

OBBTと月経

BBT

高くする 素早い上昇 十分な活血化瘀 十分な粘液 安定

BBT (基礎体温) の 中医的解釈



金子 朝彦

日数	1	2	3	4
月経	×	×	×	
子宮	増	期		
卵胞	卵	期		
生理の時期	卵を作る時期			
なホルモン	FSH	エストロゲン(E2)	LHサージ	
宮内気血	気(水穀の精微)/血(心肝脾肺腎)	血(心肝脾肺腎)	気(心肝脾肺腎)	
子宮の藏瀉	子宮・瀉性	子宮・瀉性	子宮・瀉性	
泄と固攝	肝疏泄	脾・腎固攝⇒着床期まで		
腎との関係	腎気の推動が瀉性の助け	腎陰の充實		
医病理	卵胞期が短い: 陰虛、血虚			
BBT	前後不規則			
	体温低			

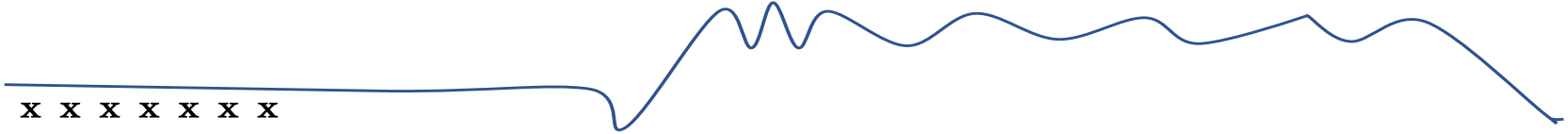
日本中医鍼灸研究会 2024/6/16

※治療のポイント



- 明確な二相性
- 素早い上昇
- 排卵サイン (頸管粘液)
- 周期 28 日前後
- 日数 5 ~ 7 日
- 血塊がない
- 高温安定

BBT (基礎体温)



- | | | | |
|------------|---------------------|----------------|---------------|
| 1 二相性がない | 👉 排卵不可 | 👉 卵巣に問題があるのでは？ | 👉 卵巣血瘀などを疑う |
| 2 上焦曲線が緩やか | 👉 黄体機能に問題があるのではないか？ | | 👉 臓腑の失調を考察 |
| 3 頸管粘液が少ない | 👉 腎精に問題があるのではないか？ | | 👉 腎精不足を疑う |
| 4 周期、日数の問題 | 👉 他臓腑との関連に問題がないか？ | | 👉 基本となる証の考察 |
| 5 血塊がある | 👉 血瘀の存在はないのか？ | | 👉 胞宮内血瘀の存在を疑う |
| 6 高温期安定感 | 👉 肝の疏泄に問題はないか？ | | 👉 肝の疏泄の関与は |

非二相性及び緩慢な上昇曲線 1

- ・ 無排卵を意味するか排卵レベルが低いことを意味する
- ・ 卵巣に問題がある 🙌 古典に記載がない
- ・ 古典を参考に出来ないなら考えるしかない

○中医解釈

1 非二相性

- ・ 卵子ができない、排卵しないなど 🙌 卵子生成は肝からの血 + 腎精 + 水穀の精微（脾由来）からの気でなる。強度の肝血不足か脾気虚あるいは腎精不足は卵子を作れないことがある。
- ・ LHサージに対して卵巣が反応しない 🙌 腎陽不足から胞宮の陽気不足を起こす。血瘀でも起こる
- ・ 多嚢胞性卵巣症候群（PCOS） 🙌 胞宮の血瘀、正確には卵巣の血瘀が多い。
- ・ LHサージの前倒し 🙌 肝気鬱が多い。

Ⓟ 肝血不足、脾気不足か偏食による栄養不良、腎精不足、腎陽虚、肝の疏泄失調を疑え！
+ 卵巣血瘀も忘れずに。

・ **総括**：恒常的な非二相性では卵巣血瘀が大半を占める。痰飲、痰熱型は実際には少ない。腎精不足で先天的な無排卵もある。肝血不足は極度の羸瘦状態で起こりやすい。不妊治療、とくに体外治療では腎陰虚 + 卵巣血瘀から採卵障害が多く見られる。治療学では金子は卵巣を衝脈の一部が胞宮内に入って出来たものと考えるので、それに従い衝脈の活血を行う。

