

市计生科研所不孕不育诊治中心专家提醒：

女性生育最好趁年轻

□记者 牛瑛瑛

本报讯 “我结婚4年了，去年准备要孩子，但到现在一直没有动静。”近日，35岁的郑县患者张女士因“大龄不孕”来到市计生科研所不孕不育门诊进行咨询。

据该门诊的张迎春医生介绍，女性的年龄因素对生育有一定影响。女性最佳生育年龄是25—28岁，30岁以后生育能力缓

慢下降，35岁时是25岁的一半，40岁时是35岁的一半，44岁以后约87%的女人失去受孕能力，过早或过晚孕育都对母婴健康不利。

据了解，年龄、生活方式、环境都会影响到卵子的质量，女性接近更年期时，月经周期会变短且不规律；子宫内膜会越来越薄，越来越不适合受精卵着床；阴道分泌物会变得流动性更差，不易让精子进入。女性一生中，卵巢

能够发育成熟并排出的卵子只有大约400个，在卵巢功能正常情况下每月排出一个，直到50岁左右更年期停止排卵。此外，随着年龄的增加，女性患妇科病的概率也增大，如盆腔感染、输卵管损伤、子宫内膜异位症、纤维瘤、排卵障碍等，这些妇科病都可能会损害生殖器官并影响怀孕。35岁以上的高龄孕妇还易发生高血压、糖尿病、心脏病、肾脏疾病等各种妊娠并发症，并且还会加重，致使胎儿宫内

生长发育迟缓，死胎、死产的发生率及围产儿死亡率也随之升高，胎儿畸形率也增高。

“因此，女性生育最好趁年轻，推迟生育年龄最好不要超过30岁，尤其不要超过35岁。如果由于特殊原因，孕育超过了这个界限，一定要到正规医院制定一个有针对性的优生方案，只要配合医生的悉心指导，绝大多数高龄初产妇仍可平安孕育健康宝宝。”张迎春说。

牛皮癣、皮炎、湿疹——夫士软膏解烦恼

□记者 牛瑛瑛

本报讯 近日，市民李先生的皮肤病又犯了，浑身出满了鳞屑红斑疹子，抓过之后皮肤变得疙疙瘩瘩，又黑又粗糙，像长了苔藓，结痂掉皮。用了夫士软膏后，情况慢慢好转。记者了解到，春季是皮肤病高发季节，患上皮肤病常常奇痒难忍，让人苦不堪言。

据介绍，位于矿工路中段市一高西100米路南的惠民大药房一分店经销的夫士软膏是百年古方，该药对牛皮癣、皮炎、湿疹、瘙痒症、鱼鳞病、白斑、红斑、荨麻疹、体癣、手足癣、脚气、花斑癣、痤疮等各种皮肤病有一定效果。经临床研究，夫士软膏能清除体内血毒、脏毒，帮助患者清除易感基因，重建内分泌系统，从病灶处修复免疫细胞，让肌肤全面康复。按疗程使用后可恢复正常。患者可拨打康复热线电话0375-6168120咨询。

失恋后易患感冒？专家作出科学解释

本报讯 失恋不仅危害心理，还会对身体造成荷尔蒙失调及生活习惯紊乱等危害。对此，美国的内科医生近日作出了科学的解释与应对说明。

日媒报道称，美国新泽西的内科医生kyaga表示，在面临失恋等巨大压力时，身体出于生存本能会在斗争与逃避之间作出选择，引发“斗争逃避反应”，从而促进肾上腺素和皮质醇的分泌。

kyaga认为，荷尔蒙的分泌失调是失恋后出现生活习惯紊乱的主要原因。他表示，肾上腺素与皮质醇的分泌失调会造成失眠，从而使进一步陷入心情低落、忧郁、暴饮暴食的恶性循环中。

kyaga建议，在遇到失恋等压力时，应该敏锐感知并正视自己生活习惯的变化，努力保持健康的习惯，必要时及时找医生咨询或做检查。

两性课堂

压力大、营养差、房间乱……六大因素影响性生活

本报讯 当一方想要亲热时，另一方却丝毫提不起“性趣”——这不仅会影响性生活，还会伤害夫妻感情。近日，清华大学玉泉医院医学学科马晓年教授表示，没性欲并不代表伴侣“不爱你了”，因为生活中很多因素都会造成性欲减退。

情绪原因

大脑是“性欲的司令部”，怨恨、愤怒、紧张、抑郁等不良情绪会抑制大脑特定的神经化学体系，让人失去性欲。虽然女性情感细腻，但研究发现，男性性欲更易受到不良情绪影响，尤其在失业、失去亲人后，情绪极度悲伤、消沉和绝望等，都会影响到性欲。即使性生活勉强进行，也常会引起勃起功能障碍或早泄问题。

解决方法：当一方情绪不佳时，伴侣要为对方做好心理保健，消除不良情绪。具体做法是：可以询问对方的感受，通过倾听让对方说出心中郁闷，适度给出安慰与建议。

营养原因

充足的营养是性生活的物质基础。多项研究表明，身体缺乏营养，可引起性功能减退，饮食不均衡持续6个月，就会导致性欲低下。如男性饮食中缺乏锌元素，可引起男性性功能低下，还会降低雌性激素水平；女



