

市计生科研所不孕不育诊治中心医生提醒：

男性不育需警惕弱精子症

□记者 牛瑛瑛

本报讯 市民庞先生和妻子结婚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：平常没有感觉有任何不适症状，怎么会得弱精子症呢？

据该中心医生介绍，在不孕不育门诊，弱精子症是很常见的现象。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；假如精子的活动力极低，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，较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、内分泌因素和免疫因素。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，患者应该系统检查病因，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，重度的则需通过手术治疗，同时配合药物治疗；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，如高温下作业者应调换工作，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做相应治疗；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，应禁烟酒和辛辣刺激性食物，加强营养，讲究卫生，不穿紧身裤，同时要有规律地进行性生活，避免禁欲或纵欲。”该医生特别提醒。

皮肤病反反复复

夫士软膏 为你解烦恼

□记者 牛瑛瑛

本报讯 谈起皮肤病，从医的张先生深有感触，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，用了不少药涂涂抹抹，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，皮肤基本和正常人一样，如今几年过去了，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、痤疮等多种皮肤病有一定帮助。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，再造内外分泌系统，从病灶处修复免疫细胞，让肌肤全面健康。患者可拨打康复热线 0375-6168120咨询。

伴侣气味有助于舒缓压力

本报讯 加拿大不列颠哥伦比亚大学一项新的研究显示，如果感到有压力，闻一下伴侣的衬衫吧，这可能有助于舒缓压力。研究人员说，该项研究结果可以用来帮助人们在与其所爱之人分处两地时应对压力。

许多女性在伴侣不在时穿着对方的衬衫或者在床上睡在对方那一侧，但他们可能不知道为何会有这些行为。研究表明，即使人不在身边，仅仅是伴侣的气味也能有效减轻压力。

研究人员发现，闻伴侣的衣物与女性血液中应激激素皮质醇的水平减少有关联。（妇报）



鹰城微健康

两性课堂

春节“造人”好不好？专家有话说

面对“春节‘造人’，好还是不好”这样一个时代之问、世纪之问，答案到底是什么呢？对此，北京协和医院妇科专家谭先杰说，要孩子顺其自然最好，至少提前3个月准备。

要孩子顺其自然最好

场景一：“造人”计划蓄谋已久。而且已经确定就是利用春节长假这几天，宅在温暖而舒适的家里，或者不需要长途跋涉找一个山清水秀、人杰地灵的所在，避开所有的应酬，全面而专心地铺开这项百年工程，倒是极好的。

场景二：“造人”计划临时起意。只是为了利用好不容易才有的春节假期，仓促上马，就值得商榷了。您可能会有七大姑八大姨需要走访，大鱼大肉，觥筹交错必不可少。小酌几口尚可，一不小心一醉方休，然后双方再迷迷糊糊地开工，就不太好了。

场景三：到热门景点度假，同时顺便造人，也不是特别好。因为，作为春节这场全世界最大规模人口流动中的一员，你通常会享受舟车劳顿的大礼，把自己都累成狗，再带病坚持开工，效果可能就不太好了。

场景四：到地球的另外一端找个清静的地方度假，同时造人。风景好、空气好、人气少是事实，但时差问题、安全问题和饮食将就等情况也要考虑。当然，如果你早就习惯，也无所谓。设定这么几个场景，也就是



从这几个方面考虑而已，不同的人，情况不一样，顺其自然可能更好，因为精子与卵子结合、胚胎的生长发育，直到分娩，都是一个自然选择、优胜劣汰的过程。请相信自然和生命的规律，不必过分纠结好还是不好。只要你们两个说好，一拍即合就是好。

想“造人”至少提前3个月准备

其实更想说，如果决定

春节长假（不局限于春节）要开始造人工程，应该提前3个月到半年就做一些必要的准备，这比临时纠结不动手、造不造人更有操作性。

(1)友情提醒。先给备孕的男性提个建议：如果决定春节“造人”了，最好从夏天或者秋天就开始戒烟、限酒，少去夜店，少熬夜刷朋友圈，少熬夜打网游，要调整好自己的身体，保持“精”气神。

