

生孩子不宜过晚

23~28岁是生育的最佳年龄段



人工授精悄然升温

上周六,记者走访郑大一附院生殖中心,不到上午9时,走廊和大厅里已经挤满了等待传号的患者。一对来自新密的年轻夫妇在护士台向值班护士出示了结婚证、身份证及病例化验单等资料,随后填写了一式两份的自愿接受助精受孕知情同意书,并按上了自己的手印。值班护士告诉记者,早上8点上班之前就已经有很多人排队,号码已经排到259号。

记者随后走访了郑州美信不孕不育治疗中心、益康女子不孕不育治疗中心和郑州阳光男科医院,发现前去就诊的患者也是络绎不绝,“受金猪年扎堆生金猪宝宝的影响,今年发现生殖问题的夫妇比往年也有大幅增长,而做体外受精手术的就更多了。”郑大一附院生殖中心副主任、主诊医师苏迎春告诉记者,在生殖中心等

待申请人工授精手术的名单已经排到了下个月。

23~28岁是最佳生育年龄

根据生殖中心的部分信息显示,前来做人工授精手术的以30~40岁的都市白领和从事交通运输业人士居多。那到底是什么原因导致生育能力下降?

郑州益康中医院女性不孕不育治疗中心主任贾玉梅告诉记者,目前社会及生活压力的增大造成了人们生育能力的下降,但年轻人过分标榜晚婚晚育也是阻碍生育的主要原因。贾玉梅介绍,女性在23~28岁是生育的最佳年龄段。过晚怀孕,卵子质量下降,胚胎畸形的概率就会增高。35岁以上产妇就称为“高龄初产妇”,这时的女性不但卵细胞老化,而且还易受到病毒感染、物理及化学的刺激、激素变化的影响等,会导致人体卵子减数分裂发生异常,受精后形成的个体就产生染色体病。

此外,男性精子质量不高也是影响生育的原因之

一。“正常成年男子每毫升精液所含精子数量约为1亿个,根据目前医院临床上的调查发现,多数成年男子精子数量已降至2000万~4000万个,精子质量下降也有年轻化趋势。”贾玉梅说。

好习惯宝宝更健康

贾玉梅提醒年轻的夫妻,面对生育能力下降,应及时改变生活方式,保持良好的健康生活习惯,才能拥有健康聪明的宝宝。

对于男性来说,提高生育能力意味着强壮身体,多参加体育锻炼,提高性能。烟和酒量控制在合适的范围之内,避免待在桑拿室以及长时间洗热

水澡,在开车或骑车期间每小时休息一次,避免精子温度过高。将贴身短内裤换成宽松短裤,扔掉紧身长裤也有助于精子保持最佳状态。药补不如食补,平时应服用含锌补品,如糙米等提高男性的生育能力,而动物内脏重约10%左右是肾上腺皮质激素和性激素,多吃对提高性功能也有好处。

女性多吃大豆有助于提高女性生育能力。贾玉梅介绍,从大豆中提取的雌激素不但能够帮助生育,还可以提高接受试管受精和胚胎移植女性的受孕概率,包括鲑鱼在内的鱼类含油较多,可以平衡激素水平,也有利于生育。

生活小常识

晒太阳可提高女性生育能力

充分的日光浴可以提高女性的生育能力,日照充足的季节,女性受孕的概率明显高于其他季节。同时,多接受一些日光浴还可以减少患乳腺癌的概率。当暴露在阳光下的时候,体内维生素D的含量会激增,而维生素D被认为是抑制癌细胞生长的有效物质。在春夏两季,每天15分钟的日光浴就可以让你体内产生足够的维生素D,而在日照较短的秋冬,可以直接服用维生素D,与日光浴的效果是相同的。

□见习记者 聂广利

4月7日在杭州召开的首届“中华医学会生殖医学协会·中国动物学会生殖生物学会联合会”上,部分区域的调查数据显示,已婚人群中不孕不育的比例占7%~10%,我国国民生育能力下降趋势明显,令人担忧,为此记者走访了郑州市多家相关医院进行调查。



