

刘雁峰： 身心同治，护佑女性生殖健康

（作者 / 编辑：郑苗苗）



北京中医药大学东直门医院妇科主任医师、教授、博士研究生及博士后导师，北京中医药大学中医妇科学学科负责人、中医妇科学临床学系主任刘雁峰，从事中医妇科临床、教学、科研工作 37 年，辛勤耕耘在临床和教学的一线，具有丰富的临床及教学经验。

她师承国医大师、燕京医学流派及萧氏妇科主要传承人萧（肖）承惊教授，为京城四大名医萧龙友先生名医研究室成员，国家中医药管理局萧承惊名医工作室负责人。凭借院校教育下的扎实基本功和科研思维，凭借传承名老中医学术思想与经验，其在教学及科研方面取得了累累硕果，显著的临床疗效也赢得了广大患者的赞誉。



关注女性生殖健康， 临证注重理肝肾、调冲任

生殖健康已成为世界各国可持续发展战略和国家治理的重要内容，据国家统计局数据显示，近年来我国人口出生率持续下降。其中，生育水平降低是导致出生人口减少的主要因素之一。

刘雁峰多年来关注女性生殖健康，强调“治疗妇科疾病，临证要注重女性特殊生理及病理特点，理肝肾、调冲任尤其是重要环节”。

中医学中的肾与现代医学所说的肾有所不同，中医认为，肾藏精，主生殖，为先天之本，天癸之源。《黄帝内经》曰：“女子七岁，肾气盛，齿更发长；二七而天癸至，任脉通，太冲脉盛，月事以时下”，由此可见，“肾气”对月经来潮与否起到了主导和决定性作用，而只有月经规律、正常排卵，才能受孕。

刘雁峰解释到：“中医里的肾又

可以进一步分为肾气、肾阳、肾精、肾阴，这四者对于不孕不育都有重要影响。”如果肾气虚，那么肾司开阖功能失常，子宫藏泄失度，就会导致月经不规律；如果肾阳虚，阳气的温煦气化功能不足，就会影响卵子排出，继而使月经后错或闭经；如果肾精不足，根据中医精血同源的理论，那么月经量就会减少，甚至胞宫胞脉失养导致闭经；如果肾阴虚，日久生内热，热伏冲任，迫血妄行，便会导致崩漏、胎动不安、小产等。

同时，她还重视肝在调经促孕中的作用。中医认为肝藏血、主疏泄，为女子之先天，其藏血与主疏泄功能相互为用，使子宫藏泻有序，调节冲任气血运行。时代迭变，发病特点也有所不同。现代女性除了担任生育任务，还担任着职场的重要角色，随着社会的进步、压力的增加，女性除了月经、生产、哺乳一生以血为用的特殊状态外，熬夜、竞争等又加以暗耗肝血，使肝血及肝肾精血不足；而长

期压力状态，又会使“将军之官”肝的主疏泄功能受到影响，因而导致女性的情绪波动大，烦躁易怒、焦虑抑郁，形成肝气郁结，导致气血运行不畅，或化生痰湿、血瘀等其他病理产物，最终导致月事不调；肝之经络通过任督冲脉与胞宫相通，若肝气郁滞，则导致冲任气血失调，进而影响受孕。

有别于其他疾病，冲任损伤是妇科疾病最重要的病机。徐灵胎在《医学源流论》中指出：“冲任二脉皆起于胞中，为经络之海，此皆血之所从生。而胎之所由系，明于冲任之故，则本源洞悉，而后所生之病，千条万绪，以可知其所从起。”凡脏腑功能失常、气血失调，均可间接或直接损伤冲任，冲任为女性生殖轴之调节枢纽，冲盛任通方可实现胞宫行月经与孕育的功能。

由此，刘雁峰在临证调经助孕治疗中，总以理肝肾、调冲任为治疗大法，处处不忘女性生殖生理特点，时时思考时代及环境因素对女性脏腑、气血、冲任功能的影响。这也使其在临床复杂繁芜的女性疾病中，抓住核心，芟繁就简，从而显示出了很好的临床疗效。

辨病辨证相结合，聚焦 行业前沿

不孕不育是许多疾病状态导致的不良结果，随着时代变化，疾病谱也在不断发生改变，如今很多在中医古籍中没有相对应命名的疾病发病率越来越高，如多囊卵巢综合征、卵巢功能低下、子宫内膜容受性下降等。