非二相性及び緩慢な上昇曲線 2

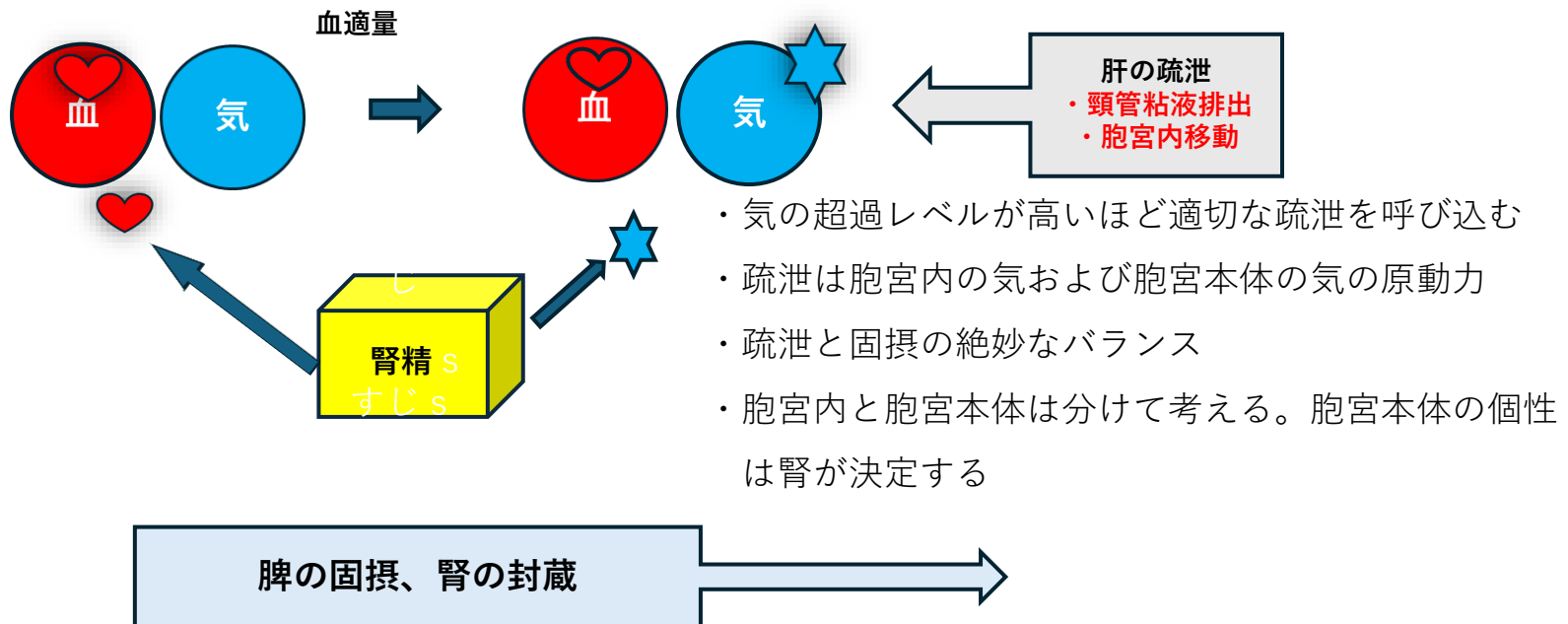
2 緩慢な上昇曲線(基礎値0,2~1,5、排卵期10、0,3°C上昇に4日以上かかる、黄体期14日未満)

・黄体機能不全や低下👉ほとんど不妊治療の方がこの傾向をもつ。臓腑間レベルの様々なことが想定できる。

○中医解釈

・おもに胞宮内気血等価の法則から気超過までのトラブルである。

∴正常なら卵胞期：血（肝血＋腎精）と同量の気（脾由来）－腎精が血から気へ－気の超過－肝の疏泄を呼び込む－これが排卵及び頸管粘液排出を促す－そして体温上昇に（図は胞宮内）



① 超過の気が少ない、気の量的不足は他臓の影響で起こる

・ **脾気不足** — もとより胞宮内の気が少ないので腎精転化の気が加わっても血との差異は少なくなる。その結果疏泄レベルも低い。注) 胞宮内の気は①温煦、②気化、それに肝の疏泄の力を借りて③推動に働く。

・ **肝血不足** — 胞宮内の血量が少ない。血と同量の気が胞宮内には入るので、卵胞期は基本、気血不足になる。その後に腎精転化の気が入るので超過部分の気には問題はないが、全体の気血不足は否（いな）めない。軽度なら卵胞期の延長程度、中度は卵子、内膜などの生成の材料不足が顕著（この辺りから上焦曲線の緩慢さが出る）。重度では無排卵月経、非二層性があらわれる。

