

市计生科研所不孕不育诊治中心提醒：

性功能正常不等于生育功能正常

□记者 牛瑛瑛

本报讯 市民赵先生和妻子结婚3年一直没有孩子，最初他以为是妻子的问题，但每次妻子的检查结果都“没问题”。近日，赵先生来到市计生科研所不孕不育诊治中心做了全面检查，结果发现不育的原因是他得了弱精症。

据市计生科研所不孕不育诊治中心医生段国铭介绍，不孕不育特别青睐25至40岁的青壮年，他们工作繁忙、压力大，易精神紧张，工作应酬也多，这些都是

导致男性勃起功能障碍(ED)的危险因素。但像赵先生这样勃起没问题、性生活一切正常，为什么也会不育呢？赵先生的弱精症是由多种原因造成的，不良生活方式也是诱因，如经常久坐、工作应酬多等，都会影响生育能力。

通常情况下，一对夫妇发现不孕不育，男方肯定先认为是女方有问题。他们认为自己性功能正常，不能生育一定是女方的原因。再加上长期以来男性不太懂得关心自己，对男性生殖器官的研究和了解、生殖健康和生殖保健的关注程度均落后于女

性，所以即使有病，也常常被忽视。

实际上，不孕不育的“源头”究竟来自哪一方，男方比女方更容易查明。段国铭介绍说，不孕不育患者就医时应首先查查男方，没有问题再查女方。男方可

做一个精液常规检查，排除问题后再检查是否属于静脉曲张、睾丸发育问题。而女性检查由于受到排卵期等因素影响，耗时持久。有时女方先查，要等一两个月，才能彻底排除自己的“嫌疑”，继而发现是男方有问题。



吃核桃有益肠道和心脏健康

新华社北京1月20日电 美国研究人员最新研究发现，作为健康饮食的一部分，每天吃核桃可能会增加肠道中一些有益健康的细菌，进而降低心脏病患病风险。

美国宾夕法尼亚州立大学等机构研究人员近期在美国《营养学杂志》上发表论文介绍，他们共招募42名超重或肥胖的志愿者，并将其随机分为三个不同的饮食组。所有受试者均接受了饱和脂肪含量较低的饮食。第一组饮食中添加了核桃(每天57克至85克)；第二组添加了与核桃中含量相当的α-亚麻酸等不饱和脂肪酸；第三组则加入了等量的油酸，以替代核桃中的α-亚麻酸。

结果发现，第一组受试者体内有益健康的肠道细菌增加，而这些肠道细菌的变化与一些心脏病风险的降低显著相关；相比之下，另两组受试者肠道细菌虽有变化，但这种变化与心脏病风险因素间没有显著关联。

研究人员说，大量证据表明，饮食上的微小调整可能对健康大有裨益。这一发现有助人们了解如何以积极的饮食方式促进有益肠道微生物的生成，人们或许可以用核桃替代一些不健康的零食，不仅好吃，还能增进肠道和心脏健康。

甲型血友病 基因疗法被证明长期有效

据新华社北京1月20日电 英国一项研究发现，一项治疗甲型血友病的基因疗法被证明长期有效，有望结束甲型血友病患者需终身定期注射凝血因子的常规治疗方式，从而改善患者的生活质量。

英国伦敦大学玛丽皇后学院等机构的研究人员开发的这项新疗法，是一种以腺相关病毒为载体的基因疗法，一次性注射便可“修补”人体细胞内相关基因缺陷，并达到合成凝血因子的目的。研究团队2017年曾发表论文指出，13名甲型血友病患者在接受单次缺失基因注射治疗1年后，其中11名患者的凝血因子水平达到或接近正常水平。

血友病是一种遗传性出血性疾病，发病原因是患者的血液中先天缺乏某种因子，根据缺乏因子的不同分为甲、乙、丙三种类型，其中甲型血友病约占所有血友病病例的80%。

两性课堂

过度“吃醋”或是控制欲在作怪

美国查普曼大学心理学教授艾米·穆尔斯曾提到，两性关系中的“吃醋”是缺乏安全感的体现。很多人容易将吃醋与爱情混为一谈，误以为因为爱才吃醋。其实，过分吃醋不仅会成为两人矛盾的导火索，还可能演变成一种控制欲，甚至暴力行为。

