

姓名：黄佳冰

联系电话：18344981076

邮箱：2585848935@qq.com

产后乳汁淤积的中西医研究概况

黄佳冰，潘丽贞

(福建中医药大学附属南平人民医院，福建 南平 353000)

产后乳汁淤积多见于初产妇，常发生于产后 2-5 天，是指产后乳汁排出受阻，乳汁瘀积于乳腺导管内，主要表现为乳房肿胀、结块、疼痛以及排乳不畅等^[1]，可进一步发展为哺乳期乳腺炎。目前我国产后 1 个月内纯母乳喂养率仅为 50%左右^[2]，产后乳汁淤积是导致母乳喂养失败的重要原因之一。有研究表明，在未予任何干预措施情况下哺乳期间约有 24.7%的产妇曾发生乳汁淤积的情况^[3]。而产后乳汁淤积、排乳不畅乃至乳房胀痛结块，一旦发生会给产妇身体及心理带来极大的痛苦，容易给产妇带来消极影响，不利于母乳喂养的开展。

1 现代医学对产后乳汁淤积的认识

现代医学认为乳腺发育及初乳形成主要受妊娠期妇女体内激素变化的影响，当分娩结束，胎盘剥离后，产妇体内激素急剧变化，在催乳素的作用下，乳汁开始分泌，新生儿吸吮乳头可使腺垂体催乳素呈脉冲式释放，促进乳汁分泌，还能反射性引起神经垂体释放缩宫素，产生喷乳反射。新生儿的吸吮和不断排空乳汁是维持乳汁正常分泌的重要条件，分娩结束后，随着催乳素的分泌增加，乳汁分泌与婴儿的吮吸能力无法协调，易造成乳汁肿胀、结块，继而引起乳房疼痛。同时产妇的营养、健康状况、睡眠质量以及情绪波动均与泌乳有密切的关系，影响乳汁的分泌^[4]。产后乳汁淤积的常见原因包括外在原因和自身原因，外在原因有外力挤压乳房，或新生儿用力吸吮乳头、不正确使用吸奶器等，造成部分乳腺导管充血水肿，乳头破损产生角化物，从而阻塞乳腺管。自身原因主要为乳汁成分异常、乳腺导管细长扭曲，造成乳腺管内乳汁流动缓慢，各种物质在管中沉积，形成乳汁淤积。

2 现代医学对产后乳汁淤积的治疗方法

2.1 护理干预

有研究表明，心理护理、创造温馨舒适的病房环境、指导产妇将多余乳汁挤出、注重产妇母乳喂养知识宣教，严密观察产妇哺乳、排乳及乳房肿胀情况，并根据乳汁淤积的发展程度实施不同的护理措施，有助于防治产后乳汁淤积^[5]。

2.2 物理疗法

物理疗法包括乳房按摩、短波照射、电动吸乳器吸乳等，可松解乳房的粘着状态，促进乳房局部血液循环。有研究证明，低频脉冲电可疏通乳腺导管，其模拟的吮吸力度比新生儿高数倍，可增强对乳腺的刺激，调节其喷乳反射。短波理疗可以使产妇肿胀的乳房变得松软，在促进乳汁释放的同时还能够预防乳房感染^[6-7]。还有研究表明，在治疗产后乳汁淤积方面，电动吸乳联合手法按摩的方式优于单纯电动吸乳，主要是因为运用两种不同的疏通方式，先改善乳房的血液循环，再次疏通乳房经络及乳腺管，取得双倍的疏通效果，有助于促进乳汁排出体外^[8]。

2.3 药物治疗

有研究表明，使用臀大肌内注射催产素 10 U 配合手法按摩，可以促进乳汁分泌而且扩张乳腺腺管，使储存于腺泡中的乳汁顺利排出，同时利用手法按摩缓解乳房疼痛，并将淤积的乳汁排出^[9]。此方法可以增加产妇的泌乳量，降低乳腺炎的发生率，促进产后宫缩减少出血量有助于产后恢复。龙建敏^[10]研究发现，50%硫酸镁溶液经过皮肤的吸收作用于乳房组织，可以起到扩张局部血管，缓解组织水肿的作用，而湿热敷疗法对皮肤穿透力强，将两者相结合，可以加速血液循环，促进水肿组织的吸收，缓解乳房疼痛。