刘雁峰门诊上有相当多的患者都是为求子而来，有的是结婚多年无

子的夫妻，有的是反复流产或多次试管婴儿失败的高龄妇女。为此，她指出：“造成不孕症的原因有很多，一定要先弄明白患者到底是因为什么导致不孕”，强调在治疗过程中要重视诊断，详细询问病史，特别是患者的年龄、月经史、婚育史、其他疾病史等，结合相关妇科、超声、性激素六项及甲状腺功能等检查，客观评估患者的盆腔解剖情况、内分泌水平及卵巢功能状态，明确是由何种原因造成，将辨病与辨证相结合，才能更好地达到治疗目的。

她认为，只有全面掌握现代医学诊断最新进展，才能与时俱进、全面了解各种疾病，才能更好运用中医辨证思维，提升治疗精准度和针对性。“这也是我们学习中医经典后还要学习临床各科，并且不断聚焦行业前沿的原因。”

对于多囊卵巢综合征（PCOS），这一目前最常见的妇科内分泌及代谢紊乱疾病，临床以高雄激素、高黄体生成激素、高胰岛素及胰岛素抵抗等为其内分泌学特征，以闭经或月经稀

发或功血、卵巢多囊改变、多毛、肥胖及黑棘皮征为其临床表现，并具有较高的糖尿病、心血管疾病、子宫内膜癌等严重远期并发症风险，是导致育龄期女性无排卵性不孕的主要疾病。

PCOS 在中医学中无专门的论述，根据其临床症状可将本病归于“月经后期”“崩漏”“闭经”“不孕”等范畴。经水出诸肾，肾主月经和胎孕，中医学认为不孕症的核心病因病机为肾虚。但应重视PCOS“郁而不能成胎”的病机特点，女子以肝为先天，肝在妇人经、带、胎、产中起着重要作用，又“妇人之病，多起于郁”。

西医的激素治疗及促排卵治疗都存在着一定的副作用和局限性，临床中寻求中医治疗的患者日愈增多。针对这一疾病，刘雁峰的治疗以补肾疏肝为主，同时辨证与辨病相结合：育龄期排卵障碍性不孕者注重补肾疏肝、活血调冲；合并胰岛素抵抗者治以补肾疏肝、健脾化痰；针对青春期月经不凋合并痤疮者注重标本兼治、疏肝清热；与此同时，通过基础体

温、排卵试纸、B超监测，辨清卵泡期与排卵期，卵泡期注重补肾疏肝填精，既使月经久未潮也不可滥用攻伐，而一旦发现优势卵泡，就要温肾活血，促进卵泡排出，这一点也传承了恩师萧承惊的学术经验。由此，很多PCOS患者在刘雁峰教授门诊经过辨治很快圆了生育之梦，彰显了中医疗的优势。

2017年7月6日一位27岁的女性患者来到北京中医药大学东直门医院初诊，其月经周期延后1年，未避孕未孕1年余，平素乏力，畏寒，手脚凉，偶有头晕，性情急躁，心理压力。刘雁峰诊断其为肾虚肝郁，首诊重视温肾阳活血、解郁调冲，复诊时为经前期，加用益母草、香附增强活血之功效，经后期加用葛根、升麻，健脾生津，为促排卵做准备。通过B超检测卵泡情况，进入氩氩期后，加羌活、益母草、红藤、鸡血藤，活血通络，促进排卵，达到种子目的，孕后则以寿胎丸加减保胎至12周。

经此案例，刘雁峰表示，肝主疏泄是调控PCOS的重要病机环节，而肾藏精，故临床应补肾和养血疏肝解郁并重，才能达到事半功倍之效。

近年来，卵巢早衰的发病率也有了明显增加，卵巢储备功能下降是卵巢功能衰竭的早期状态，如不及时防治就可能出现卵巢功能衰竭，不但会导致生育能力下降，而且会影响女性生活质量。

