follicles, correcting endocrine disorders, and resolving or alleviating clinical symptoms in PCOS infertility. Based on *Yanghe Decoction* (阳和汤), a representative traditional Chinese medicine decoction for warming *yang*, *Yanghe Xiaonang Decoction* (阳和消囊汤) was formulated, combining with warm medicinals according to symptoms, and aerobic exercise was also advocated to help generate and develop *yang qi*, in order to provide ideas for clinical treatments.

Keywords polycystic ovary syndrome; infertility; warm-*yang* method; *yang* deficiency

(收稿日期: 2024-04-07; 修回日期: 2024-06-21)

[编辑: 姜冰]