

HKU He University of Hong Kong 香港大學李嘉誠醫學院

Hong Kong Economic Journal | daily report use | Circulation / Reach: 75,000 | 2024-09-11 Newspaper | C02 | 健康生活 | 港中醫曰 | By 石軍中醫師 Word Count: 871words | Image No: 1/1 | Image Size: 308cm-sq(11.3cm x 27.3cm) | Ad-Value: HKD46,563

「孕」、「產」之後清胎毒

港中醫日◆石軍中醫師

[孕]、[産] 之後 清胎毒

坊間有句話:「產前一團火,產後一塊冰」,指孕婦在孕育 胎兒時,身體如夏天一樣,萬物生長,小兒在母體內茁壯成長; 產後母體氣血失去溫養,容易出現虛寒如冬天的狀況。

不論醫病或調理身體,中醫都講究「陰陽平衡」,雖然母親 孕育胎兒時要氣血旺盛,陽氣充實,脈道滑利;但是如果熱過 頭,熱之盛,就成為「毒」。因此,孕婦在孕育胎兒期間,身體陽 熱過盛,即稱為「胎毒」,對孕婦、胎兒均可造成不良影響。

如何得知有「胎毒」呢?「胎毒」一般出現在胎兒生長最快 的孕期:即第七、八、九這3個月,孕婦會出現心煩不安、睡眠 易醒多夢、口氣大、自感內熱、下巴生瘡、腰和下肢皮膚出現紅 疹,甚至皮疹有水液流滋,大腿皮膚毛孔變得粗大色紅,小便 變黃,原有濕疹加重,瘙癢影響睡眠,胎兒也會胎動不安。

在這樣的環境下生長,胎兒一定會受「胎毒」影響,同樣 會出現陽熱偏盛的體質,在出生後就會胎糞結而難排、皮膚紅 疹、哭鬧不安,連小兒奶癬、濕疹都與此密切相關。

「豬腳薑」非人人合用

要預防「胎毒」,就要根據孕期母親體質,恰當的進食進 補,不可太過,忌辛辣炒貨,不可過於油膩,盡量避免食用一些 容易滋生濕熱的水果如芒果、榴槤等。去除「胎毒」分為孕期和 產後期,對小兒和孕婦均是兩個生理狀態截然不同的階段,需 要有經驗的中醫兒科、婦科醫師進行辨證,作針對性治療。

香港孕婦流行產後食用「豬腳薑」,但並非所有孕婦均是 「產後一塊冰」,需要滋潤溫補。臨床上曾治療過因產後「胎毒」 與瘀血內結,誤食「豬腳薑」而躁狂不眠的產婦,還有產後因 胎毒留存,腹部濕疹發展成大如餐盤的產婦。最近醫治的一位 產婦,因「胎毒」未清,面部生瘡,皮膚癢疹滲水,瘙癢影響睡 眠,連帶哺乳的孩子也夜驚啼哭,身生紅疹,最後通過母親服 用中藥,藉助母乳達到母子皆癒的效果。

只要正確認識「胎毒」的成因和表徵,才能做出正確的診斷、預防和治療。通過清除「胎毒」,保障母子平安,養育出一個健康、睡眠香甜、皮膚白滑的小寶寶。

作者為港大醫學院中醫藥學院高級講師



Source: Wisers electronic service. This content, the trademarks and logos belong to Wisers, the relevant organizations or copyright owners. All rights reserved. Any content provided by user is the responsibility of the user and Wisers is not responsible for such content, copyright clearance or any damage/loss suffered as a result. Print out of Wisers electronic service.