2.4 乳腺导管探查术

高海凤等^[11]研究运用乳腺导管探查术直接疏通乳腺导管，对出现乳汁淤积且物理治疗无效的产妇使用探针直接探入乳腺管，通过乳汁淤积的部位及乳孔溢乳的特点找到阻塞部位。此法直接、有效，但为非直视操作，对操作者要求较高，需注意避免损伤乳腺导管，否则易产生乳管粘连、狭窄，使乳汁淤积复发。

3 祖国医学对产后乳汁淤积的认识

根据产后乳汁淤积的临床表现特点，其可归属于中医学典籍中的“妒乳”范畴，《肘后备急方》中曰：“凡乳汁不得，内结名妒乳”。古代医家认为，“疼痛有核，乳汁不出”即为妒乳，一是因感受外邪，风寒之邪气侵袭乳络，使得乳汁受寒凝滞于乳内，形成肿块；或婴儿含乳而睡，口气焮热，乳汁受邪而凝结于乳内。二是因情志失调，肝郁气滞致使乳房气机运行不畅，泌乳及排乳受阻，乳汁留滞于乳内。三是因饮食失节，产妇过食温补及下奶之物，导致乳汁分泌过多，无法及时排出，乳汁蓄积于乳内^[12]。

4 祖国医学对产后乳汁淤积的治疗

我国古代医家除了对产后乳汁淤积有着丰富的认识，对此的解决办法在中医典籍中亦有详细的论述，除了内治法，更为重要的是外治法，其中外治法主要有外敷药物减轻乳房局部

炎症及手法排出宿乳两种方法。王焘《外台秘要》中记载：“疗妇人妒乳，乳痈，诸产生后，宜勤挤乳，不宜令汁蓄积不去”，李时珍《本草纲目》中亦有记载：“更以炊帚枝通乳孔”，“乳汁不行：内服通乳药。外用木梳梳乳，周回百余遍，即通”。

现代医家在此基础上，研究了各种治疗产后乳汁淤积的方法，包括艾灸法、拔火罐法、中药外敷法、中药口服联合推拿法、针灸推拿法等一系列中医综合疗法。

4.1 内治法

王书宏^[13]研究认为，产后乳汁淤积多因肝郁气滞、乳脉壅塞所致，仅用手法排乳或者药物外敷有时效果不明显，故采用中药治疗，以清热解毒、消肿散结、疏肝理气、活血化瘀等治法为主，在增强乳汁生化之源的同时，亦可以行气通络，使得乳汁排出通畅。周园园等^[14]研究认为，单方鹿角粉冲服配合手法排乳对中重度乳汁淤积疗效不佳，故提出下乳涌泉散治疗产后乳汁淤积，通过口服中药达到疏肝解郁、散结通乳、补血养血之功，通乳效果佳。

4.2 外治法

外治法包括药物外敷、药物熏蒸、针灸推拿拔罐等多种方法，张吉华^[15]研究中药熏蒸对产后乳汁淤积的影响，通过观察中药熏蒸乳房局部联合手法按摩排乳和热敷乳房局部联合手法按摩排乳两者的疗效比较，发现前者显效率和总有效率均比后者高。孙小英等^[16]研究通过刺络拔罐天宗穴、肝俞使瘀血排出，艾条雀啄灸疏通经络及驱邪外出，肝俞和天宗穴埋线加大对穴位的刺激，加上体针合谷、太冲行气疏肝解郁，共同起到疏通乳络的作用。

4.3 中医综合治疗

临床上为了缩短疗程，提高疗效，常将多种中医治疗方式联合应用，有研究表明，对产后乳汁淤积患者予中医穴位手法按摩联合耳穴治疗、产后康复治疗仪的方式，能够有效排出乳房积乳保持乳管通畅，以减轻乳房肿胀带来的疼痛^[17]。有研究认为，产后乳汁淤积的病因主要是热邪入里、郁阻乳络所致，治疗上予艾条灸、针对性穴位按摩、手法排乳配合芦荟外敷，既能疏通乳络，又能清热解毒，促进乳汁分泌及正常排出^[18]。

5 中西医结合治疗

林希等^[19]研究认为通过电磁波照射、通乳汤内服、按摩疗法相结合，电磁波照射可使小动脉及毛细血管扩张，改善局部血液循环，通乳汤泄热通乳，手法按摩促进乳汁排出，三者结合既能温散又能清通，可降低急性乳腺炎的发生率。

