

市计生科研所不孕不育诊治中心释疑：

输卵管性不孕有哪些原因

□记者 牛瑛瑛

本报讯 35岁的李女士婚后一直不孕,近日检查才发现,导致其不孕的祸根竟然是输卵管性不孕。输卵管性不孕有哪些原因呢?市计生科研所不孕不育诊治中心医生刘伟娜对此进行详细解读。

输卵管阻塞(约占20%):输卵管堵塞一般可分为原发性和继发性两种。原发性即先天性的,非常少见。继发性为后天因素造成的,主要是由输卵管炎症引发的。输卵管堵塞造成的不孕一般没有什么特别的症状,此病在早

期患者偶尔会有盆腔炎、附件炎的症状,有的患者有阑尾炎、肠炎病史,有的患者不会表现出明显的症状,往往是结婚后不孕,做输卵管造影时才被发现。大多数情况下,患者到医院检查的时候输卵管炎症已经发展到慢性感染状态,表现为慢性间质性输卵管炎。此时的输卵管壁已经被淋巴细胞浸润,黏膜的上皮细胞也变得肥大,时间长了会使组织发生纤维化,输卵管增粗或者蜷曲、管腔闭锁。

输卵管积液(约占26%):输卵管积液为慢性输卵管炎症中较为常见的类型,在输卵管炎后,或

因粘连闭锁,黏膜细胞的分泌物积存于管腔内,或因输卵管炎症发生峡部及伞端粘连,阻塞后形成输卵管积脓,当管腔内的脓细胞被吸收后,最终成为水样液体,即表现为输卵管积液。

输卵管炎症(约占25%):常见于不全流产、人工流产和产褥感染中。致病菌为化脓性葡萄球菌、链球菌、大肠杆菌及绿脓杆菌等,造成间质性输卵管炎、峡部结节性输卵管炎、输卵管积水和输卵管积脓。结核性输卵管炎是一种较为特殊的输卵管炎,多为肺结核或腹膜结核继发感染,占不孕原因的10%。主要经

血行感染,部分经淋巴系统和直接蔓延感染。结核菌首先感染肌层或黏膜下层,然后向黏膜及浆膜层发展,使输卵管稍增大,管壁增厚,表面可呈现多数粟粒样结节病变,与周围发生粘连,输卵管内膜受结核菌感染,黏膜被破坏而形成干酪样坏死和粘连。病变以侵犯远端为主,伞端黏膜肿胀,外翻呈漏斗状,可不闭锁。如发生继发性感染,管内内容物可变为脓性,还可形成结核性输卵管周围炎,可与周围器官广泛粘连,浅表病变继续发展可深入到管壁间质和黏膜组织,造成不孕。

喝酒导致的DNA损伤可修复

本报讯 酒精代谢物乙醛会导致人体DNA损伤,进而增加细胞癌变风险,酒类也因此被认定为“一级致癌物”。近日,英国一项最新研究称,酒精导致的DNA损伤可以安全修复。

该研究由荷兰皇家科学院干细胞与发育生物学研究所、英国医学研究会分子生物学实验室等9个研究机构的科研人员合作完成。科学家发现,大量饮酒后乙醛在人体细胞中积聚,并与DNA反应,造成DNA双链之间形成链间交联,进而导致DNA锁死,因无法自然复制而受损。这会加速恶性肿瘤发病进程,导致造血干细胞快速磨损。而人体中存在的一种“解毒”机制,可在避免DNA断裂(降低细胞癌变风险)的情况下,让遭到“绑定”的DNA链间交联重新裂解。

研究人员表示,乙醛导致身体解毒功能受损在亚洲人群中十分常见,对安全、快速修复酒精所致DNA损伤的新发现,为降低酒精性癌症发病率带来新的希望。

(林烽)

怎么吃“甜”负担小

开心时吃一口甜有满足感,不开心时吃一口能获得治愈感……不知不觉中,很多人掉进了“甜蜜陷阱”,越吃越想吃。众所周知,甜食吃多了会带来龋齿、肥胖等健康问题,可就是戒不掉该怎么办呢?近日,东南大学公共卫生学院营养与食品卫生学系副教授王少康为大家支招如何健康吃“甜”。

第一,选好种类,尽量挑选健康天然的甜味来源。伤害健康的“甜”多为添加糖,例如白砂糖、果葡糖浆、麦芽糖浆等,它们存在于蛋糕、冰淇淋、饼干、甜饮料等加工食品中。其实,饮食中还有很多天然的甜味来源,比如新鲜水果、红枣、桂圆干等,除了能给味蕾带来甜的刺激,这些食物还含有多种维生素、矿物质以及膳食纤维,对健康有利。特别想吃甜的时候,不妨首选这些食物。对于不习惯喝白开水的人来说,可以用百香果、柠檬等带有特殊风味的水果泡水,加一点蜂蜜,既好



资料图片

喝又营养。

第二,找对时机,尽量在餐前或者两餐之间。很多人喜欢饭后来点甜点,但吃饱后,感受食物美味的能力会降低很多,胃里充满食物,再加一份甜食,容易饮食过量。建议餐前或两餐之间吃甜点,既能享受美味,又能避免热量

