

人工引產後之中醫調理

奇德中醫診所 醫學博士 游峻銘

101年6月15日

人工引產或稱為人工中止妊娠，當孕婦環境不良或胎兒異常或有先天性疾病，以至於必須人工中止妊娠，所做的手術是為人工引產或是人工流產。中醫認為人工引產後一個月，必須視同生產後的作月子一樣調理。初期需將殘留在子宮的血液(又稱為惡露)完全排除乾淨，中醫常用”生化湯”的溫補來行血破血。中、後期則常選用四物湯、加味四物湯、加味逍遙散、溫經湯…等溫經調經藥物，使受傷的子宮或產道可以修復，或強化其機體的功能。

在調理的一箇月中，避免受到風寒侵襲，不可食用冰涼或寒性食物，如西瓜、哈密瓜、小黃瓜、白蘿蔔、大白菜、竹筍…等。冰涼或寒性食物會讓身體的血管收縮，使局部血流受到影響，局部組織或器官缺氧，進而影響正常的生理機能。中醫的氣血理論中說明，「痛則不通、通則不痛」這正指出了，常食冰涼或寒性食物的人容易造成痠痛。也就是說在產後調理或是人工引產後調理期間，若是吃了冰涼或寒性食物，非常容易導致日後的各種痠痛症狀。食用或飲用的食物或飲水，應該不可低於攝氏38度，食物中可以加薑絲、老薑、生薑、嫩薑，或加麻油、苦茶油烹煮。

產後調理或是人工引產後調理期間，避免用冷水沐浴，有些地區的人還一定要用煮過的水甚至在水中加老薑片，為的就是不讓虛弱的母體受到寒氣的侵襲。人體的毛細孔也會進行呼吸作用，所以中醫所說的風、寒、暑、溼、燥、火六種環境中的外邪，就可能在人體虛弱的時後趁虛而入。有的人會將身體全部包緊，避免電風扇、冷氣空調風與寒的影響。