

# 年龄相差31岁,老夫少妻惹关注 想知道男人的生育年龄究竟有多长吗 父亲节已过,但天伦的关爱不会结束

“在新昌东部山区水帘尖边,有一个既不通公路又不通电的茅屋,里面居住着一对年龄相差31岁的夫妻,他们很恩爱,仿佛生活在世外桃源里。”近日,一对老夫少妻引起众多网友的关注,这名男子叫郑林法,今年60岁;其妻子叫梁桂英,今年29岁。感情幸福美满,刚刚育有一子,这一惊世之恋引发了人们的高度关注,除了对这对老夫少妻送上祝福之外,关于男性的生育年龄有多长的问题,也成了大家谈论的焦点。在这个刚刚过去的父亲节,郑州天伦不孕不育医院的专家为你答疑解惑。蒋晓蕾



天伦妈妈到院报喜

## 生宝宝有诀窍 4个疑问先弄清

**疑问一:男性生育年龄究竟有多长?**

**专家解答:精子生成贯穿男人一生**

“男性的生育能力到什么时候停止,并没有明确的时间表。”郑州天伦不孕不育医院院长田金环指出,从理论上讲,精子生成贯穿男性一生,直到他死亡。50岁以后,老年男性的生育能力会逐渐下降。50%的老年人在70岁以前会有自发性的睾丸输精管梗阻。但在临床上对于老年人的睾丸活检发现,睾丸生精正常的老年人也大有人在。

**疑问二:男性黄金生育期在何时?**

**专家解答:想当爸爸不宜超过35岁**

田金环强调,30~35岁为男人的

最佳育龄,因为这个年龄段的男人正当青壮年,除了有优秀的身体素质这个内部优势以外,还有经济事业趋于稳定、养育孩子物质条件优越、心理承受能力成熟等外部优势。从优生角度看,即使男人终生都有当爸爸的能力,但还是不宜超过35岁为好。

**疑问三:超过黄金生育年龄怎么办?**

**专家解答:年龄过大,一定要做好孕前检查和生育力评估**

田金环提醒,男人上了年纪后,精液的品质较差,精虫品质的优劣关系到胚胎素质,太差的精虫和卵子形成

的胚胎常引起早期流产。因此年龄过大,建议一定要做好孕前检查和生育力评估,避免自然流产及孩子出生缺陷的发生。特别是想生二胎的人群,千万不要以“过来人”的心态自居,做好孕前检查,保证优生优育。

**疑问四:想要生育能力旺盛有何秘诀?**

**专家解答:多吃含锌食物、持之以恒运动**

田金环提醒,精子的生成和锌有很大关系,人类精液里面锌含量是血液里的40倍以上,所以多吃含锌食物可以帮助男性提高生育能力。还有,持之以恒的适度运动也必不可少。

## 不孕不育误区多 3个问题要知道

**生过孩子,生育力一定没问题! NO**

“有部分女性认为,已经生过一个孩子了,这说明生育能力没有问题,为什么还是会不孕?”田金环指出,再生育夫妻备孕前做科学的生殖评估是非常有必要的,因为很多因素,如环境、精神因素、生产习惯等,都会对能否顺利怀孕有直接影响。备孕前进行生育力评估,能及早发现问题,及时干预。

**头胎健康,二胎一定健康! NO**

“不少女性认为,自己的第一个孩子很健康,第二个肯定也没有问题。孕前及孕期的检查也不像怀第一胎时那么认真,这也是错误的。头胎健康,不代表二胎一定健康。田金环说,随着年龄的增大,胎儿出现染色体异常的概率也会增高(35岁后,高龄孕妇染色体疾病发生的概率是年轻女性的10倍),需要进行产前诊断。另外,有过生育史的二胎妈妈,对子宫创伤的检查也非常有必要。

**查女的就行了,男的不用查! NO**

“怀不上孩子一定是女方出了问题,这是最大的误区。不孕的治疗需要夫妻双方共同就诊。”田金环说,男方的检查比较简单,容易筛查,“有个女患者求医5年多,所有的检查都做了,就是没有发现什么问题。来院后经过反复劝说,她丈夫终于接受检查了,结果却是‘无精症’,好在医生给他做睾丸穿刺发现里面还有精子,通过微创输精管疏通术和精索内经脉断流术圆了他的宝宝梦。”

