

市计生科研所不孕不育诊治中心提醒：

# 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咨询刘伟娜医生。

据刘伟娜介绍，女性的年龄因素对生育有一定影响，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

时的一半，40岁是35岁时的一半，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。

据悉，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。此外随着年龄增加，女性患妇科病的概率也增多，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，这些妇科病都有可能损害生殖器官影响怀孕。35岁以上的高龄孕妇还易发生如高血压、糖尿病、心脏病、肾脏疾病等各种妊娠并发症并加重，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，并且胎儿畸形率也增高。

“所以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出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。”刘伟娜说。

## 英国最新研究：规律性生活有助预防心智退化

本报讯 玩填字游戏或学习新语言长期被认为有助预防心智退化。近日，英国的一项新研究指出，对50岁以上者而言，规律的性生活对此同样有所助益。

英国研究人员让年龄介于50岁至83岁的28名男性和45名女性接受一连串认知功能检测，并且询问他们性生活的频率或从未有性生活。受试者在这项测验中，必须仿制1个复杂设计，并根据记忆绘出图画。

根据英国考文垂大学和牛津大学的研究，每周至少从事一次性行为者在口语流利程度和视觉空间能力方面表现较好；性生活愈频繁可能与认知功能较好有关。研究还显示，较常从事性行为，大体上有助于改善心智敏锐度。

考文垂大学研究主笔莱特(Hayley Wright)在声明中表示，人们不喜欢想象年长者拥有性生活，但必须挑战这种社会观念，研究性行为能对50岁以上者产生何种影响。

研究人员称，这些发现对晚年维持亲密关系有着重要含义。他们将进一步探究多巴胺和催产素等生物要素，如何影响性行为和大脑功能之间的关系，以解释这项研究结果。(赵怡美)

### 两性课堂

## 悲伤哭泣、产生幻觉、狂打喷嚏……性高潮后有时会有奇怪反应

本报讯 一般而言，人体对性高潮的反应主要包括：体温升高、心跳加速、呼吸更快、肌肉绷紧等。然而，美国《性医学评论》杂志刊登一项最新报告指出，人类对性高潮的反应复杂多样，有时还会出现一些奇怪的生理反应。

### 哭泣忧郁

性爱过程中或高潮后出现哭泣、悲伤、焦虑或躁动等情绪波动，被称为“性爱后忧郁”，通常出现在关系稳定的情侣中。澳大利亚一项涉及230名女性的调查发现，46%的参试者在某些时刻会出现这一症状。另一项研究则证实，它可能具有遗传性。

### 出现幻觉

土耳其一项研究发现，在自我感觉有“扩大性反应”的女性参试者中，超过76%的人表示，性高潮给她们带来“飘飘欲仙”“灵魂出窍”的感觉；24%的人表示性高潮仿佛将她们带入了卡通世界；近25%的参试者表示有一种强烈的“旧事重现”的错觉。

### 打喷嚏

1972年，一名59岁的男子在性高潮之后出现严重的打喷嚏和流鼻涕症状，持续了10年之久。专家认为，性高潮期间大脑副交感神经系统的某部分会被激活，同时也触发了另一区域，而这一区域正好与打喷嚏流鼻涕有关。



### 身体虚脱

性高潮后持续数小时至数天感觉身体乏力、发烧、流感样症状，专家称之为“高潮后病样综合征”，通常可持续4-7天。科学家解释称，身体可能会错把男性精液中的蛋白质当作外来入侵者，进而增加免疫系统的反应，产生病样症状。

### 癫痫发作

科学家于1960年首次发现，一名23岁的孕妇在第二次怀孕

中期发生了这种特殊形态的癫痫反应。孩子出生后，这种癫痫还经常在性高潮之后发作。另一名20岁患者在自慰或性幻想时都会发生癫痫。科学家表示，其具体机理尚不完全清楚，但可能与主导情绪的大脑杏仁核反应以及下视丘分泌素缺乏有关。

### 感觉疼痛

研究发现，一些女性即使在性爱过程中没有感到疼痛，也可能在性高潮时感到疼痛，却没有任何病因。

### 足部高潮

一名55岁的女性表示，每次性高潮时，不仅有阴道、阴蒂高潮，而且感觉左脚也有同样的高潮反应。研究人员认为，这可能与她脚部受损神经纤维的部分再生密切相关。

### “II型头痛”

有“II型头痛”之称的高潮后头痛与性兴奋和性刺激密切相关。这类头痛可在一段时间内完全消失。(陈宗伦)

## 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

小广告 大市场 小投入 高回报

### 分类广告

第1990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

### 招聘

●聘管理干部5千-2万15037536390  
职业卫生检测评价、环境影响评价、安全评价、化学化验技术人员13939965888

### D 房产资讯

#### 出售

售房 公园三室 183m²  
毛坯 17737569369  
售建业桂园一楼带院气暖证全有车位 140m² 13303759968

### 转让

公司厂地转让  
场地42亩，商铺60间，办公室60间，生产车间1000m²，仓库500m²，转让费3500万元。  
李先生 13733913838  
地址：平安大道西段陆建材城附近

### E 生活资讯

#### 开锁换锁

●张氏开锁行 2222110

#### 设计印刷

●要印刷找龙发 8861818  
●做画册找天一 8985888

#### 特色美食

●鹰城名吃-四不腻猪蹄 3413983

#### 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

### 心理咨询

●大诚心理咨询 13937507536

### 汽车服务

●出租5-60座客车 15136902666

### 老年公寓

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

### 生活服务

亲子鉴定 13137525230

友情提示：使用本栏目信息请核对双方有效证件，投资汇款请谨慎。本栏目信息不作为承担法律责任的依据。

### A 商务资讯

#### 金融资讯

房产抵押贷款  
15837500217

股票免息配资  
电话：18837519993

公司专业股票配资  
13733903785(千田大厦九楼)

### 老詹论股·推荐股票

微信：13017551666 QQ:2656183188

- 股票配资 2297966
- 承兑贴现 15737571797

#### 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

### B 教育资讯

#### 招生

## 英语

专门解决初中、高中生出现：老师听不懂，家长问说不清，跟不上不想学，看学非学、似懂非懂、多次报班、成绩欠佳者请拨打15093879518

#### 电工焊工

培训考证  
市电讯职业学校。电话：2963913

### 会计培训

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

多来教育 会计证 实操班常年招生，随到随学 小班教学，7月8日初级会计开课 3388578

### C 招聘资讯

●求真英语速提成绩 18537519810  
●硬笔书法培训，中硬协国家级讲师，一高附近，成老师：13937553908