

平顶山市计生科研所不孕不育诊治中心

女性压力过大可致不孕

□记者 牛瑛瑛

本报讯 春节前,来自郟县的张女士来到市计生科研所不孕不育诊治中心,“我是来专门感谢王宏锋医生的,她不仅是我们的主治医师还是耐心的心理医生,要不是她,我现在还为自己的不孕痛苦呢!”

据了解,今年32岁的张女士结婚5年来,肚子一直没有“动静”,其间她只要听说哪里有治不孕不育的偏方,不管再远也会赶去看病,药吃了一大堆,钱也没少花,但结果只是检查出不孕症,却一直没有找到病因。去年6月份,听朋友说市计生科研所不孕不育诊治中心治此症效果比较好,她便一个人来到了这

里,经该所不孕不育门诊医生王宏锋检查后,诊断为内分泌功能失调。当时王宏锋告诉她:“你的病想治好没什么大的问题,你先回家好好调整一下心情,过些日子再来找我。”后来,王宏锋对她进行了一段时间的调整治疗,张女士如愿有了身孕。

“张女士婚后一直怀不上孩子和她心理压力过大直接关系。很多医院都只是检查有没有器质上的病变,而不能做到对症治疗,自然没办法让她成功受孕。有些慢性妇科炎症本来不会导致不孕,但增加了女性的精神负担,反而成了不孕的罪魁祸首。”王宏锋说。在临床工作中,王宏锋发现不孕不育症给患者造成的精神压力非常大,并且有

的患者在没有明确病因的情况下,四处求医,盲目治疗,不仅浪费钱,还可能引起耐药性,出现一系列副作用,很多患者由于轻信一些所谓的秘方耽误病情,延误治疗。

曾经有一名患者,婚后多年不孕,爱人也多次跟她提出离婚,她的精神压力非常大,找到王宏锋医生接受治疗期间,每天都要打电话问自己的病情,每次

王宏锋都会耐心地给她解释,从来没有流露出耐烦。现在,她也有了自己的孩子。

王宏锋建议,不孕症女性应该学会舒缓压力,加强沟通,这样才有利于疾病的治疗。“对于出现不孕不育的患者,切忌‘病急乱投药’盲目治疗,一定要到正规的医疗机构进行科学诊治,这样可以少走弯路,让更多患者走向康复。”



加拿大最新研究发现: 男人容易好了伤疤不忘疼

本报讯 我们容易想当然地认为,柔弱女子比男人更难从伤痛中走出来,可加拿大多伦多密西沙加大学的科学家对痛苦经历记忆程度的两性差异做了一项新研究,通过动物实验和人体试验证实,女性才是更容易忘记痛苦的一方。

研究人员将小鼠置于特定的环境,让它们体验两种30分钟的低强度疼痛——热量传递至前臂或后爪引起的热痛以及注射稀释乙酸导致的胃痛。之后,研究人员给志愿者戴上发热压力绷带,令其锻炼手臂20分钟。第二天,参与者和小鼠分别回到相同的环境中进行同等程度的重复实验。结果表明,男性对热痛的评价比前一天更高,且明显高于女性;雄鼠也表现出更高的热痛反应,雌鼠则并无过度反应。研究报告发表在《当代生物学杂志》上。

该研究的主要作者、密西沙加大学助理教授洛伦·马丁表示,众所周知,女性对疼痛的敏感度普遍高于男性,而新研究表明,男性会更清晰地记住先前的痛苦经历,当再次遭遇疼痛时,他们会感到压力更大。“如果记忆中的疼痛是慢性疼痛的一种驱动力,那么我们需要了解疼痛是如何被记住的,以此来帮助更多患者。” (廉正)

哪些因素会影响女性的生育?

女性比男性更容易出现气血不足的现象,在中医看来,孕育孩子,调理身体需要充足的气血,出现气血不足,会影响到怀孕。这是因为气血供给不足,会影响到女性卵巢功能,卵巢孕育卵子,卵子的强盛由卵巢决定,气血不足,会影响到卵子的寿命。有些时候,即使女性怀孕了,但是,因为气血不足,也会出现流产的情况,这是因为气血不足会造成女性冲脉、任脉不能提供足够的营养,维持宝宝发育的需要。那么,除了压力影响生育外,还有哪些因素会影响女性的生育?

●肥胖影响生育

在正常情况,体重不是很胖或是很瘦的人,是容易怀孕的,在相关数据中显示,BMI小于20,BMI大于30,这些女性其实都不太容易受孕,想要怀孕,最好在备孕期间,把BMI控制在20至30。适当地改变体重,对受孕是非常好的。

●人流过多影响生育

有些女性还会出现这个情况,在年轻的时候,不想要孩子,发现怀孕便进行人流,但是,在后来想着要孩子,却发现自己怎么也怀不了,这是因为做多了人流,会造成输卵管性不孕的发生。