在这里,谁都有怀孕的资格和权利;在这里,谁都有圆梦的期待和惊喜  
你来或者不来,专家都在这里,千万不要错过最佳怀孕时间

# 二胎路上,生育能力评估中心在这里等着你

## 二胎路上,一个真实的故事

37岁的王女士已有一个10岁的女儿,一直以来夫妻俩都想给女儿再添个弟弟或妹妹,等待多年的二胎政策终于出台了,夫妻俩还没高兴起来就被查出患有不孕不育,这让期盼多年的王女士备受打击。“明明以前生育过,为何现在就生不了?是我的原因,还是丈夫的原因,还是因为年纪大了?……为何现在生育二胎这么难?”在郑

州天伦不孕不育医院生育能力评估中心,王女士痛苦地诉说。

检查后发现,夫妇俩都有不同程度的问题。“丈夫的精子活力不足,妻子的排卵质量不高,想生二胎还真有难度。”田金环告诉记者,不少夫妻生第一个宝宝已经是好几年前的事。这期间女性的卵巢功能开始下降,若上过环或做过人流,那么生殖系

统就有感染的可能,进而可能会导致盆腔粘连、输卵管堵塞。另外,这几年中很多妈妈都是一边带孩子一边工作,精神压力非常大,也可能引起激素水平的变化。这些因素都对是否能顺利怀孕有直接影响。而备孕的生育能力评估,就能及早发现问题、及时干预。对于想生二胎的高龄爸妈,尤为重要。

## 二胎路上 生育能力评估是不孕不育诊疗最后一站

一位40多岁的女性患者慕名来到天伦医院找到了田金环院长。她告诉田院长,自己曾经有过一次婚姻,育有一子,但是二婚后多次流产、无法受孕,几经折腾早已身心疲惫。田院长为她仔细诊断,逐步排除流产原因,对症治疗,仅仅在第三个月就传来喜讯,随后又为她安胎治疗了一个多月,现在这位女性已经顺利生产。

在这个父亲节,她高兴地给田院长打来电话,说老公开心得不行,说这是最幸福的父亲节。

“少走弯路,明确病因,给出正确指导。”对于成立生育能力评估中心的目的,田金环这样告诉记者。她希望,郑州天伦医院凭借国内外专家、设备,以及与国际接轨远程会诊的优势,做好生育能力评估,为

患者打造不孕不育诊疗的最后一站。

生育能力评估中心专家队伍,由以中国不孕不育诊疗专家、院长田金环为带头人,多个已经建立远程合作的国外生殖中心专家组成。田金环院长希望,天伦医院“生育能力评估中心”,能够带动不孕不育的规范化诊疗,让那些渴望当妈妈的女性能够圆梦。

## 二胎路上 看看你是否需要做生育力评估

**月经不调 重视程度★★★★★**

亲,“大姨妈”没来或是总迟到或很少,也许让你很开心,不用忌食、不用花钱买护理用品,但是要注意了,月经不调会影响你的排卵功能,是影响女性怀孕的主要诱因哦,要当心。

**杯伤 重视程度★★★★★**

亲,如果饭局和酒局是你生活的全部。不得不提醒你,经常喝酒不仅伤肝伤肾,还容易引发尿路感染、慢性前列腺炎,最要命的是它可是精子的天敌,要当心。

**吃货 重视程度★★★★★**

亲,长期暴饮暴食不仅让你长胖,还会让你成为糖尿病、高血压的危险人群,还会出现月经不调、激素分泌紊乱,损害卵巢功能,导致怀孕困难,不得不提醒你:饮食健康,适度为宜。

**“屏”困户 重视程度★★★★★**

亲,久坐用电脑、晚睡,不仅伤视力、得颈椎病、伤脑神经,还得警惕那些电磁辐射源在不停地侵害你的“小蝌蚪”哦,要当心。

**大龄青年 重视程度★★★★★**

亲,如果你是工作狂,如果你是大龄青年,不得不提醒你,“三十生育一道坎”,现在社会、环境、饮食压力,怀个孩子不容易,一定要做好备孕工作。

**老烟民 重视程度★★★★★**

亲,是觉得叼烟的姿势很酷,还是戒不掉多年的习惯?不得不提醒你,大多女孩都讨厌抽烟的男人,还有尼古丁对精子细胞的影响非常大哦,要注意。

咨询电话:0371-65621111



未来的某一天,人类集体丧失了生育力,克里夫·欧文饰演的警察为了保住人类的血脉,踏上了保护最后一个孕妇的征途……墨西哥著名导演阿方索·卡隆《人类之子》中的场景,未必会出现在现实生活中,但是国民生育力衰退却是一个不争的事实。郑州天伦不孕不育医院院长田金环提醒,导致生育力衰退的因素是多方面的,晚育群体必须要注意生育能力的保护,二胎群体更要提前进行生育能力评估。

蒋晓蕾