

助您好孕成真！ 中醫輔助治療提升凍卵品質



文·圖／中醫部 婦科 主治醫師 許雅鈴

女性一生的卵子數量在出生時就已決定，隨著進入青春期後卵子數量逐漸減少，卵子品質亦會因為年齡增加而逐漸降低，形成一個不可逆的趨勢。

社會性卵子冷凍的需求逐漸上升

自2007年《人工生殖法》實施後，台灣輔助生殖技術（Assisted Reproductive Techniques, ART）的使用率顯著增加，近年對於社會性卵子冷凍（social egg freezing）的需求逐漸上升，族群以30~40歲未婚或暫不考慮生育的女性為主，反映出晚婚、晚育及生育

自主意識的提升。臨床建議冷凍卵子的年齡在35歲以前為佳，且取卵數量至少須10~15顆、若可取卵20顆以上則能達到更高的活產率，因此在取卵前如何提升卵巢功能以及確保卵子品質，成為了臨床上須密切追蹤且關注的目標。

研究證實中藥及針灸介入具有助益

尋求凍卵治療的族群除了社會性需求以外，對於卵巢儲備功能減退（Diminished Ovarian Reserve, DOR）或卵巢早衰（Premature ovarian failure, POF）的患者也是一大福

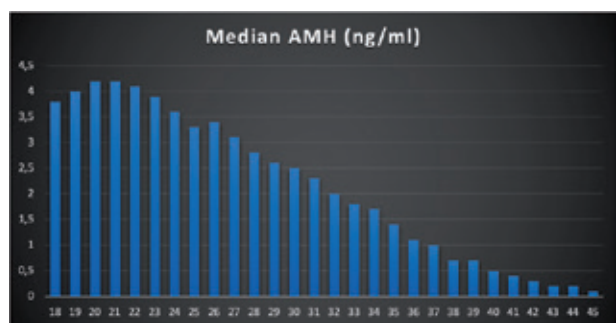


圖1：AMH量隨年紀增加逐漸減少。（資料來源：Age-Stratified Anti-Müllerian Hormone (AMH) Nomogram: A Comprehensive Cohort Study Including 22,920 Women.Aslan K, Kasapoglu I, Kosan B, et al. Frontiers in Endocrinology. 2025;16:1612194. doi:10.3389/fendo.2025.1612194.)



圖2：DOR發生率隨年紀增加而增加。（資料來源：Age-Stratified Anti-Müllerian Hormone (AMH) Nomogram: A Comprehensive Cohort Study Including 22,920 Women.Aslan K, Kasapoglu I, Kosan B, et al. Frontiers in Endocrinology. 2025;16:1612194. doi:10.3389/fendo.2025.1612194.)



音。過去已有多篇研究證實中藥及針灸的介入可以改善試管嬰兒（IVF）的成功率，而最新臨床試驗和系統性回顧文獻亦顯示，中醫治療（包括中藥和針灸）在凍卵前可改善卵巢功能、提升卵子質量和部分生殖指標。針灸可顯著降低FSH、FSH / LH比值以維持卵巢功能，同時可提升卵巢中卵子的庫存量（AMH）和竇卵泡數（AFC）。

此外，卵巢功能低下患者在接受針灸治療後，也發現可增加取卵數和提昇高質量胚胎率。中藥相關的研究則發現使用六味地黃丸或當歸配伍白芍、菟絲子等藥物，可透過抗氧化、調節下丘腦－垂體－卵巢生殖軸、抑制卵泡凋亡等多重機制改善卵巢的微環境，提升AMH、AFC並降低FSH以改善卵子質量。部分研究認為中藥與針灸的聯合治療效果更佳，尤其是對於卵巢功能障礙患者可進一步提升性激素水平、卵泡發育和卵子質量，對於因多囊性卵巢或卵巢早衰等問題造成不孕的女性來說是一好消息。

中醫輔助治療如何提升凍卵品質？

中醫的輔助治療除了可以改善卵巢功能以及卵子品質，也可以緩解取卵過程中可能出現的卵巢過度刺激症候群（Ovarian Hyperstimulation Syndrome, OHSS）。施打排卵針後賀爾蒙的濃度升高，造成血管通透性產生變化，中醫認為此過程會影響水分代謝而產生痰濕，若痰濕沒有適時處理使之鬱久化熱，則容易發生噁心欲嘔、下腹脹、排尿減少、失眠等症狀。