●炎症感染影响生育

疾病是人们无法控制的情况,在生活中,有些女性会患某些炎症,造成输卵管阻塞,这样也会影响到卵子的正常活力,从而影响到受孕。

●抽烟喝酒影响生育

女性应酬时抽烟、喝酒已经是司空见惯的事情,可能有人会说,抽烟、喝酒会影响到男性的生育能力,造成精子质量下降,从而影响到卵子的正常活力,从而影响到受孕。

然很大,会影响到卵子的质量,造成受孕不成功。

这就是关于可能会影响到女性生育的几个因素,影响女性生育还有很多原因,希望大家多重视,科学保健,才能保护好身体。(腾讯)



好好备孕 早日成就“爸业”

随着优生优育意识的提高,很多夫妇都知道孕前应该好好准备。要想拥有一个健康聪明的宝宝,女性固然很重要,但是男性对于胚胎的基础建设也起着至关重要的作用。

人类男性的精液由精子和精浆组成,每次排精量2-6ml。精子由睾丸产生,精浆由前列腺等分泌产生。精液是一种有机混合物,精浆为精子提供营养物质。正常每毫升精液中精子数量在2000万以上,如少于2000万/ml属于少精症,就会影响生育。

精子在睾丸中需要大约10周的时间达到成熟。由于精子生性娇嫩,容易受到各种损害。造成精子质量出现问题的原因有多种,比如感染、精液液化异常、免疫因素、抗精子抗体、内分泌因素、遗传疾病、染色体异常等等。有些药物对精子的影响也是比较大的,比如激素类的药物、抗生素、胃药等,一般来说,少量服用没什么大影响,但是,如果需要长期服用又准备备孕时,就要咨询医生药物对生育的影响。

吸烟和酗酒是精子的大敌,香烟中的尼古丁不但会降低男性体内性激素的分泌,而且对精子还有直接杀伤能力。长期大量饮酒,酒精会使70%的精子发育不良或失去活力。

现在普遍认为,女性备孕时要保证足够的营养和叶酸,同样,合理的饮食对男性备孕也非常重要。

保证充足的优质蛋白质。蛋白质是细胞的重要组成部分,也是生成精子的重要原材料,有益于协调男性内分泌机能以及提高精子的数量和质量。多吃富含优质蛋白质的食物,如深海鱼虾、牡蛎、大豆、瘦肉、鸡蛋等。

合理补充矿物质和微量元素。最常见的就是锌、硒等元素,它们参与了男性睾丸酮的合成和运载的活动,同时帮助提高精子活动的能力以及受精等生殖生理活动。含锌较高的食物有:贝壳类海产品、动物内脏、谷类胚芽、芝麻、虾等;含硒较高的食物有:海带、墨鱼、虾、紫菜等。

适量脂肪。性激素主要是由脂肪中的胆固醇转化而来,胆固醇是合成性激素的重要原料,脂肪中还含有精子生成所需的必需脂肪酸。

(张京红)

新型冠状病毒凶猛 防控感染有道

(上接B1版)

目前,已经明确新型冠状病毒感染的肺炎可以人传人,在尽快查明病毒传播和传播原因的同时,运用现代信息传媒优势,搭建网络平台,建立“网传员”制度,平时发布利于广大民众获取病因和预防的信息,远离新型冠状病毒,起到“上医治未病”的功效。比如,北京市疾控中心建议加强个人防护,避免接触野生禽畜,杜绝带病上班、聚会,做好健康宣传和督导检查,养成良好的卫生习惯,合理膳食、适量运动、戒烟限酒、平衡心理等。

记者:如何适时监护发现新

型冠状病毒?

王立祥:新型冠状病毒主要通过飞沫传播、接触传播、粪-口传播,随后通过人体的口鼻眼的黏膜侵入人体。潜伏期可长达14天,在潜伏期具有传染性。通过运用现代信息传媒优势,搭建网络平台,建立“网格员”制度,适时与区域民众进行互动交流,有利于第一时间知晓民众的健康状态,及时监测发现新型冠状病毒感染人群,力争做到“早发现、早诊断、早治疗”。

比如,湖北武汉以街道为单位确定了大量以共产党员为主体的志愿者和观察员,每个人在微信上安装“武汉微邻里”小程

序,实名登记后,程序会通过卫星定位确定感染人员的家庭隔离地址,然后通过地址锁定病毒感染者挂靠的社区组织,锁定其挂靠志愿者,并通过卫星定位和登记该感染者的隔离地址。如果需要就医,其所在的社区会通过志愿者安排车辆将其送到医院,社区会要求周围其他成员远离感染者的隔离地点,志愿者会安排消毒人员上门按不同标准进行消毒。

记者:如何对感染者提供及时救护,进行抗“毒”治疗?

王立祥:新型冠状病毒感染的较严重病例可能出现肺炎、严重急性呼吸综合征、肾衰竭,甚

至死亡。由于该病具有隐匿性和突发性,在院外出现急症时的及时救护处理就显得极为重要。通过运用现代信息传媒的优势,搭建网络平台,建立“网救员”制度,通过“生命平安站”载体,联动社区、120、医院及时对发病患者进行救治,有利于第一时间抢救濒危患者,起到“及时救护”之功效。“生命平安站”是连接个人、家庭、社区、公共卫生机构等防治救的人工智能系统,充分整合医院救治、120 应急、社区干预、家庭联动、政府协调,打一场应对新型冠状病毒的“网络”阻击战。

(喻京英)