



# 中医破解不孕症



作者 曲黎敏 长江文艺出版社

20年前,我国的不孕不育率在全世界还属于较低水平,但现在,患不孕不育症的病人越来越多。有统计表明,几乎每8对夫妻就有一对在生育方面有问题,而且年龄越来越年轻,大部分集中在25岁至30岁。

通常,我们把女人不能生孩子称为不孕,男人不能生育叫做不育。不孕不育现象的普遍化,跟社会生活的方方面面都有关系,比如饮食结构、生活压力等。从中医角度来讲,应多从经脉、气血上进行治疗。

古代中医对不孕不育症的概括为:三妇无子,三男无子。意思就是三种女人和三种男人不容易怀孕。

子宫虚寒的女人不易怀孕。怀孕的首要前提是母亲的血要足,血足的表现是月经正常,而如果子宫虚寒,气血虚,就容易出现月经不调、卵巢囊肿以及输卵管不通的病症,这些病症直接影响怀孕。所以女子要想怀孕,首先就要从调气血、调月经入手。打个比方,胚胎就像一颗种子,喜欢温暖之地,子宫如果寒得像冰山一样,种子就无法成活。

夫妻关系不和、好嫉妒的女人不易怀孕。这种女人脾气大,特爱生气。女子生气必伤乳腺和子宫。乳房的正中线循行冲脉和胃经,外侧循行心包经和胆经。心包主喜乐,人若总是郁

闷的话,心包经就会出现。如果愿望总无法实现,生发不起来,胆经就会出问题。乳房外侧的疾患,多跟心情有关。一般来说,伤乳腺的女人多心高气傲,因为气机总往上调,无法下行。另外,如果总生闷气,子宫容易有淤血,而有了淤血,人体就会自动调元气来化解它。如果元气多,月经就会提前;如果元气少,月经就会拖后。这个过程既耗散元气,又耗散经血。同时,肝经环绕子宫循行,肝肾又同源,肝功能得不到正常发挥,不仅难以怀孕,而且会得乳腺肌瘤、乳腺增生、子宫肌瘤这些疾病。

性情偏淫荡的女人不易怀孕。古人说“精满不思淫”,即人精气足则能收得住,精气神收得住时就不胡思乱想;当人精气不足、精亏血少时,人就会虚阳外越,出现某种亢进,就会“性趣”盎然,表现轻浮。这种女人由于生活和情感都不稳定,肾精的明耗和暗耗都很多,对气血的损伤很大,易患不孕。

中医治疗女子不孕症的方法包括四种:

1.补命门。这是一个传统方法,也叫补真阴真阳。那该怎么补呢?首先,我们别伤了命门。吃寒凉的东西就会伤真阴真阳。其次,月经期间要注意保暖,风吹雨淋都会造成真阴真阳的损伤。再有,我们要注重饮食、锻炼以及睡眠。肝主藏血,睡眠会养住气血。

2.健脾胃。首先,不能不吃主食,而且吃的种类要丰富。还要多运动。现在的女孩子都以白为美,怕在户外晒黑了都打伞遮阳,工作时又常年呆在空调使劲儿吹的写字楼中,久而久之,气血一定会出现问题。

3.悦心情。人的心情要愉悦,做一个快乐和智慧的女人。这不是小事,是女子怀孕的大道。

4.养母血。治疗女子不孕症的重中之重在于养血,关于女子养血的课题我在后文会做重点讲述。



# 因炒股而断指



股市是一个永远充满希望和诱惑的资本市场。在这个市场,赚钱的永远都是少数人!本文讲述的是一个股民十年炒股的真实故事。这个股民姓周,是我的一个朋友。

2009年12月31日下午,老周给我打电话,说他把手指头剁了。我说,你怎么那么不小心呢?他嘿嘿地笑了笑说:“我是故意剁的手指头,你过来吧,我想和你好好聊聊。”老周的电话让我感到毛骨悚然。放下电话,我开车直奔他那里。