吃醋是亲密关系中普遍存在的一种情绪，并非一种彻头彻尾的消极心态，能力不足感、不安全感、占有欲等都是产生吃醋、嫉妒心理的原因。其实，合理的吃醋可以成为驱动个体向前迈进的原动力，因此，分辨吃醋的程度并及时调整尤为重要。

亲密关系中的吃醋、嫉妒有两种形式：一种是反应性的，另一种是怀疑性的。反应性的是指当感受到自己的亲密关系遭受外来威胁时，比如，看到爱人和陌生异性谈笑风生或当着让自己的面赞美其他异性时，会产生不安心理；怀疑性的则缺乏理智，通常是对方没有实际行为，却对其产生无端猜测而引起吃醋、嫉妒。比如，伴侣加班晚回家，就猜测对方去约会了等。

吃醋是令人不快的，让人坐立不安，伴随着伤害、愤怒与恐惧。在极端的吃醋心理支配下，人往往会做出一些不利于亲密关系的举动，比如翻查手机、盘问事情的来龙去脉、用各种方式限制对方的人身自由，甚至出现



资料图片

暴力行为。

当发觉自己有极端的吃醋倾向时，一定要及时调整。一是要将关注点从对方转移到自己身上，提升自我，寻求自身内在的满足感，避免因能力不足感导致的不良心理。二要努力调整心态，破除自私和独占的想法，

不把爱人当成自己的附属品看待。同时，要及时、直接向对方表达自己的忧虑和恐惧，共同探讨并解决吃醋产生的问题。

当我们察觉到对方有一些极端吃醋的言语和行为信号时，也要提高警惕，不要选择逃避或做出其他更能激发对方吃醋心理

的行为。要及时与对方沟通，努力接受并理解对方的情绪，明白他的爆发点，同时审视自己是否确实有越界行为。如果对方经常以吃醋为借口试图控制你的行为，禁止你与异性交往等，就要冷静考虑这种关系是否能够给你带来安全感和幸福感。(史宇)

<p>小广告 大市场 小投入 高回报</p> <h1>分类广告</h1> <p>第2747期</p> <p>广告热线：13183330295 13592179403</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>微信公众平台：ycqueqiaohui</p> <p>相亲报名热线：4940520</p>		<p>立通耳鼻喉</p> <p>经常鼻痒、鼻塞、流鼻涕、头昏脑涨、鼻子不通气、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喉</p> <p>中兴路新鹰小学北2号辅电话：13803756208</p>		<p>诚聘中学各科优秀教师</p> <p>联系电话：19939038345</p>		<p>出租</p> <p>2000m²车间可做仓库 350m²办公楼一层</p> <p>18903750007</p>			
<p>A 生活资讯</p> <p>搬家公司</p> <ul style="list-style-type: none"> 中华搬家 3999556 3996556 顺风搬家 13837529909 <p>特色美食</p> <ul style="list-style-type: none"> 鹰城名吃-四不腻猪蹄 3413983 		<p>老年公寓</p> <ul style="list-style-type: none"> 康乐居老年公寓 13937585159 <p>婚庆公司</p> <ul style="list-style-type: none"> 婚礼庆典找鹰皇 18135633391 <p>助听器</p> <ul style="list-style-type: none"> 耳聋请配助听器 13087062226 		<p>印刷</p> <ul style="list-style-type: none"> 要印刷找龙发 8861818 <p>殡葬服务</p> <p>龙山公墓</p> <p>建设路与平郑路交叉口向北三公里 电话：2078631</p>		<p>外教英语学习系统</p> <p>全城招募合伙人 联系电话：17637539996</p> <p>健康美容</p> <p>假发、补发</p> <p>市区联盟路中段(联盟鑫城院内一楼) 电话：13849583359</p> <p>皮肤难题免费试用</p> <p>九圣堂康肤馆劳动路与大众路交叉口北20米路西 7079095</p>		<p>C 商务资讯</p> <p>工商代理</p> <ul style="list-style-type: none"> 会计师代账、注册 13937597059 		<p>E 教育资讯</p> <p>招生</p> <p>电工焊工汽修培训考证 市电讯职业学校。电话：2963913</p> <p>资深老教师数学物理化学 家教、质优价廉 18738915880</p>	
<p>B 招聘资讯</p> <p>招聘</p> <p>招原152医院洗涤中心夜班男女工 18737575530</p>		<p>D 房产资讯</p> <p>出租</p>		<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>							