

第 26 集 學習清單 | 不孕

對應播客：《不孕是保溫箱溫度不對》（6 分 29 秒）

出處：《醫方明大論十之一》第七章「應用病論」（第 22 堂）

系列：用人體動力學解說 36 種疾病（第 26 種）

補充出處：《醫方明大論十之五》「不孕症」「男性不孕症（無精蟲、寡精症）」（10-5~6 醫典系列）

一、本集一句話

不孕不是「身體壞了」，而是子宮這個「保溫箱」的溫度不對了——女性下焦寒涼、男性腎氣不足，就是同一個原因。

二、學習目標

- 能用《內經》「女子二七、男子二八」說明懷孕的基本條件。
- 能說出女性不孕＝下焦寒涼、男性不孕＝腎氣不足。
- 能解釋「保溫箱」為什麼是懷孕的必要條件。
- 能對照主流醫學的男女多項因素與本書的「一個原因」。
- 理解為何主流醫學只能把不孕歸入「不明原因」。

三、本書論述重點（三病因）

病因	機轉	主要線索
1. 女性：下焦寒涼（動力）	下腹溫度太低，氣血不到、性腺體無法完整，子宮無法提供穩定的「保溫箱」，老天就不讓著床受孕	手腳指尖冰冷、小腹冰冷微凸、MC 量少、月經前腹痛、帶下多
2. 男性：腎氣不足（動力）	性腺體不穩定，無法製造生命最原始的動力；也可能睪丸過熱、熱不生精（腎水畏熱）	腰膝酸軟、畏寒、易疲倦、精蟲數少／活動力弱
3. 共同：膻中閉鎖、上熱下寒（動力＋椎診）	膻中堵住 → 熱氣下不去、寒氣下不來，下焦更寒；尾椎撞歪使任脈陽氣無法轉入督脈	按膻中會痛、上熱胸悶、下腹冰冷；曾有跌坐／車禍傷及腰椎、薦椎

四、主流醫學重點

- 女性五因素：排卵功能異常／荷爾蒙失調、子宮頸粘連、子宮腔結構異常（子宮內膜粘連）、輸卵管發炎感染、腹腔因素（子宮內膜異位等）。
- 男性四因素：精液異常（精蟲少、形狀異常、活動力弱）、睪丸造精障礙、精子運輸系統異常、性功能障礙。
- 另有「不明原因」：檢查都正常卻不懷孕；35 歲以上生育力下降也驗不出來。（摘錄自臺灣衛福部網站）

五、關鍵詞

下焦寒涼、腎氣不足、保溫箱、性腺體、天癸、臚中閉鎖、上熱下寒、不明原因不孕、開中焦暖下焦、生物共振、宮寒。

六、自我觀察

- 手腳冰冷＋小腹冰冷＋MC 量少、月經前腹痛 → 偏「下焦寒涼」型。
- 腰膝酸軟、易疲倦、精蟲數少／活動力弱 → 偏「腎氣不足」型。
- 按臚中會痛、上熱下冷、有跌坐／車禍史 → 可能兼「臚中閉鎖／脊椎通訊」型。

七、反思問題

1. 為什麼「檢查都正常卻不懷孕」，其實不是沒有原因？
2. 早產兒的保溫箱，和子宮的保溫箱，差在哪裡？
3. 「女人下焦不寒涼、男人腎氣足，必定懷孕」——你怎麼理解這句話？