



QQ群:83574874
飞信群:9633446
邮箱:kbdz@163.com



时间进入2027年,人类丧失了生育能力,竟然18年没有一个新生儿出世了,人类社会陷入空前的恐慌和混乱之中……美国科幻片《人类之子》为我们描述的情景耸人听闻。可是,世界卫生组织的一份调查报告却真实预测:21世纪,不孕不育将成为仅次于肿瘤和心脑血管病的第三大疾病,怀孕成为很多夫妻期待却不能做到的事。

“丁克”背后的衣食男女

结婚10年,生不出孩子

男科专家、江苏省中医院曾庆琪教授介绍的一组数字,的确触目惊心:世界范围内不孕不育症的发生率近年已达10%~20%,工业发达国家的调查估计已增至20%~25%。我国尚没有大规模的调查资料,但部分地区发病率为1.6%~8%,有些地区的调查发病率已高达10%~15%。在所有不孕不育症中,由男方因素引起的占25%~33%,女方因素占35%~45%,男女双方因素占20%~22%,原因不明的占8%~15%。

这些数字背后是一张张无助和焦虑的面孔。36岁的陈女士结婚已10年,做梦都想要一个孩子,可是天不遂人愿。从去年开始,她就从苏北老家来到南京,在鼓楼医院附近租了一间房子,以方便到鼓楼医院治疗不孕。刚来南京的时候,周围的情景让她吃惊不已:在医院的周边,还有不少像她这样的外地人租房子住下来看不孕症。看不孕症的专家也是“一号难求”。“没想到现在有这么多人人生不出孩子!”陈女士感慨万分。

精神压力和污染导致不孕

是什么原因造就了如此高的不孕不育率?曾庆琪教授介绍,造成不孕不育人数成倍增多的原因有多种。环境污染的加剧,使男性无精症、少精症、弱精症病人明显增加,生精细胞严重损害,精子质量下降。相关统计发现,与三四十年前相比,男性精子的密度在逐渐下降,每毫升精液所含精子数量从

1亿个左右降至目前的2000万到4000万个。

人流手术的泛滥也导致了不孕症的高发,多次人流可能造成输卵管不通,使不孕症和宫外孕几率增加。有关资料显示,未婚女性在多次人流后,继发性不孕的发生率明显增多,其中输卵管不孕的发生率高达61.6%。因此,人流手术只能作为避孕失败后的一种补救措施,千万不能当成常规的避孕手段。

社会压力的加大也是造成不孕不育的重要原因,不孕女性中,不少都是高学历、高收入的知识女性。随着现代生活方式的改变,普遍的晚婚晚育现象,过度节食减肥、吸烟饮酒、熬夜等不良现代生活方式,巨大的工作精神压力等,都是造成不孕不育率迅速上升的主因。

防范不孕不育,心情要轻松

其实,一部分不孕不育完全可以预防,甚至避免。曾庆琪教授说,除了避免过度晚婚晚育外,平时要调整生活方式,避免体重不足或超重;尤其是准备要孩子的人,要戒烟限酒;同时,要常常进行自我心理调节,遇到烦恼忧伤,应冷静思考,不应长期背负精神负担,及时放松与调整紧张心态,缓和与消除焦虑不安的情绪;做一些自己喜欢的事情,如欣赏音乐、参加集体活动和阅读有益的书籍,或找家人亲友倾诉,心情舒畅,性压抑也会逐渐消退。持续的、适当的体育锻炼和户外活动对生育能力有益,坚持日常运动,可调节紧张的脑力劳动或神经体液失常。

快报记者 张星

网友声音

血总是热的

不要轻易堕胎,不要轻易相信药物流产,现代营养过剩不运动,都是不孕不育的首要原因。我认识的同事中药物流产后五六年不怀孕的好几个。

YANNINI876fs

现在的男人缺乏阳刚之气,从穿着发型到心理举止都透着女性气,这些都势必会让男人的本性削弱,所以无精少精就不足为奇了。

甘肃省金昌市网友

华丽的借口!婚前性行为才是主要原因。

苦命女人盼宝宝

堕胎是不孕的一个重要因素,但是另外一个不孕的因素就是很多人得了宫外孕导致不孕,我也是一个不孕患者,而且我身边的很多病友都是因为宫外孕引起的不孕,在得宫外孕之前并没有堕过胎,那这么多的宫外孕又从哪来?

samd

大家可以上网查查现在男人每次射精的精子数就知道了,环境和工作的确在扼杀未来的中国。100年后中国再强大,再富有,又有谁来继承和享受哦!!