研究認為中藥的機轉，主要透過抑制血管生長因子（VEGF）以及TGF- β /Smad、PKA-CREB等信號分子，減少血管通透性與炎症反應。如當歸、丹參或白芍等活血化瘀、養血藥，有助改善卵巢微循環以緩解下腹脹痛；茯苓、澤瀉則可調節脾腎代謝水分的功能，降低腹水的發生率和嚴重度。

針灸穴位則常選用足三里穴健脾利水、三陰交穴調養脾腎、關元穴培補元氣，透過

調整臟腑氣血功能，調節性激素分泌、降低炎症因子、減少腹水及卵巢腫大，並且能調整腸胃功能使噁心嘔吐的發生率下降，研究亦發現在取卵前接受針灸治療可改善排尿減少的問題。

一個完整的凍卵療程從事前評估到完成取卵僅需要大約兩週的時間，但卵子從開始發育至成熟需耗時約三個月，在此期間母體的健康狀況是影響卵巢功能與卵子品質的重要關鍵，若平時容易有經前頭痛、經來腹痛、手腳冰冷等氣血運行不暢的症狀，建議可在取卵計畫開始前的三個月，搭配中醫月經週期療法改善氣血循環及經期症狀，並在取卵前兩週加強養卵及養心安神的治療，以助身體在進入取卵療程時達到最好的狀態。🌿

| 參考文獻 |

1. Advances in Traditional Chinese Medicine for Managing Diminished Ovarian Reserve: Mechanisms and Clinical Insights. Liu Y, Wei M, Deng Y, et al. *Drug Design, Development and Therapy*. 2025;19:5597-5614. doi:10.2147/DDDT.S505689.
2. A Comparison of the Efficacy and Safety of Traditional Chinese Medicine in Preconditioning Patients With Diminished Ovarian Reserve That Would Undergo In Vitro Fertilization: A Network Meta-Analysis Protocol. Qin X, Gong Y, Yu F, et al. *Medicine*. 2021;100 (4) :e24408. doi:10.1097/MD.00000000000024408.
3. Beneficial Effects of Traditional Chinese Medicine in the Treatment of Premature Ovarian Failure. Li M, Xiao YB, Wei L, et al. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine : eCAM*. 2022;2022:5413504. doi:10.1155/2022/5413504.

4. Clinical Efficacy of Acupuncture for Diminished Ovarian Reserve: A Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. Lin G, Liu X, Cong C, Chen S, Xu L. *Frontiers in Endocrinology*. 2023;14:1136121. doi:10.3389/fendo.2023.1136121.
5. Advances in Traditional Chinese Medicine for Managing Diminished Ovarian Reserve: Mechanisms and Clinical Insights. Liu Y, Wei M, Deng Y, et al. *Drug Design, Development and Therapy*. 2025;19:5597-5614. doi:10.2147/DDDT.S505689.
6. The Role of Chinese Herbal Medicine in Diminished Ovarian Reserve Management. Zhang X, Zhang N, Dong Z, et al. *Journal of Ovarian Research*. 2025;18 (1) :90. doi:10.1186/s13048-025-01669-4.
7. Effectiveness of Traditional Chinese Medicine Formulas Combined With Acupuncture in the Treatment of Ovulation Dysfunction Infertility: A Systematic Review and Meta-Analysis. Mo J, Zhang Y, Jin N, Zhou Y. *Medicine*. 2023;102 (27) :e34310. doi:10.1097/MD.00000000000034310.
8. The Therapeutic Potential of EGCG and Pro-EgCG in Mitigating Ovarian Hyperstimulation Syndrome: Unraveling the Modulatory Mechanism Through the VEGF Pathway. Wang S, Fang L, Cong L, et al. *International Journal of Biological Sciences*. 2025;21 (7) :3045-3060. doi:10.7150/ijbs.98653.
9. Electroacupuncture Decreases the Progression of Ovarian Hyperstimulation Syndrome in a Rat Model. Chen L, Sun HX, Xia YB, et al. *Reproductive Biomedicine Online*. 2016;32 (5) :538-44. doi:10.1016/j.rbmo.2016.02.006.
10. Age-Stratified Anti-Müllerian Hormone (AMH) Nomogram: A Comprehensive Cohort Study Including 22,920 Women. Aslan K, Kasapoglu I, Kosan B, et al. *Frontiers in Endocrinology*. 2025;16:1612194. doi:10.3389/fendo.2025.1612194.