

市计生科研所不孕不育诊治中心专家提醒：

明确不孕病因再针对性治疗

□记者 牛瑛瑛

本报讯 市民张女士今年31岁，结婚5年，因婚后夫妻俩忙于事业，没顾上要孩子。今年，她正式把备孕提上了日程，结果肚子却迟迟不见动静。近日，夫妻二人来到市计生科研所不孕不育诊治中心向段雪娇医生咨询。

“近年来，临床上来咨询生育问题的女性朋友比较多，有一部分就是为事业打拼到30多岁，当一切稳定下来想要孩子的时候，却一直怀不了孕。”段雪娇说，夫妇婚后性生活正常，不采用任何避孕措施，两年仍未受孕

的则可称为不孕症。

临床上造成女性不孕的因素多种多样，以下几种因素较常见。

1.阴道因素：阴道闭锁、阴道中隔、各类阴道炎，都会影响精子活力导致不孕。2.宫颈因素：宫颈狭窄、息肉、肿瘤、粘连、糜烂等。3.子宫因素：先天性无子宫、幼稚型子宫、无宫腔实质性子宫、子宫后位或严重后屈、子宫内膜炎症、宫腔粘连。4.输卵管因素：输卵管过长或狭窄，输卵管炎症引起管腔闭塞、积水或粘连。5.卵巢因素：卵泡发育不全、不能排卵并形成黄体、卵巢早

衰、多囊性卵巢、卵巢肿瘤等。

6.内分泌因素：下丘脑发育不全或下丘脑周期中枢成熟延迟，表现为无排卵月经、闭经或黄体功能失调。7.全身性因素：营养不良、代谢性疾病、慢性消耗性疾病、单纯性肥胖等。8.精神及其他因素：植物性神经系统功

能失调、环境性闭经、神经性厌食、免疫性不孕及血型不合等。

“由于引起女性不孕的病因较多，因此患者要先明确诊断，再有针对性地进行治疗，不能盲目相信偏方，也不要盲目进补，应在专业医生的指导下进行合理治疗。”段雪娇提醒道。



大脑发育早 数学学得好

本报讯 美国《发展科学》杂志近日刊登一项新研究称，幼儿能够数出“1、2、3”之前，早在婴儿期就已明白了数字的含义及其与数量间的关系。

为了解婴幼儿对计数概念的理解程度，美国约翰·霍普金斯大学专门从事儿童数字能力发展研究的认知科学家莉萨·费根森教授与王珍妮博士，对14至18个月大的婴儿展开“玩具捉迷藏”试验。研究人员让这些小家伙目睹玩具狗被扔进一个纸盒中，孩子不能探头去看纸盒里的东西，但可以伸手摸。扔玩具时，研究人员要么边扔边数：“看，一、二、三、四，四条狗！”要么只扔不数：“这个、这个、这个和这个，这些狗！”对比发现，如果数数，当婴儿用手从封闭的纸盒中摸出玩具的时候，拿到第四件后就会停手。如果不数数，婴儿就很难记住盒子里装了四个玩具，他们拿到第四件后还会继续伸手。

王珍妮表示，早期研究认为，不管咿呀学语的婴幼儿能否顺利地数到10，都需要等到4岁左右才能真正明白这些数字意味着什么。而新研究通过行为学观察发现，婴儿期大脑就开始朝向复杂抽象思维能力发展。大脑发育越早越快，孩子数学能力就越强。（方文革）

两性课堂

再恩爱也要加强亲密感

很多人认为，夫妻如果因真爱而结合，两人关系自然会比较亲密，无须刻意维系。但事实上，婚姻中的亲密，是你在和伴侣在彼此分享生活的过程中建立起来的身体、情感和精神上的联系。所以即使是真爱，也需要努力维系关系。美国“婚姻”网为此推荐了5个增进夫妻亲密感的方法。

超长时间的拥抱。不管是早晨还是晚上，至少花些时间拥抱。如果你平时上班没时间拥抱，可以在晚上看电视或看书时，依偎在一起，最好把时间增加到一个小时。和伴侣依偎在一起时会产生外激素、动能和化学反应，它们创造了健康关系所必需的亲密感。

呼吸练习。这个练习刚开始会让人觉得有点傻，可一旦你愿意打开心扉去试试，可能会爱上它。练习的方式是，你和伴侣面对面坐着，一起轻轻触碰对方眉心，闭上眼睛，开始呼吸，要连续有意识地深呼吸，建议连续呼吸7次。这个练习，通过触摸眉心达到能量的交换，带来彼此心灵相通的感觉。