本版主持:点点妈妈

70后大龄妈妈,个人倡导放养。每天的重要任务之一就是为即将荣升妈妈的姐妹们搜罗有用的好孕信息!

QQ群:83574874
E-mail:kbdz@163.com



好孕必读

孕期“吃不好”导致孩子近视眼

不管你多大年纪,可能都有这样的印象:相对于现在越来越多的“小眼镜”,十几年前甚至几十年前的近视眼要少得多。你可能会纳闷:相邻两代人近视的差距咋就这么大呢?专家指出,现代饮食结构决定孕妇摄入了过多的饮料和细粮,导致体内糖分过高,胎儿的晶体过早发育,就更容易导致近视。

众所周知,体内摄入过多的糖对眼睛的发育不利。对孕妇来说更是如此,如果摄入糖分过多,会导致胎儿眼睛晶体发育环境异常,眼轴发育过快,加快近视发生。儿童从远视眼发展为近视眼的过程可以分为以下几个步骤:生理性远视、正视、近视。正常值大约在3~4岁远视200度以内,4~5岁远视150度以内,6~8岁远视100度以内,而现在的儿童近视过多,可能与母体怀孕时摄入过多的糖分,导致儿童晶体发育过早有关。儿童眼睛视力情况过早接近成人化,可能让他们直接“跳过”了生理性远视,生下来就是正视眼,那么就缩短了发展到近视的时间,近视的儿童也就开始增加了。

专家提醒,孕妇也应该控制好水果的摄入量,否则容易影响孩子发育,造成巨大儿。因此,孕妇每天水果的摄入量不应超过1斤。另外,应多吃坚果类食物,像核桃、栗子、松子等,这些坚果中除含有对视网膜膜有促进作用的亚油酸、亚麻酸外,所含的维生素及钙、锌等矿物质对视力的正常发育也有直接的影响。 章武

点妈揭秘

胎儿体重如何计算

怀孕之后,准妈妈们的最怕的就是饿着肚子里的小宝宝了,担心他们营养不良、长得不够健康。但是要如何知道在妈妈肚子里的宝宝的体重是不是刚刚好呢?为了一扫准妈妈们的担忧,点点妈妈帮你揭开胎儿体重的秘密! 妇产科医师解释,妈妈肚子里宝宝的体重,是跟相同周数的胎儿相比。要估计肚子里宝宝的体重,都采用统计的方式测量。

预设体重(EBW)=双顶径所占的比重×双顶径(BPD)+腹围所占的比重×腹围(AC)+股骨长所占的比重×股骨长(FL)±15%误差值

(1)双顶径(BPD)——顶骨径并不是头围,而是位置约靠近太阳穴,骨头两侧顶骨径的长度;

(2)腹围(AC)——腹围要测量胎儿肝脏及胃部所在同一平面的腹围;

(3)股骨长度(FL)——大腿骨在超声波上看来,形状则像小狗爱吃的骨头,准妈妈们可以通过超声波的显示画面仔细观察。

意外好孕

惊人奇迹 “双胞胎”相差3个星期



英国苏格兰西南部的港埠城市格拉斯哥,现在均5个月大的艾米和莉娅,是由母亲先后分两胎怀上的,两个胎儿的怀孕时间相差3个星期。对于任何一个看到这对小姐妹的人来说,都认为她们是双胞胎,然而,她们不是。据帮助艾米和莉娅出生的产科医生称,她们的妈妈是先怀上了一胎,随后3个星期后才怀上了第二胎,这种现象在医学里解释为“重孕”,妇女在怀孕期间只有百万分之一的机会遇到,所以说这是一次惊人的奇迹。



