

## 大医生开讲

## 不孕不育困扰夫妻感情 怎么办



□本报记者 张鸿鹏 陈香

在我国,随着生育年龄的推后,环境、精神压力等因素的影响,不孕不育患者的数量增加。

导致不孕不育有哪些原因呢?哪些不孕不育人群可以做试管婴儿?如何有效预防不孕不育?

2023年12月28日晚7点,福建医科大学附属第二医院生殖医学中心行政主任、主任医师罗湘闽,福建医科大学附属第二医院生殖医学中心行政副主任、副主任医师黄小兰,福建医科大学附属第二医院生殖医学中心护士长、副主任助产师吴瑞云做客本期《大医生开讲》,一起探讨为什么不孕不育的患者越来越多。

截至目前,本次直播多平台在线观看与回看人次超过31万。

### 01 18.2%夫妻受到困扰 早诊断早治疗很重要

根据《柳叶刀》最新统计数据显示,到2023年约有18.2%的夫妇在生育过程中遇到不孕不育的困扰。



不孕指的是夫妇在未采取任何避孕措施,经过一年或更长时间的规律性生活后,仍未能怀孕。不育指的是夫妇曾经怀孕过,但无法保持妊娠或达到足月分娩。不育的原因可能包括习惯性流产、胚胎着床困难、胚胎发育异常等。

值得注意的是,不孕和不育并不是互相排斥的概念,有些夫妇可能既存在不孕问题又有不育问题。

导致不孕不育的因素有哪些呢?罗湘闽表示,不孕不育可能受到多个危险因素的影响,常见的危险因素主要包括年龄、妇科手术和盆腔炎以及抽烟、饮酒、滥用药物、免疫系统问题、遗传因素等。

总体而言,不孕不育问题在中国是一个较为常见的健康难题,对夫妻的身心健康和家庭幸福造成一定的影响。因此,对于遇到不孕不育问题的夫妻来说,及早寻求专业医生的帮助和指导非常重要。

### 02 多囊卵巢综合征如何发现 如何诊断和备孕

临床中,多囊卵巢综合征(PCOS)是一种常见的内分泌代谢疾病,也是导致不孕症的一个很重



要的疾病。患者表现为不排卵导致的月经不规律,比如月经很久不来或者一直拖着不干净,不孕、肥胖、痤疮、多毛等。全球范围发病率10%~13%。

罗湘闽表示,多囊卵巢综合征的诊断:首要条件就是月经不规律,正常月经为23~35天来一次,月经一般持续2~8天干净,少于或长于这个范围就是月经不规律了。

她介绍,满足月经不规律这个必要条件,再加上以下三项中一项就可以怀疑是多囊卵巢综合征:

1. 多毛或痤疮的高雄激素临床表现;
2. 抽血检查雄激素水平增高;
3. B超下看到至少一侧卵巢多囊样改变,多囊样改变就是一侧卵巢2~8mm小卵泡数≥12个。

黄小兰提醒,多囊卵巢综合征的管理贯穿了孕前、孕期和产后,整个女性的全生命周期。建议患者关注体重、饮食、运动、血糖、血压、吸烟、饮酒、睡眠和情绪心理健康等因素,学会调整生活方式,规范体重管理,改善内分泌代谢紊乱。



### 03 哪些人群可以做试管婴儿 成功率有多少

有很多人存在生育问题,想要做试管婴儿,但不知道自己适不适合。那么哪些人能做试管婴儿呢?

黄小兰介绍出现下列情况者可考虑做试管婴儿:

1. 女方因输卵管因素造成精子与卵子遇合困难,如输卵管梗阻、粘连、积液,输卵管结扎或切除等。
2. 女方患有排卵障碍性不孕相关疾病,如多囊卵巢综合征经诱导排卵指导同房未妊娠经2到3次人工授精未受孕或者未破裂卵泡黄素化综

合征(LUFS)处理后未能排卵者。

3. 女方患有轻度子宫内膜异位症,经2到3周期人工授精未孕;女方患有中、重度子宫内膜异位症,尝试其他助孕方式后仍不能妊娠者。

4. 男方患有轻中度的少、弱、畸形精子症,且经人工授精未能妊娠者。

5. 男方患有严重的少、弱、畸形精子症或无精症的患者。

6. 不明原因不孕不育,经2到3次人工授精未能妊娠者。

7. 男方患有不可逆的梗阻性无精子症或生精功能障碍(排除遗传缺陷疾病所致)。



8. 单基因相关遗传病、染色体病、性连锁遗传病及可能生育异常患儿的高风险人群。

她表示,若夫妻双方任何一方有泌尿、生殖系统急性炎症感染或性传播疾病,或者是双方任何一方存在酗酒等不良嗜好,不适合做试管婴儿。

试管婴儿的成功率总体在50%左右,成功率和年龄有很大的关系。年龄<35岁,成功率60%,40岁以上20%,>46岁基本为0。

### 04 预防不孕不育 切莫错过最佳生育年龄

黄小兰表示,预防不孕不育,最重要的是年龄,女性在20~35岁间生育最佳,这个年龄段的女性身体发育成熟,卵子质量高,胎儿生长发育好,早产、畸形儿的发生率低。

如果>35岁,属于高龄,卵子质量下降,易发生畸变,胎儿畸形及某些遗传病的发生率也相对较高,且高龄孕妇骨盆和韧带功能退化,软产道组织弹性较小,子宫收缩力相应减弱,易引起难产、胎儿产伤。

早于20岁怀孕生育,因身体器官尚未完全成熟,有较高的妊娠期高血压、产道裂伤、胎儿发育不良等风险。

男性的最佳生育年龄则为25~35周岁。这个年龄段的男性,精子活力高,身体素质好,事业稳定,一般能有经济收入,具备养育孩子条件。

多次人工流产会造成子宫腔粘连,不利于胚胎着床。不洁性生活,或结核或淋菌性感染盆腔导致盆腔炎,也会造成输卵管的粘连、扭曲、狭窄,从而导致不孕或宫外孕。

“在合适的时间做合适的事,注意保养自己的身体才是最好的预防不孕不育方法。”

### 主播观察

长期的备孕困难,夫妻两人难免会气馁、焦虑、膈应。若是长此以往,不仅不会增加怀孕几率,还会造成夫妻感情破裂。

不孕不育影响夫妻感情,家人应该如何给予心理支持?

吴瑞云护士长在直播中提醒大家,不要自责,也不要责备对方。

回归要孩子的初心,“爱情的结晶”。遇到问题,我们就想办法去解决问题,责备只是情绪的宣泄,不仅解决不了问题,还会增加两人的隔阂。

很多矛盾是由误会开始的,在面对备孕这件事,或者是生活中其他问题,夫妻之间都要坦诚自己的意见,做到夫妻双方及时、充分、有效的沟通。如果夫妻双方情感上无法独立调节,可以考虑寻求心理咨询师,接受专业的心理辅导。

我曾经以为,敢于与自己的悲伤感、沮丧感、疲惫感作斗争就叫有勇气,可是真正的勇气其实表现在敢于停止自我内耗,并投身于那些你一直准备去做的,能体现爱的价值的事情中去。



扫描二维码  
加入卫生报  
女性健康交流2群

### 活动组织

**主办单位:**福建卫生报、福建日报·新福建客户端  
**协办单位:**福建医科大学附属第二医院  
**支持单位:**雅培贸易(上海)有限公司