6 结论

产后乳汁淤积是影响母乳喂养的重要原因，故保持乳腺管的通畅，是治疗本病的关键，目前中西医对本病的治疗方法多种多样，可选择性强，但西医的治疗存在药物副作用，易发

生局部损伤, 产妇依从性差等缺点, 而中医对其有其独特的见解和疗效, 且并发症少, 更易被产妇接受。因此, 积极寻求中医中药及中医外治法治疗乳汁淤积, 将为临床提供更多的方法和选择。

参考文献:

- [1]刘萍, 张爱梅, 刘蓓蕾. 产后早期乳汁淤积的护理干预[J]. 齐齐哈尔医学报, 2012, 33(15):2127-2128.
- [2] RICHARD C, LEWIS E D, FIELD C J. Evidence for the essentiality of arachidonic and docosahexaenoic acid in the postnatal maternal and infant diet for the development of the infant's immune system early in life[J]. Appl Physiol Nutr Metab, 2016, 41(5):461-475.
- [3]智利彩, 郑翠霞, 赵海军, 等. 中医哺乳知识健康教育对哺乳期乳房疾病的预防作用[J]. 中华妇幼临床医学杂志(电子版), 2015, 11(5):644-647.
- [4]谢幸, 苟文丽. 妇产科学[M]. 8版. 北京:人民卫生出版社, 2014:221.
- [5]谢华. 产后乳汁淤积的护理[J]. 临床合理用药杂志, 2012, 5(17):148.
- [6]杨康春, 任秀琼, 唐余, 等. 硫酸镁湿热敷配合电动吸乳仪在治疗初产妇产后乳汁淤积中的应用[J]. 中华现代护理杂志, 2012, 18(27):3271-3273.
- [7]王菲晗. 低频脉冲电疗法与湿热敷联合治疗产妇乳汁淤积的观察[J]. 天津护理, 2011, 19(1):17.
- [8]高峰, 那仁森布尔. 电动吸乳联合手法按摩治疗产后乳汁淤积症疗效的探讨[J]. 大家健康(学术版), 2015, 9(17):124-125.
- [9]杨鸿燕, 郝俊乔, 张焕芳. 肌内注射催产素配合手法按摩治疗产后乳汁淤积症的研究[J]. 医学综述, 2014, 20(7):1325-1326.
- [10]龙建敏. 硫酸镁湿热敷配合电动吸乳仪治疗初产妇产后乳汁淤积 43 例[J]. 中国药业, 2015, 24(13):62-63.
- [11]高海凤, 马祥君, 汪洁, 等. 乳腺导管探查术治疗乳汁淤积的效果[J]. 中华乳腺病杂志(电子版), 2013, 7(3):192-196.
- [12]连紫宇, 杨丽丽, 卞尧尧, 等. 中医治疗产后乳汁淤积临床研究进展[J]. 现代中西医结合杂志, 2018, 27(26):2958-2961.
- [13]王书宏. 中药治疗产后乳汁淤积症 328 例临床分析[J]. 中国医学创新, 2012, 9(27):128-129.
- [14]周园园, 陈尔单, 康年松. 下乳涌泉散治疗产后乳汁淤积症疗效观察[J]. 浙江中西医结合杂志, 2018, 28(6):506-507.
- [15]张吉华. 中药熏蒸治疗产后乳汁淤积的临床观察与护理[J]. 中国中医药现代远程教育, 2010, 8(23):84-85.
- [16]施风兰, 高伟, 秦丰玉, 等. 中医综合疗法治疗初产后乳汁淤积的临床随机对照研究[J]. 天津中医药, 2018, 35(5):358-361.
- [17]徐伟群. 中医外治法治疗产后乳汁淤积 40 例疗效观察[J]. 浙江中医杂志, 2017, 52(6):440.
- [18]孙小英, 白昱旸. 疏肝通瘀法针刺治疗乳汁淤积症 53 例[J]. 中国中医药科技, 2012, 19(1):40.
- [19]林希, 邵深深, 林祥, 等. 通乳汤加电磁波照射治疗产后乳汁淤积症 50 例[J]. 湖南中医杂志, 2013, 29(1):64-65.