网友ncmama的孕育试管婴儿实战日记

结婚10年后,还没等到我日里夜里都在盼着的孩子。尝试了各种方法之后,我只剩了最后一条路:试管婴儿,学名叫体外受精-胚胎移植技术。这也是我能当上妈妈的最后一线希望。

前期准备

3月15日 一大早我就去挂了个专家号。生殖中心的走廊全是人。这年头怎么这么多想要孩子却要不上的呢?可是今天早上听新闻,说是医院做流产的都是二十出头的年轻小姑娘,真是少年不识愁滋味。等她们混到我这种境地估计就会珍惜了。

3月16日 医生看了我的验血报告,让我去“试管登记室”登记备案,第八天再来找她。我的心七上八下的——这就已经开始“试管”了吗?

取卵、取精子

3月24日 终于熬到了第八天,我几乎是天蒙蒙亮的时候就出了家门赶到医院B超室外排队。等B超的时候旁边的一个大姐据说是刚刚取完卵的,一共取了10个!不知道我会有多少个呢?很快就见了分晓,我的小卵子只有5个!

3月29日 一大早,我和老公携手出现在生殖中心的走廊上。护士给了一个小杯子让老公去自取精子,还飞快地说了注意事项,搞得老公半天才反应过来,真难为他了!给我取卵子的据说是生殖中心最有经验的大夫了。可是我还是紧张得不行……

成功受孕

3月31日 这两天我如坐针毡,就好比是悬在绞刑架上的囚犯等着赦免令的到来。电话响

起来的时候,我噌地从沙发上跳了起来,拿电话的手都有点颤抖。电话通知我明天到医院胚胎移植。我觉得自己的心快要蹦到嗓子眼了。这不是就说明我可以怀自己的宝宝了呢?

4月1日 移植的过程还是很顺利的。医生说一共培养成功2个胚胎,都给我送进子宫里了。如果再多一点卵子,就有可能多一些胚胎,如果是那样的话,他们就会把多出来的胚胎冷冻起来。万一这次不成功,就把冷冻的胚胎缓过来,再给我移植一次。晚上,我就做了一个双胞胎的梦……

4月15日 等待宣判的日子到了。外面阳光明媚,但是我拿着试纸的手却有点凉,不是因为我收到了坏消息,而是试纸上的两道杠让我有些窒息。我拿到老公眼前,恨不得尖叫一声,来表达我的喜悦。我们成功升级了!我是准妈妈了!

谁最可能生个天才宝宝?

你知道吗,年龄在30—35岁的男人所生育的后代是最优秀的,没准能生个天才儿童呢!

法国遗传学家摩里士的研究成果表明,男性精子质量在30岁时达到高峰,然后能持续5年的高质量。通过调查诺贝尔奖金获得者的家庭出身、双亲匹配、出生环境及孕育他们时的天体运转、季节变迁、父母体多种生物钟的运行等等,总结出孕育天才儿童的符合节律优生学理论的条件。

孕育天才的规律是:

1.天才儿童的98.8%是男性。
1901—1985年诺贝尔物理学、化学、医学或生理学三种自然科学奖得主,总人数共330名(人次大于此数。因有同一人两次获

得。如居里夫人,曾获得物理和化学奖各一次)。获奖的330人中,男性326,女性4。男性为总数的98.8%。

2.天才儿童的93.3%出身于中产阶级家庭。

330位诺贝尔奖金获得者中,有308位出生于医生、教师、科技工作者、文化工作者等家庭,为总数的93.3%。

3.天才儿童孕育时,其父亲年龄较大。
调查发现:天才儿童孕育时父亲年龄在

32—48岁者,占总数的百分之八十强;父亲年龄在30岁及以上者占总数的百分之九十强;而百分之百的父亲年龄大于男子性成熟的24.6岁。

4.天才儿童父母的出身、年龄、气质(性格)、血型、文化水平、工作性质、兴趣爱好等协调匹配很好。

诺贝尔化学奖得主伊伦娜·居里,其父母一位是医生,一位教授,门当户对;父母的年龄差8岁,且男大于女,年龄相当,他们性格协调,文化程度既相当,工作性质也相同。他们都喜爱远足旅游,兴趣爱好一致…… 赵晨