・ **腎精不足** — 腎精転化の血、気ともに質量が落ちる。それが十分な疏泄を呼び込めない因になる。精転化部分の気血が不足すると量もさることながら質の劣化を招く。

・ **腎陰不足（腎陰虚）** — 腎陰不足は胞宮本体の陰液不足に繋がる。陰液が少ないと胞宮の伸展に影響する。よって容器として胞宮の容積が少なくなる。その結果が胞宮内の血不足、気の不足に繋がってゆく。基本卵胞期は短くなる。注) 基本と書いたのは他の条件が同一の場合という意味。

② 疏泄自体に問題がある

・ **肝の疏泄失調** — 肝鬱により疏泄失調を起こす。胞宮内推動力に大きく影響。

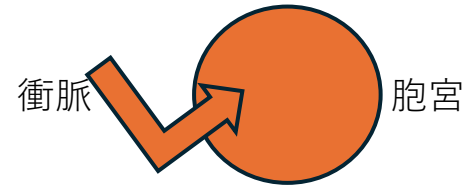
③ 胞宮に問題がある

・ **腎陽の不足（腎陽虚）** — 腎陽不足から胞宮の陽気不足を起こす。陽気は温煦作用と活動力の元。たとえ疏泄があっても、疏泄に反応しにくくなる。いくなれば胞宮の陽気不足は胞宮の内の気血低温化や移動制限を起こしやすくする。

・ **胞宮血瘀** — 胞宮内に血瘀があると、血瘀が気血の移動を妨げるので疏泄に反応しにくくなる。

① **胞宮血瘀** — 古典的な胞宮血瘀。疼痛表現、血塊、腹部圧痛などが判定材料になる。硬く動きにくい血に転じるイメージを持つ。

② **衝任血瘀** — 卵巣部付近の血瘀に相当する。胞宮への気血の流入障害のほか気の気化作用を受けても血の変化が少ないと考える。



● **脾気不足、肝血不足、腎精不足、腎陰不足、肝の疏泄失調、腎陽不足、血瘀を疑え！**

3 頸管粘液について

・ 頸管粘液は気の超過が起こった際に肝の疏泄が胞宮に向かうことで、胞宮内の気が排出され、陰道内の津液を変化させたものである。この折の胞宮内の気は腎精の転化からの気を含んでいる。つまり腎精からの転化した気を含んだおりものと解釈する。よって頸管粘液の量、色味は腎精の強さを測る指標として用いている。

4～6周期、日数、温度、波長、血塊など1

周期

・周期が短い

卵胞期が短い 腎陰不足、血熱、肝鬱化火、肝火

黄体期が短い 固摂失調

・周期が長い

卵胞期が長い 肝血不足、気血生成不足、血寒

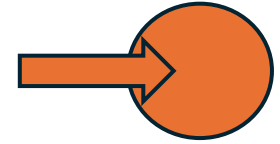
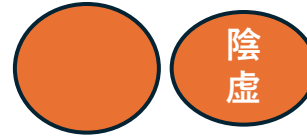
黄体期が長い 妊娠、黄体HL過剰、想像妊娠（肝の疏泄失調）

