

平顶山市计生科研所不孕不育诊治中心:

# 男性不育需警惕弱精子症

□记者 牛瑛瑛

本报讯 市民庞先生结婚4年,妻子一直没能怀上孩子。近日,庞先生在市计生科研所不孕不育诊治中心检查得知,引起他们不孕不育的原因竟是他得了弱精子症。庞先生很困惑:平常没有感觉到任何不适症状,怎么会得弱精子症呢?

据市计生科研所不孕不育诊治中心医生介绍,在不孕不育门诊,弱精子症是很常见的疾病。弱精子症又称精子活动力低下症,精子活动力是决定受孕与否的主要条件之一,有

些患者尽管精子数少,但精子的活动力良好,仍然可以受孕;假若精子的活动力极低,则往往造成不育症。引起精子活动力低下的原因是多方面的,常见的有生殖道感染、精索静脉曲张、药物因素、物理因素及环境因素、营养因素、内分泌因素、免疫因素。还有一部分患者经各种检查都找不到精子活动力低下的原因,称其为特发性弱精子症。

对于弱精子症,应该系统检查病因,然后对症治疗,属于生殖道感染,如睾丸炎、附睾炎、前列腺炎、精囊腺炎等,需

要检查支原体、衣原体和致病细菌;属于精索静脉曲张引起的弱精子症,轻度的可以进行药物治疗,重度的需通过手术治疗,同时需要配合药物治疗;属于药物因素引起的弱精子症,应立即停止服用该种药物,然后应用营养精子药物;属于物理因素和环境因素引起的弱精子症,如高温下工作者应调换工作,经常热水浴,桑拿者应改变生活习惯。在化工、油漆、农药等污染环境工作者应调换工种,同时应避免家庭装修污染和家具污染,戒除不良烟酒嗜好;属于营养缺乏引起的

弱精子症,应针对病因补充维生素和微量元素;若是免疫因素导致的,则应进行免疫调节治疗,中药西药都有一定的效果;内分泌因素引起的,应根据激素定量检查的结果作相应治疗;对特发性弱精子症,病因不清,临床症状不明显,应细心观察,综合治疗才会有理想效果。

“弱精子症患者在治疗期间,应禁烟酒、辛辣刺激食物,加强营养,讲究卫生,不穿紧身裤,同时要有规律的性生活,避免禁欲或纵欲。”最后,市计生科研所不孕不育诊治中心医生特别提醒。

## 三管齐下 巧除疝气

300年老字号广东宏兴依据孙思邈的“千金翼方”研制出消疝良药“宏兴十香丸”,每天只需服用两丸。因效果显著,该药被国家药监部门批为治疗型国药(国药准字Z44021511)。

“十香丸”三管齐下除疝气。第一步,内服十香丸,使疝囊回缩;第二步,外贴强磁消疝贴,消除坠痛;第三步,用疝气治疗带,防止疝囊移动、脱出。无论大人小孩,内服、外贴,配合疝气带,不用手术巧治疝气。使用1小时不自觉地腹压消除,坠胀、疼痛感减轻,7天疝囊回缩,走路、活动无任何不适感。2-3疗程,腹股沟疝气、脐疝、附睾疝等各种疝气、鞘膜积液根源被清除,咳嗽、啼哭、劳累等不易复发。详情咨询:0375-6125616(免费送货)。销售地址:矿工路中段市一高向西100米路南惠民大药房。(健康)

## 绝妙性爱原来是这样

最美妙的性爱是什么样?加拿大渥太华大学的研究团队,对自称经历过美妙性爱的志愿者进行了长期的系列随访,总结出组成“最佳性爱”的8个要素。

要素一:投入与专注,水乳交融。分神是影响性快感的一大消极因素,美好性爱的首要因素就是沉浸在当下的体验中。因此,性爱中发现自己的思想在游离时,要赶紧收心,专注于当下的感受体验。还要避免现代科技所带来的影响。有调查显示,1/5的人在性爱时还会看手机,极大地影响性爱气氛。因此一定要关闭手机或把手机置于静音模式。

要素二:相互配合有共鸣。性爱的高级境界是双方合二为一,相互配合在性爱过程中起到关键作用。不要期望对方“应该如何”,应该关注对方的性暗示。比如,伴侣给你按摩,她的真正意图可能是“你也来抚摸我吧”。