超标。需要特别提醒的是,饿肚子时不要吃甜食,否则会导致血糖水平短时间内快速升高,尤其不适合血糖控制不好的人。

第三,吃前先喝点白开水或淡茶水。甜食一不小心就容易吃多,吃之前先喝点白开水或淡茶水,有助增强饱腹感,减少甜食摄

入。此外,菊花茶、荞麦茶等也是不错的选择,还有助降低血糖反应。吃了甜食还要注意减少主食摄入,以免热量超标。

第四,控制好吃的频率和量,学会转移注意力。《中国居民膳食指南(2016)》推荐,每天糖的摄入量不超过50克,最好控制在25克以内,因此吃甜食时注意查看食品配料表,计算一下糖含量。此外,想吃甜可能正是心情大起大落时,这时可以转移注意力去做些其他的事情,例如逛街、运动、看剧等,通过其他方式得到快感,也能避免吃完甜食之后内心产生焦虑感和负罪感。

第五,下一餐多吃果蔬粗粮。多数甜食的脂肪含量往往也较高。因此,刚刚吃过甜点,对血糖、血脂都会有一定影响,建议在接下来的一餐中应注意补充大量的膳食纤维、低脂食物。为了将大量的糖和脂肪代谢掉,还要补充B族维生素,多吃绿叶蔬菜、粗粮粥或豆类、甜味轻的水果。(李爽)

每周工作超50小时 甲减风险翻倍

本报讯 众所周知,超长时间工作对健康有诸多不利影响。近日,韩国一项横断面研究首次表明,工作时间过久是甲状腺功能障碍的风险因素。

韩国国家癌症中心的李英基博士团队在2013年至2015年韩国国民健康与营养调查中选取2160名成年人,参试者每周的工作时间在36-83小时不等。在排除甲状腺过氧化物酶抗体阳性的个体后,研究人员根据促甲状腺激素参考范围来确定参试者的甲状腺功能。结果发现,每周工作36-42小时的人中,1.4%患有甲状腺功能减退;每周工作53-83小时的人中,甲减概率增加到2.5倍,达到3.5%。此外,周工作时间每增加10小时,患甲状腺功能减退的风险会增加1.5%。在对被调查人群的年龄、性别、体重指数、尿酸浓度、吸烟情况和社会经济状况进行调整后,该结论依然成立。

研究人员表示,甲状腺功能减退可能影响代谢能力、认知功能和精神状态,降低工作效率,因此超长时间工作得不偿失。(徐曼)

一项国际合作研究表明：

女性30多岁时更易怀双胞胎

本报讯 据《科技日报》近日报道,澳大利亚、英国和美国研究人员携手开展的一项国际合作新研究表明,作为对抗胚胎活力下降的进化反应的结果,女性在30多岁时更有可能怀上异卵双胞胎。

女性在生殖生命中期更有可能怀上双胞胎,但背后的原因一直是个未解之谜。现在,研究人员解释了这一现象背后的进化史。

西澳大利亚大学生物科学学

院副教授约瑟夫·汤姆金斯说:“双排卵——即在一个月经周期排出两个卵子的频率不断进化,以维持女性的生育能力。我们的最新研究表明,作为对与年龄相关胚胎活力下降的进化反应,随着女性年龄的增长,排放两个卵子的可能性也在增加。”

过去几十年,由于辅助妊娠技术的提高、营养的改善以及生育年龄推迟,在许多国家,异卵双

胞胎的频率都有所增加。

为解释双胞胎出生率随母亲年龄增长如何上升和下降,约瑟夫·汤姆金斯和同事罗伯特·布莱克与美国迪堡大学及英国伦敦卫生与热带医学院的研究人员合作,使用数学方法进行建模。他们发现,大多数女性可能会在生殖生命接近尾声的每个周期排放出两个卵子,但只有一小部分受孕并诞下双胞胎。

约瑟夫·汤姆金斯表示:“我们开展的这项研究证明,在祖先群体中,进化倾向于选择两个卵子被排放但只有一个孩子出生,这表明,异卵双胞胎是生育选择的副产品,而非增加生育人口的一种方式。”研究人员称,随着越来越多女性推迟生育年龄,异卵双胞胎的比例也在增加,这项研究对进化如何影响现代生命提供了重要的见解。(刘霞)

<p>小广告 大市场 小投入 高回报</p> <h3>分类广告</h3> <p>第2815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>微信公众平台: ycqueqiaohui</p> <p>相亲报名热线: 4940520</p>		<p>助听器</p> <p>●耳聋请配助听器 13087062226</p>		<p>转让</p> <p>因有事,建设路中段七彩彩虹幼儿园附近营业中茶社转让,位置好、客源稳、价美。</p> <p>15637598000</p>		<p>出租</p> <p>●出租大院开源路18317642222</p>	
<p>生活资讯</p> <p>殡葬服务</p> <p>龙山公墓</p> <p>建设路与平郊路交叉口向北三公里 电话: 2078631</p>		<p>健康美容</p> <p>假发、补发</p> <p>市联盟路中段(联盟鑫城院内一楼)</p> <p>电话: 13849583359</p>		<p>特色美食</p> <p>●鹰城名吃—四不腻猪蹄3413983</p>		<p>搬家</p> <p>●中华搬家 3999556 3996556</p> <p>●顺风搬家 13837529909</p>		<p>教育资讯</p> <p>招生</p> <p>市交通技校培训驾驶员</p> <p>常年招教练 17737565156</p>	
<p>景观绿化</p> <p>●景观苗木绿化18803759991</p>		<p>老年公寓</p> <p>●康乐居老年公寓13937585159</p>		<p>招聘</p> <p>招工矿类销售代表</p> <p>有一定销售经验,思路清晰,开拓市场能力者优先 15616229929</p> <p>●招聘 B2 司机 13937518207</p>		<p>房产资讯</p> <p>转让</p> <p>或招租营业中中型宾馆 13721886555</p> <p>平顶山沁园小区附近空房 17337565859</p>		<p>学校转让</p> <p>九中南380m²成熟校区双通道可办证低价转 13592168802</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>									