老周是我最好的哥们儿,我们是同一天被招聘到都市报当记者的。当知道我们是同年同月同日生,而且连姓都一样时,我们从此便比亲兄弟还要亲。他曾是名声显赫的记者,他的特别报道曾在全国遍地开花。后来,他在不断地跳槽,工作上总是不如意。这几年,我一直没有见他,也不知道他在干什么,我想,工作或生活再不顺心,也不至于把手指头剁了吧。

我匆忙赶到老周家时,只有老周一个人在。家里烟雾缭绕,房子里除了一床一桌一椅外,几乎没有什么家具,桌子上放着几个空啤酒瓶子。我觉得这根本不像家,于是,我问老周:“你老婆和孩子呢?”

他深深地吸了一口烟,说:“离婚了。”我问为什么,他说是因为股票。

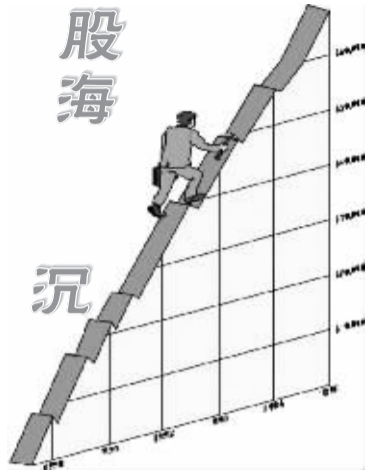
我看见他左手的小拇指缠着厚厚的卫生纸,问他到底发生了什么事?他指着桌子上比花生米大一点的一截手指说:“我剁掉手指,就是为了证明我这次是下决心要远离股市,如果我继续这么在股市里泡下去,我这一生真的算是完了。我不甘心我的事业、我的理想就这么完了,我现在悬崖勒马还来得及。”

我说,不炒股就不炒股了,何必剁掉手指呢?他说,你不知道,股市把我毁了,我剁掉手指,一是表示我远离股市的决心,二是为了惩罚自己,让我清醒地去面对未来,重新振作起来。

老周剁了手指头好像解脱了一样,显得很轻松。他给我泡了一杯茶,然后无限伤感地讲起了他炒股的经历和炒股给他工作、生活所带来的无法想象的消极影响。为了便于叙述和不失真感,我采用第一人称来讲老周的故事……

## 小道消息

我炒股已经10年了。我怎么都没有想到,我的理想,我的追求、我的事业和家庭都



作者 舒洋

会泡烂在股市里。

10年来,我炒股的交易额已经超过了一个亿,给证券交易所贡献的印花税和手续费至少有几十万元,而我现在的资产总额才14万多元,离我投入股市的40多万元还差二三十万元,我是当之无愧的最优秀的纳税人。

10年来,我从一个优秀的记者“堕落”成一个疯狂的、痴迷的股民;我把自己的所有稿费都打到股市里,而我割肉时居然毫不手软,我的这种做法连屠夫都不如,屠夫杀猪卖肉,至少还有利可图,而我割肉卖掉的全是我的血汗钱。

10年来,我把人生最美好的、最有价值的黄金时间段“奉献”给了股市,我的人生因股市而变得黯然失色,我远离了我挚爱的事业和亲朋好友,在股市里拼搏挣扎,除了血淋淋的教训外,我的身心受到了极大的伤害……

我至今都不明白,也不敢相信,我这个曾经竭力反对炒股的人怎么会因为一个小道消息而盲目入市呢?

那是1999年10月下旬的一个下午,我的一个亲戚告诉我,他从一个朋友那里了解到,精密股份机构资金大举介入,即将进入拉升阶段,估计在一个月之内,至少有50%的获利空间。

亲戚的话我不能不信,因为,我的那位亲戚就在精密股份有限公司上班,我相信他的消息一定不会错。

## 副刊

电话:65233688

Advertisement for Luoyang Network (洛阳网) with website address www.lyd.com.cn and contact information.