・周期が不規則

肝の疏泄失調（前後不定期）

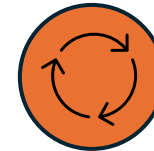
・まれだが卵巣が長く、黄体期が短い

腎陽不足（腎陽虚） 卵胞期やや長い、黄体期やや短い



早い、遅い

少ない、早&遅

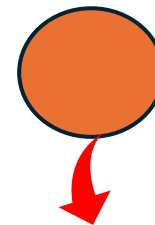


動きが遅い

日数

・月経日数が短い 肝血不足、腎陰不足

・月経日数が長い 固摂失調 腎陽不足（封蔵失調）



漏れる

4～6周期、日数、温度、波長、血塊など2

体温

- ・ **体温が低い** 腎陽不足、胞宮内の気の不足、衛気不足

波長

- ・ **黄体期がジグザク型** 肝疏泄失調
- ・ **黄体期が卵胞期並みに低下** 腎陽不足、固摂失調

経量

- ・ **少ない** 肝血不足、卵巢血瘀
- ・ **多い** 子宮血瘀、血熱

血塊

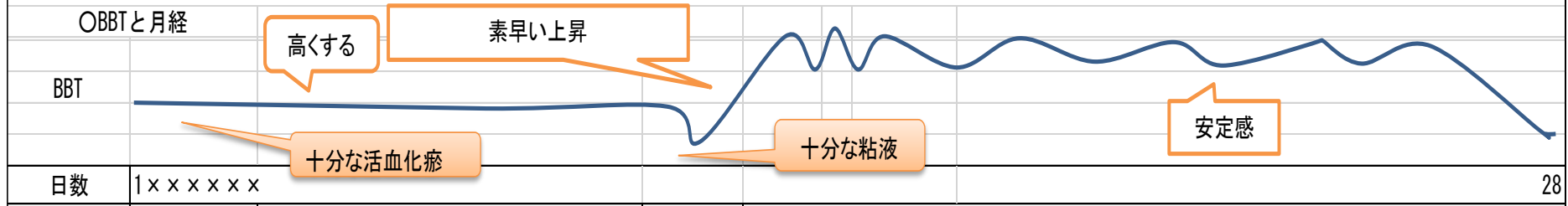
- ・ **暗紫色＋出来きるまで痛みを伴う** 胞宮血瘀
- ・ **大きめの血塊** 寒湿
- ・ **粘度が高く小さめ** 湿熱

経痛

・ 血瘀の経痛は鋸痛、絞痛が多い。刺痛は少ない。始まるまでの茶オリの時間が長いという特徴がある。

Ⓟ すべての道は血瘀に通じる

中医臨床に沿った不妊治療



日数	1 x x x x x x			28
子宮	月経期	増殖期		分泌期
卵胞		卵胞期	排卵期	黄体期
主なホルモン	生理の時期	卵を作る時期	腹腔内に排卵	着床環境を整える時期
	FSH エストロゲン (E2)		LHサージ	プロゲステロン (P4)

子宮内気血 気（水穀の精微）/血（肝血+腎精）《1：1》 気の超過（推動⇒温煦） 気（水穀の精微+腎精）/血（肝血）《1+α：1》

子宮の蔵瀉	子宮・瀉性	子宮・蔵性	子宮内行気 子宮・蔵性	子宮蔵性
-------	-------	-------	----------------	------

疏泄と固摂 肝疏泄 脾・腎固摂⇒着床期まで続く 子宮内行気が肝の疏泄を呼ぶ⇒着床不可なら肝の疏泄

腎との関係 腎気の推動が瀉性の助け 腎陰の充実が肝血の充実を補助 腎精の充実が子宮内気の超過の決めて 腎陽の温煦が黄体期維持の助ける

中医病理	卵胞期が短い：陰虚、血熱、肝鬱、	体温上昇の日数延長： 気不足、腎精不足、腎陽虚、衛気虚	黄体期が短い：気虚、陽虚
	卵胞期が長い：血不足、血寒、肝鬱		黄体が長い：妊娠除外。HL剤過多、熱証
	前後不定期：肝鬱、腎精不足	頸管粘液少：精・血不足、陰虚。排卵時痛：気滞、 気滞血瘀	ジグザグ型：肝鬱、
	体温低い：腎陽虚、脾気虚		低体温：腎陽虚、気不足、腎精不足、衛気虚
	体温高い：実熱、陰虚（虚熱）		卵胞期並みに体温低下：気不足、陽虚、固摂低下

月経	痛経時期	月経前：肝鬱、気滞、 気滞血瘀 、月経直後： 血瘀（血塊出来きるまで） 、寒湿凝滞、湿熱下注、月経後半：腎気虚
	痛経表現	隠痛：虚証、脹痛：気滞。激痛・絞痛・刺痛： 血瘀 、冷痛、絞痛：寒湿凝滞、灼熱痛：湿熱下注
	その他疼痛	経前乳房脹痛：気滞、肝鬱。 肛門痛、性交時痛：血瘀 。仙骨痛、非経時の少腹痛：湿熱下注
	血塊	血瘀：色暗紫 。寒湿：大きめの血塊、色黒い。湿熱下注：色紅黒あるいは粘度高い
	経量	少量：血虚、腎虚、腎精不足、血寒。多量：実熱、血熱、陽虚。 経延長は固摂失調
	経色	薄い、血虚 陽虚。鮮紅、熱証 。 黒い、血瘀 。
	瘀血考察	上記以外に1、月経時血が出るまでに時間がかかる。2、筋腫、内膜症、とくにチョコレート嚢腫、腺筋症、癒着、搔破歴など。3、腹診で抵抗物を触知（宿便、結石除外）

○推定⇒内膜が硬い可能性が高い。