PPH 技术 轻松解除“坐”下之忧

不开刀、无痛、病程短、术后24小时便能正常排便

28岁的赵小姐四年来饱受痔疮之苦,中间还做过一次传统手术,术后她表示,以后就是打死她也不会再做痔疮手术。半年后,她出现了传统手术轻度失禁、漏气、漏粪等后遗症。临近一年时,她的痔疮再度复发,去了郑州多家医院,医生均表示她的痔疮必须接受手术治疗。赵小姐心情跌到低谷……

经男朋友多方打听,了解到河南曙光医院最新引进了治疗痔疮的PPH技术,迟迟不肯手术的赵小姐来到医院,她没有想到两年后的今天,痔疮治疗变得如此轻松:不开刀、无痛、病程短等,而且因为是微创手术,损伤小,术后24小时赵小姐便能正常排便,且术中术后基本无痛。

PPH 技术 20分钟轻松解决坐下问题

因传统手术治疗痔疮隐患多,术后会伴有便血、疼痛,3至4周的愈合时间,且易反复发作。曙光医院肛肠科主任孙健为赵小姐实施的新一代PPH技术,采用的是

“下病上治”的治疗方式,将吻合器由螺旋式改进为直接推进,且钉腿闭合高度仅为0.75mm,增强闭合压力,使吻合器口几乎不出血。同时,该技术快速关闭按钮,能调节组织压缩厚度,有效清除痔疮。

手术在直肠与肛管的交界线上方约4厘米处进行,术后几乎没有痛感,并消除了痔疮发生的根源,避免了痔的再发。

仅仅20分钟左右的时间,孙主任为赵小姐做完手术。由于治疗在无痛区进行,赵小姐在治疗过程中几乎没有感觉疼痛,这跟传统手术留给赵小姐“痛入骨髓”的印象形成鲜明对比。

何为 PPH 技术

PPH即无痛痔根治术,又称吻合器痔上黏膜环切术,是建立在肛垫学说基础上的、运用吻合器治疗环状脱垂痔的新技术。传统观念认为,痔是直肠下端或肛管的末梢静脉发生迂曲、扩张而形成的隆起静脉团。肛垫学说是美国 Thomson 提出

的对痔本质的新认识。该理论认为,痔组织其实是人体的正常组织,只有当其过度肥大和移位时才导致病理症状,形成痔疮。

对于消除症状而非切除痔体本身的治疗原则得到大部分医生的认同,传统手术忽略了肛垫的重要作用,严重影响了肛垫正常生理功能,导致患者难以完全控制排便以及无法感知将要排出物是“气体”、“液体”还是“固体”,术后不仅并发症多,且疼痛剧烈、愈合时间慢。PPH利用环形吻合器切除齿线上方部分直肠黏膜使肛垫上移,重新恢复肛垫的解剖位置,达到治疗痔和恢复肛管解剖、维持排便的正常生理功能的目的;同时还使黏膜下层来自直肠上动脉的血供动脉被切断及使痔垫的静脉淤血减少。所以具有手术时间短、出血少、恢复快、无痛、愈合快、无并发症、费用与传统的外剥内扎术总值基本相同等很多优点。

PPH 技术 划时代的手术方式

孙健主任介绍,根据症状的严重程度可分为1至4度,第1度是肛门出血而无肿块脱出;第2度是肛门有肿块脱出,且能自动复位;第3度是肛门有肿块脱出不能自动复位,但可用手推回;第4度是肛门肿块脱出不能自动复位,也不能用手推回。临床上不少患者开始属于1度痔疮,本可通过生活疗法治好,结果反被一些不法医疗机构医生施以手术治疗,留下后患。医生依据病情施治,可以减轻患者很多痛苦。孙主任特别强调,看痔疮,一定要具体问题具体分析,切不可“见痔就治”。

据悉,PPH技术由美国强生公司推出后,立即在欧美等发达国家引起强烈的反响,被业界评为“痔疮治疗史上划时代的手术方式”。目前在河南,仅有曙光医院等为数不多的专业医院拥有PPH术这项世界领先技术。

马燕