注视对方。这是一个很经典的练习：面对对方，看着他的眼睛，想象眼睛就是“灵魂的窗口”。在这个忙碌的世界，花上几分钟看着对方的眼睛可以帮助夫妻二人放松，更关注对方，让你们觉得时间都放慢了脚步。



资料图片

步。做这个练习时，配合着音乐更有利于集中精神。可以眨眼睛，但尽量不要说话，可以用一首四五分钟的歌曲来设定背景和时。

问三个问题。你和伴侣可以经常玩这个游戏。想想你要问的问题，写在纸上，比如：这个月你最想吃的三样东西是什

么？你最想去哪里旅行？你希望和我和做哪些从没做过的事？这是一个亲密感和婚姻关系的沟通练习，让你们的联系增强，增进彼此在情感、兴趣和思想上的了解。

练习倾听。在这个练习中，一方可以选择一个话题发表意见，另一方必须面对，且只

能倾听，不能说话。几分钟后，另一方就可以自由表达意见了。积极倾听可以增强我们理解他人的能力，让我们专注于对方，这在快节奏的生活里是难得又很重要的。总之，夫妻的亲密需要不断维系，只有付出精力和时间，不断耕耘，才会收获长久的幸福。（生报）

常饮酒比酗酒更伤“心”

本报讯 众所周知，过量饮酒（酗酒）会对身体造成多重危害，而韩国一项新研究发现，在心脏健康方面，经常规律性少量饮酒其实比酗酒危害还大，更易增加房颤风险。

该研究由韩国大学医学院崔钟一博士及韩国首尔大学安南医院研究团队共同完成，对涉及978万人的相关信息进行了梳理分析。2009年体检数据显示，所有参试者都未患房颤。此后，研究人员结合参试者的饮酒习惯，对他们的房颤发病情况进行追踪随访，直至2017年。结果发现，在确诊房颤的患者中，每周饮酒次数是最大的风险因素。与偶尔“喝大酒”的参试者相比，每天饮酒的人房颤风险更大，每周饮酒小于和等于1次的参试者风险最小。同时，饮酒量对房颤发作也有一定作用。1周饮酒量每增加1毫升，房颤风险可增加2%。

崔钟一分析指出，新研究焦点集中于饮酒频率对房颤的影响，无论年龄和性别，饮酒次数都与房颤发作存在密切关联。即使每天只是小酌，频繁饮酒也很伤“心”。经常饮酒或可致睡眠障碍，而睡眠不足也会增加房颤的风险。（生报）

小广告 大市场 小投入 高回报

分类广告

第2723期

广告热线：13183330295 13592179403

地址：市区建设路西段268号（鹰城广场对面）

A 生活资讯

搬家公司

- 中华搬家 3999556 3996556
- 顺风搬家 13837529909

婚庆公司

- 婚礼庆典找鹰皇 18135633391

特色美食

- 鹰城名吃-四不腻猪蹄 3413983

助听器

- 耳聾请配助听器 13087062226

老年公寓

- 康乐居老年公寓 13937585159

景观绿化

耳聋患者喜讯

不塞耳朵就能听的助听器到鹰城了

不塞耳朵、不闷不噪、免费试戴、效果立竿见影

凡在活动期间预定，交100元抵1000元，活动日期12月10日-12月28日

地址：市第一人民医院向西80米十字路口向南50米路东李时珍康耳堂

殡葬服务

龙山公墓

建设路与平郊路交叉口向北三公里 电话：2078631

健康美容

皮肤难题免费试用

九圣堂康肤馆劳动路与大众路交叉口北20米路西 7079095

立通耳鼻道

经常鼻痒、鼻塞、流鼻涕、头昏、头涨、不透气、不由自主打喷嚏、整天昏昏沉沉想睡觉、张口呼吸、记忆力下降、注意力不集中、耳朵流水就找立通耳鼻道

中兴路新鹰小学北2号铺 电话：13803756208

假发、补发

联盟路中段（联盟鑫城院内一楼） 电话：13849583359

驾校资讯

三弦考场连锁驾校

市区四家直属驾校，自建全科考场，持学生证优惠200-500元 4188008

B 教育资讯

招生

资深老教师数学物理化学家教、质优价廉 18738915880

点通传奇中考集训

全日制招生中

点通传奇高考集训

全日制招生中

招中学全职教师3000元起 聘高中全职教师5000元起 18803751158 18837536923

C 房产资讯

出租

- 八中北街开岗门面15333751036

D 招聘资讯

招聘

原152医院洗涤中心招夜班男女工 18737575530

初中语文、物理、政治代课教师 13071719267

E 商务资讯

工商代理

- 会计师代账、注册 13937597059

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