(2)业余提醒。对于远远超

过了“小确肥”级别的女性，或者总以“吃货”自居的女性，如果准备怀孕了，建议“管住嘴，迈开腿”，适当控制体重。肥胖的确是一些疾病的表现或根源，会对女性的生殖能力产生负面影响。肥胖女性怀孕后发生妊娠期糖尿病的概率会更大，严重者会对母体和胎儿造成危险。

(3)专业提醒。女性除了要注意和男性一样调整生活方式外，还需要做更多准备，提前半年去做一个孕前检查是必要的。血尿便三大常规是必检项目。还要做肝功能检查、心电图检查、感染指标（针对乙型肝炎、丙型肝炎、艾滋病、梅毒等）的检查。肝胆胰脾肾的超声检查也很有价值。

(4)专科提醒。从妇产科医生的角度，建议女性在准备“造人”之前做一个全面的妇产科检查。检查阴道是否有炎症，是否有畸形；检查宫颈是否有癌前病变；检查是否有子宫肌瘤、卵巢囊肿。家族中是否有遗传性疾病，你们是否为近亲婚配等。如果有相应的问题，医生会给你提出建议，是否可以怀孕。

(5)专病提醒。特别建议女性在“造人”计划通过后准备实施前的半年，去做一个宫颈癌的防癌检查。防癌检查包括宫颈薄层液基细胞学检查和人乳头瘤病毒检测，两者联合检查更好。如果节约一点，可以二选一，目前更推荐选HPV检测。如果一切正常，没有问题，那就可以放心备孕了。（健报）

<p>小广告 大市场 小投入 高回报</p> <h2>分类广告</h2> <p>第2161期</p> <p>广告热线：13523260997 13183330295</p> <p>地址：市区建设路西段268号（鹰城广场对面）</p>		<p>本栏目在微信公众平台同步刊登</p> <p>微信公众号：ycqueqiaohui</p>		<p>律师服务</p> <ul style="list-style-type: none"> 樊律师 18737553763 郭磊律师 13937508869 <p>工商代理</p> <ul style="list-style-type: none"> 公司注册、代账 18737535133 <p>金融资讯</p>		<p>电工焊工 培训考证</p> <p>市电讯职业学校。电话：2963913</p> <p>E 生活资讯</p> <p>设计印刷</p> <ul style="list-style-type: none"> 做画册找天一 8985888 <p>心理咨询</p> <ul style="list-style-type: none"> 大诚心理咨询 13937507536 <p>老年公寓</p> <ul style="list-style-type: none"> 康乐居老年公寓 13937585159 <p>景观绿化</p>		<p>●专做楼顶花园后期养护 18803759391</p> <p>助听器</p> <ul style="list-style-type: none"> 耳聋请配助听器 13087062226 <p>特色美食</p> <ul style="list-style-type: none"> 鹰城名吃—四不腻猪蹄 3413983 <p>生活服务</p> <p>亲子鉴定 13137525230</p> <ul style="list-style-type: none"> 家之诺全铝家具 13733914788 <p>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。</p>	
<p>A 招聘资讯</p> <p>招聘</p> <p>工商银行子公司 工银安盛招聘 业务员、经理，待遇好，收入高，五险一金，周末双休。咨询：13837582086</p>		<p>出租</p> <ul style="list-style-type: none"> 出租闹市门面 150平 17737569369 启蒙路350m²空房租租 13937522876 <p>出售</p> <ul style="list-style-type: none"> 急急急租房售房 8978882 急急急租房售房 8978882 <p>出售</p> <ul style="list-style-type: none"> 水电气暖带热水 130m²，8楼。15136970006 <p>C 商务资讯</p>		<p>B 房产资讯</p> <p>转让</p> <p>驾校转让 建设路东段（营业中） 13782472111</p> <p>出租 新华书店地下室 1500m²（可分租） 18937575096</p>		<p>招聘</p> <p>工行下属子公司工银安盛招聘：销售、管理，五险一金，双薪双休传承制 15886706090</p> <ul style="list-style-type: none"> 聘营销、客服、设计 13507627309 		<p>出租</p> <ul style="list-style-type: none"> 急急急租房售房 8978881 <p>招租</p> <ul style="list-style-type: none"> 凌云路佳田塞纳城 540m² 平西建材城外辅 154m² 18237522111 	