市计生科研所不孕不育诊治中心医生提醒：

女性生育最好趁年轻

□记者 牛瑛瑛

本报讯 结婚4年一直没有怀上孩子，这让郏县36岁的患者张女士一家很是着急。“近年来，我也看了不少医生，可还是没有怀上。”日前，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。女性最佳生育年龄是25岁至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，过早或过晚孕育对母婴健康都不利。

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，这些妇科病都可能会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。

两性课堂

睡姿对性功能有影响

仰卧最适合男性

睡觉姿势会对性功能造成“恶果”吗？答案是肯定的。对于男性而言，最好的睡姿是仰卧，且双腿分开；而俯卧和侧卧，对男性生殖系统都可能有不利影响。

俯卧——不仅压迫内脏，导致呼吸不畅，久之损害内脏功能，更会压迫生殖系统。阴茎受到压迫，阻碍血液循环，容易造成频繁遗精，使男性出现头晕、乏力等症状，影响正常的工作和生活；阴囊受到压迫，热力不能有效散去，会使阴囊温度升高，对睾丸的生精功能产生不良影响，降低男性生育能力。

左侧卧——心脏会受到压迫，容易导致睡眠质量不佳。而且当心脏受到压迫时，男性全身的血液循环会变慢，包括生殖器官的血液循环，当生殖器官长期得不到充足的血液供应时，有可能引发男性勃起功能障碍。

右侧卧——并不是每一位男性都适合右侧卧的睡姿。男性在采用侧卧睡姿睡觉时，睾丸和阴茎被挤压在两腿之间，所承受的压力比站立时要明显得多。部分男性尤其是青少年睡觉时动来动去，有可能把精索也“扭”成了一团，出现扭转和“打结”的情况。由于给睾丸供应营养和排出代谢物的血管从精索中通过，一旦精索发生扭转，睾丸就得不到营养，代谢物也不能排出，若扭转时间超过12个小时，睾丸就有可能缺血、坏死。因此右侧卧也不是男性最好的睡姿，若男性坚持右侧卧，也要注意“睡相”，不要扭来扭去。

仰卧才是最适合男性的睡姿。男性选择仰卧的睡眠姿势，并自然分开双腿，既不压迫内脏和生殖器官，也能避免发生阴囊扭转，可以给阴囊、阴茎充分的活动空间，能有效散热，促进生殖器官的血液循环，对生殖系统健康、性功能最有好处。（信报）

皮肤病反反复复 夫士软膏来解决

□记者 牛瑛瑛

本报讯 谈起皮肤病，从医的张教授深有感触，他之所以向病人推荐夫士软膏，主要是有切身体会。他的妻子一到夏天全身就会出满鳞屑、红斑、疹子，痒了就抓，抓得血肉模糊，涂涂抹抹，皮肤也变色了，激素药、西药更是吃出了肝肾综合征。用了夫士软膏后，硬痂开始往下掉，鳞屑、红斑和疹子一天天减少。一个月后皮肤和正常人一样，几年过去了，一直没有复发。

记者了解到，位于市区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中药古方，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，重造内外分泌系统，从病灶处修复免疫细胞，让肌肤全面康复。患者可拨打康复热线电话0375-6168120咨询。

膝关节疼、颈腰椎病 试试武当太极膏

□记者 牛瑛瑛

本报讯 近日，市民李大爷的腰腿疼突然加重，半夜经常被疼醒，这让一家人犯了愁。过去他做过检查，被诊断为腰椎间盘突出压迫坐骨神经、退行性膝关节病、骨质增生、关节间隙狭窄、半月板损伤，一直靠吃药、贴膏药维持，但这次药物不管用了，医生建议他换关节。

正在愁眉不展之时，李大爷了解到武当太极膏对膝关节疼有帮助，随即买了一个疗程，用完之后病症有了很大改善。老人高兴地说，是武当太极膏解决了他多年的问题。记者了解到，此药是传统中药专利配方，专门针对颈腰椎间盘突出、增生、椎管狭窄、椎体滑脱，膝关节滑膜炎、骨质增生、髌骨软化、半月板损伤等骨病。

据介绍，位于市区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武当太极膏独含中药古方透骨成分，能快速穿透皮肤和骨质直达病灶髓核，刺激髓核产生足够多的肾骨酶，使骨病得以修复和彻底康复。专家提醒，秋季人们气血运行通畅，正是治疗关节病的最佳时机。★

省妇幼保健院·现代妇产医院不孕不育联盟挂牌

生殖技术交流会同时召开

□记者 牛瑛瑛

本报讯 昨日上午8时30分，平顶山现代妇产医院二楼会议室坐满了来自省、市的妇科专业人士。在阵阵掌声中，省妇幼保健院·现代妇产医院不孕不育联盟挂牌仪式暨2017生殖技术交流会开始。

据了解，此次生殖技术交流会已是现代妇产医院自主举办的第六次会议，每年都吸引多名来自我市的妇科专业人员。今年的生殖技术交流会与省妇幼保健院·现代妇产医院不孕不育联盟挂牌仪式同时举行，不仅为广大医务人员提供了一个学习交流的平台，还有省内知名妇科专家前来授课，同时还可刷二类学分3分。

会上，郑州大学三附院生殖医学中心主任、河南省生殖免疫研究所所长、硕士生导师王兴玲主讲了《不孕症与辅助生殖技术》。郑州大学三附院生殖医学中心副主任孙丽君教授为大家带来了《复发性流产的诊断与治疗新进展》。省泌尿外科专业委员会委员、省男科专业委员会委员杨险峰为大家呈现的是《男性不育检验项目的临床分析及辅助生殖技术在男性不育症治疗中的应用》。主任医师、医学硕士杨如镜从事优生遗传及生殖医学临床及实验室工作多年，她主讲的内容是《与生殖有关的遗传病诊断及处理》。专家们的生动讲解让现场的听众受益匪浅。★

小广告 大市场 小投入 高回报

第2062期 分类广告

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

微信公众号：ycqueqiaohui

A招聘资讯

招聘

招聘 湛北路西段私房莱馆长期招服务员，要求：女20-45岁。电话：17337581888

招聘 销售，管理，待遇好，收入高，五险一金，节假日均休息 15886706090

●招聘商超会计、出纳13903752105

央企聘：业务员，业务经理，助理，月薪2000-8000元，员工制，福利高（五险一金）双休。18737523637

诚聘：车间电工、仓库保管员18837550007

招 职业卫生检测评价、环境评价、安全评价、化学化验技术人员13939965888

●高薪聘主管7千~2万15037536390

B商务资讯

金融资讯

房产抵押贷款 15837500217

股票无息配资 电话：18837519993

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

C教育资讯

会计培训

立信会计 初级会计师班 10月10日开课 分白、晚、周末班13703755835

招生

向上教育 专业高中生职业规划，高考志愿填报，自主招生及港澳台院校服务 王老师：15237505521

D房产资讯

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：平安大道西段陆顺建材城附近

转让 金盛龙网吧转让，价格面议。13243180000

出租

招租 和平路东段一层门面 电话：15333903959

出售

●观湖别墅260万证15238201670

售房 公园三室，毛坯新房17737569369

E生活资讯

心理咨询

●大诚心理咨询13937507536

老年公寓

●康乐居老年公寓13937585159

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

生活服务

亲子鉴定13137525230

●中央空调，家电快修3881111

●家之诺全铝家具13733914788

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。