要素三:相互尊重与信任。亲密程度极高的性爱是建立在双方相互信任与尊重的基础上,选择双方都合适的时间性爱,是互相尊重的表现。不要在一方或双方劳累、生病以及情绪不佳的时候提出性要求。保持身体洁净、皮肤光滑、私处清爽,会让对方感到舒服。如果想改变性爱方式(比如姿势、引入某种性玩具),之前务必征求对方允许,这也事关尊重。

要素四:沟通顺畅有回应。想要了解彼此的感受、需求,沟通必不可少。伴侣之间通过语言交流知道彼此的感受、喜好和欲望,在性爱中保持身体的和谐互动,可以大大提升性爱的乐趣。在性爱中,说出自己的感受会让性爱大大改善。同时,积极回应和表扬是对爱人最好的鼓励。性爱过程中,夫妻双方还应该眼神交流。

要素五:身心都赤裸相见。美好的性爱要把真实的自己坦率地交给对方,这包括身心两方面。如果性爱时拒绝脱光或者表达心声,容易让对方感觉你不愿意同他彻底结合。

要素六:获得独特的“高潮”。许多人享受过性爱巅峰时的快乐,也时常回味那美妙的一刻。夫妻追求“同步”获得性高潮时,会体会到一种超越一切的喜悦感。

要素七:轻松的欢笑。美妙的性爱少不了欢笑。一起探索,一起冒险,尝试新的地点和姿势,都能带来快乐。双方还要幽默感,夫妻说笑逗乐,有益融化严肃气氛,拉近彼此距离。

要素八:放弃掌控权。性爱中要把自己完全交给另一个人,不担心露出自己脆弱的一面。还要拓展对“性”含义的理解:“性”并不仅限于性器官、性高潮。“性”存在于前戏、抚摸、拥抱、调情等方方面面,只要能增进性能量即可。

(宗合)

## 夫妻最易传染什么病

一提起“夫妻病”,很多人第一时间想起的是皮肤病、性病、妇科病等与性事密切相关的疾病。其实,在医院消化内科、心血管科、心理科等科室,也有不少夫妻前后脚来看同一种病。有夫妻俩为房子加不加名斗气,结果携手患上肠易激综合征;有家庭主妇口味重,放盐多,夫妻俩同患高血压;有妻子焦虑失眠,丈夫也跟着睡不好……

专家指出,这类“夫妻病”的发生与夫妻生活方式一致、24小时密切接触有关,一方患病,恰恰为另一方敲响健康“警钟”。可以说,“夫妻本是同命鸟,疾病临头一起挨”,得病后应该夫妻同治疗,这不仅是对自己的健康负责,也是对配偶和家庭负责。

### 现代“夫妻病”多是生活方式病

有句形容“妻管严”的玩笑话说:“老婆打喷嚏,老公便发烧。”其实,用它来形容“夫妻病”,也很恰当。“夫妻病”的概念最早出现在上世纪70年代初。最早为人们熟知的“夫妻病”,主要指可通过性生活途径传播的疾病,例如皮肤病、性病、妇科病、泌尿系统疾病以及肝炎,也有密切接触引发的流行病,例如流感、肺结核等。

2002年,英国诺丁汉大学的西巴斯理·考克斯教授在《英国医学杂志》上发表了首篇详细阐述“夫妻病”的文章,扩展了该病的外延。她认为,糖尿病、高血压、哮喘、肾病、抑郁等,如果夫妻一方患病,另一方的患病率就会提高很多。

“现在所说的相当一部分‘夫妻病’,实际上属于生活方式病。夫妻长期共同生活,生活习惯互相影响,加上所处环境中的致病危险因素相似,所以更容易罹患同一种疾

病。”中山大学孙逸仙纪念医院消化内科副主任黄开红表示,如果夫妻俩具有相同的不生活习惯,如喜欢吃煎炸刺激食物、不吃蔬菜、少运动、饮水少和不按时排便等,可以说,如果一人得病,那么另一人很难幸免。

### 两种疾病 夫妻间容易互相传染

黄开红指出,总的来说,主妇对老公健康状况的影响更大。如果妻子口味偏甜、偏咸,爱吃荤腥油腻食物,那么夫妻俩以后同患脂肪肝、糖尿病等“代谢综合征”的概率很高。因为在中国家庭中,多数是妻子掌勺主厨,她的饮食喜好左右着全家人的舌头和肠胃,还扮演着“家庭保健医生”的角色,可以影响全家人的就医决策。