性缺乏B族维生素，会引起阴道干燥，导致性交疼痛，长此以往会影响性欲，造成性欲减退。

解决方法：合理搭配饮食，多吃些能够提升性欲的食物，例如鳄梨、杏仁、草莓和牡蛎等。如果营养问题已经影响了身体健康，就要在医生指导下进行营养治疗，补充某些维生素。

药物原因

当性欲突然下降时，首先应该考虑是否正在服用某些药物。一些常见药物可能导致性欲下降。比如，感冒药中含有的可他敏、假麻黄碱等会影响性

欲，导致男性勃起功能障碍；镇静催眠药物会抑制性兴奋，抑制促性腺素的分泌，从而降低性功能；激素类药物可能影响雄性激素分泌，进而导致性欲减退；治疗抑郁的药物也可能降低性欲；中药也不是绝对安全的，例如知母、黄柏会降低神经兴奋。

解决方法：检查你服用的药物成分，如果确定是药物引起的性欲低下，必要时可以与医生沟通更换药物。

居住条件

居住在杂乱无章、通风不良、过于拥挤的环境里也会降低

性欲。国外一项调查显示，与子女同睡一屋或者与长辈共同居住，会形成无形的心理压力，容易引起性欲减退。

解决方法：尽量保持居室干净整洁与安静，尤其要注重私密性。与孩子共同居住的夫妻，不妨在性爱前让亲戚帮忙照看孩子。如果居室面积无法改善，要尽量保持私密，例如安装隔音墙板等。

疾病原因

一些器质性疾病会导致性欲出现问题，如性功能减退、小睾症、高催乳素血症和垂体功能减退等疾病。此外，还有一些疾病会引起性欲减退，如肝硬化、结核和生殖系统肿瘤等。

解决方法：可以先到医院进行体检包括雄激素、泌乳素等在内的生殖激素，以排除一些疾病。

温度原因

季节的更替也会影响性欲，尤其是气温的影响。美国格罗宁根大学的一项研究发现，在室温低于18℃或者高于28℃时，女性更容易拒绝性爱。因为不适宜的温度会让女性感到焦虑和危险，大脑也会处于紧张状态。

解决方法：在季节更替及时加减被褥，使用空调等气温调节设备提前调节室内温度。

(生报)

小广告 大市场 小投入 高回报

分类广告

第1944期

广告热线：13523260997 13183330295

地址：市区建设路西段268号(鹰城广场对面)

本栏目在微信公众平台同步刊登

微信公众平台：ycqueqiaohui

许昌明仁中医皮肤医院

平顶山分院

荣获四项国家治疗牛皮癣、白癜风、脱发、手足癣专利

地址：开发二路段3700120

江南大学 全年招生

专业齐全 学习简单 毕业准时

13353751558 田老师

招租

1.凯撒E区商用房面积：10m²-30m².13837515006

2.文化宫南文园路东南商用房10m²-20m².13461190655

3.开源路金水桶大厦六楼套房；可居住、可办公，50m²-120m².15237535566

A 招聘资讯

招聘

工商银行子公司

工银安盛招

业务员、业务经理，待遇好，收入高，五险一金，周末双休。咨询：13837582086

学之源 学前教育老师 小学教师若干

常年招0-8岁学员 18537532096 王

B 商务资讯

工商代理

●公司注册、代账 18737535133

律师服务

- 樊律师 18737553763
- 郭磊律师 13937508869
- 夏龙调查公司 13849569960

金融资讯

房产抵押贷款

15837500217

股票一对一配资

电话：18837519993

老詹论股·推荐股票

微信：13017551666 QQ:2656183188

- 刷·还·低 1307177253
- 平顶山银行贷款 13683757288

C 生活资讯

开锁换锁

●张氏开锁行 2222110

心理咨询

●大诚心理咨询 13937507536

汽车服务

●出租5-60座客车 15136902666

助听器

●耳聋请配助听器 13087062226

景观绿化

●专做楼顶花园后期养护 18803759991

设计印刷

- 要印刷找龙发 8861818

特色美食

●鹰城名吃-四不腻猪蹄 3413983

蜂蜜专卖

颐寿园蜂蜜 买一送一、全市各大药房有售

生活服务

亲子鉴定 13137525230

- 中央空调、家电维修 3881111
- 收售维修空调 13721889683

老年公寓

- 阳光老年护理 13937583730
- 康乐居老年公寓 13937585159

D 教育资讯

会计培训

多来教育 会计证 实操班常年招生，随到随学，小班教学 3388578

立信会计 中级会计师4月5日开课、分白班晚班、周末班 13781866138

招生

电工焊工

培训考证 市电讯职业学校。电话：2963913

E 房产资讯

出售

●联盟路附近旺铺出售 17737088579

转让

学校低价转让/出租 建岗培训学校 350m² 13592168802

转让 诚补路南段临街门面房上下楼500m² 低价转让，租金低 13781838216

●转让授权贷款公司 18803755868

●转新街新街营业中宾馆，黄金地段，客源稳定。15093795946

出租

●有空房15间出租 13837544496

出租

南环路39号院电影公司办公楼三楼七间，二楼五间，西楼两间房屋对外出租。联系电话：13783251036

旺铺招租

(一)优越路二楼底商招租，面积500m²；

(二)新华国际三层底商整体招租，面积6000m²；租金面议。15103752588

招租

1.鹰城广场西 侧中原玉石城 七楼2000m²，适合办公办学等，望有识之士电询洽谈。2.五矿前进街门面房面积：175.6m²。15516000639