刘雁峰常说：“如今物质丰富、营养充足，为什么还会出现越来越多的早衰患者，更多地要从社会及环境因素思考。”她指出慢性心理应激状态与该病的发生密切相关，从临床



来看，就诊的早衰患者大都是“女强人”“完美主义追求者”，且常合并有焦虑与抑郁状态，不仅月经紊乱，而且情志症状明显。

为此，她认为中医学中情志内伤与慢性心理应激存在同质性，因此在治疗时，除了补益肾精肾气以助先天生育之本，也注重精神心理因素对卵巢功能的影响，强调“肾虚肝郁”病机在卵巢储备功能下降发病过程中的重要地位；同时，临证注重早发现早干预，在患者出现月经提前以及月经量少时即结合女性激素及抗苗勒管激素的检测，准确判断卵巢功能，及时阻断疾病进一步发展，不但显示出中医治未病优势，也通过辨病与辨证相结合提高了疗效。

身心同治，尽显人文关怀

随着女性在社会上扮演的角色越来越多，来自社会、家庭的压力越来越大，加之传统文化里传宗接代带来的精神压力，导致女性焦虑、抑郁的症状也越来越严重，临床上许多不孕的患者都长时间处于精神紧张状态，特别是对于反复移植失败的患者，她们还要承受一次次取卵的痛苦以及高额的费用，看到医生就像抓住最后一根救命稻草一般，急躁焦虑都异于常人。

临床诊治过程中，刘雁峰会理解并把控这类患者的情绪，让她们“先静下来”，她常教导学生“患者对我们倾诉所有的痛苦，是对我们的信任，我们作为医生，不仅要学会医病，还要充满仁心和责任心，用人文情怀指导医疗实践。”

她非常重视情志因素致病，强

调情志疗法，注重身心同治，改善患者心理状态，提高医从性。她善于倾听和沟通，为患者排忧解难，尤其针对压力较大的患者，耐心的开导患者，劝诫其尽量调节好工作和生活，要作息规律，饮食有节，增加锻炼，培养自己的个人爱好，使注意力转移，心情放松。

良好的心理状态结合药物治疗常能取得事半功倍的疗效。患者如能调养情志，保持乐观积极的生活态度，减少外界应激对机体造成的影响，调整机体气机，使气血阴阳在新的条件下达到平衡。这在不孕症的治疗中起到了十分重要的作用。

最好的消息是“患者成功妊娠生育”

长期的门诊工作较为繁杂辛劳，但当刘雁峰听闻患者成功怀孕的喜讯时，都会感到由衷的喜悦，“只要患者怀上了，之前一切的付出都是值得的，但我们的工作还没完，要到孩子

生下来才算是最终的胜利。”

每当听到患者成功妊娠生育，她都笑道：“这是最好的消息。”

有一位已经36岁的多囊卵巢综合征合并胰岛素抵抗的不孕患者，未避孕3年未孕，试管已失败4次，平素月经极不规律，爱人弱精，欲再次行试管移植术。患者情绪烦躁，体形肥胖且多种方式减重都不成功。初诊时，患者已4个月未来月经，刘雁峰根据B超提示的子宫内膜情况，予西药黄体酮及中药补肾活血辨治，患者很快月经来潮，提高了治疗的信心、对医者的信任。

后刘雁峰以补肾调肝、化痰降浊法为其治疗，并与患者一起制定饮食及其他生活方式。3个月后患者月经可按时来潮，基础体温也呈双向变化，正准备进行再一次试管移植时，发现自己自然怀孕，高兴之余积极配合中药保胎治疗，现孩子已快两岁，还时常给刘雁峰寄送照片，并开始进行二胎的备孕调理。

此类患者在刘雁峰的治疗生涯





中不计其数。

她不懈耕耘，在临床工作中，以显著的疗效解患者之所急，为无数妇女、家庭带去希望；在疫情期间，她第一时间参与到妇产科专科知识的推广、宣讲之中，为特殊时期的孕妇保驾护航。

言传身教，树立医德风范

“优秀的教育家们认为，教育不仅是科学事业，而且是艺术事业。说到艺术，我的理解是教育不仅是知识的传授，还重在如何育人。”

刘雁峰在读北京协和医院郎景和院士的著作《一个医生的非医学词典》时，体味到郎景和院士对人、人性的感悟，结合自己的经历，更加认同郎院士所说的“医学的人文性是医学的本源，在现代科学技术迅猛发展，强烈渗入、推动医学进步的同时，医生或医学的去人性化、心智板结尤应引起警惕”的观念。