不过,也有丈夫影响妻子健康状况的情况。以癌症为例,经常有“老烟枪”丈夫患上肺癌后,妻子也查出因长期吸“二手烟”而不幸患癌。以下两种“夫妻病”最为常见:

肠胃病:夫妻俩朝夕相处,多年陪伴,总有为琐事争吵的时候。“夫妻常吵架,不仅影响情绪,肠胃也会受伤。”黄开红说,胃肠功能受中枢神经系统影响。有些夫妻为家庭琐事争吵不休,深陷压抑、焦虑状态,出现腹泻、便秘、腹痛等症状,但做胃肠镜检查又没有病理改变,最后被诊断为肠易激综合征。这种情况在激情消退、杂事缠身的中年夫妻中较常见。

在各种消化道疾病中,幽门螺旋杆菌感染也容易在夫妻之间发生。“幽门螺旋杆菌可通过唾液分泌物传播,夫妻之间接吻、共用筷子进餐等亲密接触行为,使得互相感染的机会很高。”黄开红说,感染幽门螺旋杆菌后,最好能带着配偶来做碳十三吹气检测。经常有些配偶不配合,觉得没什么不舒



服,未必中招。其实,有些人感染幽门螺旋杆菌后,表现为肠胃不适、腹胀腹痛和炎症,但也有很多人没有症状。

情绪病:在都市年轻夫妻中,很多人因生活不规律或长期心理抑郁焦虑而遭遇失眠问题。一方在床上翻来覆去睡不着,势必“传染”给同床共枕人,使得失眠成为一种“夫妻病”。“世界杯期间,球迷丈夫熬夜看球,同床的妻子往往也会睡不好。”中山大学孙逸仙纪念医院妇产科副主任、副教授陈慧指出,“年轻夫妻尤其是80后独生子女夫妻,在孕产期特别容易互相传染情绪病。”陈慧指出,由于对孕育和照顾下一代准备不足,很多夫妻先后出现产期抑郁。通常一开始孕妇先出现烦躁、沮丧等症状,老是冲丈夫发脾气,很快丈夫也会因压力过大陷入相同的状态,严重的会争吵不休。

陈慧指出,像这种情况,需要夫妻俩互相安慰、支持,坐下来一起讨论如何应对遇到的困难,取得谅解,必要时需要接受专业心理医生的指导。

### 及时治疗 是对配偶的保护

预防“夫妻病”,需要夫妻

(广报)

**热烈庆祝万众驾校正式运营**

万众驾校按照新国标规划建设,坚决杜绝乱收费,实行一次性收费,学员不积压,上车学时刷卡速度快,完成学时即考试。

即日起报名钜惠,并有豪礼相送。

**C1: 报名费 2760 元, 8-10 人一台车 (60 天拿证)**

**C2 (自动挡): 报名费 3260 元, 8-10 人一台车 (60 天拿证)**

另开设有特色预约班、VIP 快速班、至尊 VIP 班。

**报名电话: 2182222 2966888 地址: 建设路西段焦店加气站对面**

**“生宝宝、意外怀孕”首选 平顶山博爱妇产医院**

港式医院、平价医院 新农合、医保定点医院

平顶山博爱妇产医院是以女性为主要服务对象,集妇科、产科特色诊疗,女性心理、生理保健于一体的现代化专业女性全科医院,全程引进香港管理模式,秉承“质优、价廉、温馨、快捷”的医疗理念与管理模式,致力于为平顶山广大女性朋友提供高品质低收费的医疗服务。

**咨询电话: 8861111**

**地址: 建设路与新华路交叉口东 50 米路北**

**平顶山市新城区 玉泉牛肉汤店**

主营:热牛肉、热羊肉、热牛杂、热羊杂、牛大骨、牛排骨。全羊系列、麻辣卤菜系列、酱香卤菜系列、高汤卤菜系列。毛驴牛肉、烧鸡、烧兔、玉泉酱花生、辣椒油专卖。牛羊全部都是散养的自己屠宰的、加工的,绿色环保味美健康。

**订台电话: 2191069 13949485548**

**地址: 新城区长安大道与和谐路交叉口向北 500 米龙兴苑楼下**