作为中医妇产科的医师，在从医三十余年中她对生命有着不一样的体悟，“医生是一个非常特殊的职业，因为选择这个职业就意味着选择了奉献。”做了十几年医生后当老师，她更加深知责任重大，自己面对的这些学子，未来都要穿上白衣成为治病救人的医生。

她也在当下医疗环境的发展和变迁中逐渐意识到，对于学生教育的侧重点不能仅仅限于医学专业知识，

还应重视学生人文的培养，把“大医精诚”精神传承发扬下去。“医学不仅是物质与技术的，更应是精神与人文的，越来越强调饱含人文情怀的医学大家才是现代医疗环境下世人对于医生的更多期许，要用自己一生所掌握的技术与培养的人文情怀相结合来医治病患。”

此外，她了解到国外医学教育逐渐重视人文性灵的培养，超过70%的医学院校开设此类课程。在2000年，哥伦比亚大学医生丽塔·卡蓉曾提出了“叙事医学”这个概念，刘雁峰认为这个概念既能训练医生如何见证患者的苦难，又能将疾病的全貌娓娓道来，是医学人文的新形式，需要大家充分体验与利用。

为此，她所带领的研究生团队，每周都会召开一次小型的例会，一是让每位学生汇报一下各自的科研进展和所遇临床问题，另外还会有意让大家闲谈最近流行的电影、电视剧、音乐会，或者经典文学著作，随心地畅聊影评和书评。这种每周诊后简短的小例会，不仅帮助增进团队的凝聚力，还提升了大家的人文修养。

她一直认为，在医学摇篮期应该





加强学生人文情怀的培养，鼓励学生进行课外阅读，提升个人人文修养和情怀。不仅要努力学好专业知识，还应懂得如何去了解病患的期望，尤其作为接触到更多女性病患和思想苦楚的妇产科大夫，在学会医病的同时，培养仁心和责任心，用人文情怀指导医疗实践。

刘雁峰时刻谨记西汉大思想家杨雄“师者，人之模范也”这句话，认为老师除了向学生传授知识，还要通过自己的言行潜移默化地影响学生。“在大学学习期间，学生还未接触具体的医疗环境，不知道怎么做大夫，更不了解医患之间的沟通问题。这个时候，作为老师的我们便是他们医学大门的开启者，是他们作为医生的启蒙者，因为他们从我们这学到的不仅是专业知识，他们更多感兴趣的可能是从我们口中听到的医院里的那些事。”

在学生的眼中，她首先是老师，而后是医生，她的一言一行都影响着

她的每一个学生，从自身做起，树立正确良好的医德、医风，把这种仁心仁术传授给他们，为他们迈进医学大门的第一步指引正确的方向。

在教学工作中，她培养了许多优秀毕业生从事妇科工作，为中医医学的发展注入了新鲜力量。

由于教学成绩突出，她多次获得校、院级优秀教师称号，是北京市高等学校教学名师、北京中医药大学优秀主讲教师、优秀教师，“岐黄杯”第六届、第八届全国中医药博士生优秀论文（二等奖）指导老师，“岐黄杯”第六届全国中医药博士生优秀论文（三等奖）指导老师，她还兼任教育部高等学校中医类专业教指委《中医妇科学》课程联盟理事长，中华中医药学会妇科分会副主委等。主编了国家卫健委“十三五”、“十四五”规划教材《中医妇科学》、研究生教材《中医妇科临床研究》及《中医妇科临床技能实训》《中医妇科临床必备》《中西医结合产科临床必备》等，申报成

功中医药高等教育学会临床教育研究会教学课题、指导研究生申报成功校内自主课题多项。获得中华中医药学会优秀教育技术成果奖一等奖、教育部教育成果奖、北京中医药大学课堂观摩教学比赛二等奖等。

承担临床、教学工作的同时，她还积极进行科研及中医理论的探讨，努力提高专业水平。近年发表学术论文近 200 篇，作为课题主要负责人主持国家自然科学基金及北京市自然科学基金多项，研究成果获国家科学技术进步奖二等奖、中国民族医药协会科学技术进步奖二等奖等多项。

对刘雁峰而言，“医生”，是一个除了医学，还要把科学、哲学、人文学融合在一起，凝练、结晶、升华成的一个有意思的词，具有一种深邃的思想且耐人寻味。她总是说，只有不断努力，为中医药事业的传承发展贡献自己的力量，才能无愧于母校和恩师的培养，才能无愧于医生的神圣职责。■