

找到病因了,治疗了,为何还怀不上?

七成女性想怀孕,却不懂计算排卵期

由南京市计生委推出的大型优生优育公益活动“好孕计划”,计划今后3年内共投入1000万元,为市育龄女性,特别是为经济困难的不孕不育家庭提供免费婚育服务和治疗援助。随着参与人数的增多,一线的医务人员也发现了越来越多的问题。“其中一个现象特别突出,就是一部分不孕者之前做过检查,病因找得很准,治疗也是正确的,但就是怀不上,约有七成报名者想怀孕却不懂计算排卵期。”华世佳宝孕育科主任医师赵晶石总结道。

现象

治疗是正确的,为何怀不上?

小汪从读大学开始就有痛经的毛病,每次月经前2天都痛得大汗淋漓,直到婚后一直怀不上孩子才去检查,原来是子宫内膜异位症导致痛经和不孕。前年初做了手术,但小汪的肚子一直没有动静。直到上个月难忍的腹痛才让真相大白,原来小汪又旧病复发了。“像小汪这样的患者并不少见,我们遇到不少人都是结婚多年没怀孕,到医院一查,才知道是子宫内膜异位症。”赵晶石介绍说,子宫内膜原本是

附着在子宫腔面的,随激素变化呈现出周期性的剥落出血,如果内膜碎片随经血逆流而上附着在子宫以外的部位,即为子宫内膜异位症,“很多人以为找到病因,把这个因素拿掉就能解决不孕的问题,这不完全正确,比如像子宫内膜异位,手术后应该尽快怀孕,因为术后一部分人还可能复发。”目前,子宫内膜异位症的发病机制还不明确,生活习惯不良、工作压力太大,都是诱因,也有些与遗传因素有关。随着局部病变加重,患者的继发性痛经会不断加剧,那是种难以言说的痛苦。内膜细胞还会浸润盆腔,引起性交痛,甚至浸润肠壁等。此外,患病后,不孕或流产的几率都非常高。

解决

跟踪随访制度专业检测排卵

女人正常一个月只排出一个卵子,卵子的存活时间为半天到一天,精子的存活时间一般在2~3天,在此期间精卵结合才能发育成胚胎。男女双方在解除孕育障碍的情况下,还需精确掌握受孕时间才能顺利怀孕。常规医院缺乏系统跟踪指导,患者无法掌握同房时间,这也是不孕症患者受孕成功率低的一个重要原因。“所以我们推出跟踪随访制度,孕育专家与患

者全程一对一指导,在解除孕育障碍后,医生还会对患者进行系统的后续跟踪指导。医生会和患者互留手机号码,随时专业监测排卵,科学指导同房。”赵晶石说,受孕应满足以下五个基本条件:1.成熟而正常的精子和卵子;2.通畅的生殖道;3.适宜的孕育环境,有正常的宫腔和正常的子宫内膜,子宫内膜的变化要适合受精卵的种植;4.适宜的精卵结合时机。精子进入子宫腔内约能存活2~3天,但其生育能力仅能保持1~2天。未进入子宫腔而滞留在阴道内的精子,其存活时间则不会超过1天。原则上每月只有一侧卵巢产生1个卵子,排出后很快进入输卵管准备受精,若遇不上精子,则在12~24小时就失去受孕能力。5.要有一定的生物化学基础,精子和卵子结合前要发生一系列生物化学变化(这是最复杂而最重要的),如果这些变化正常才能保证精子与卵子的机缘结合。

提醒

性生活过频反而不孕

夫妻生活频率过低,可以减少受孕的机会,这是人所共知的,但夫妻生活过频,也会影响受孕甚至会引发女方免疫性不孕。当有些夫妻想要宝宝时,有

意识增加性生活的次数,认为这样可以尽快怀孕,但结果往往适得其反。因为夫妻性生活频率过高,就会导致精液量减少和精子密度降低,使精子活动率和生存率显著下降,精子并没有完全发育成熟,与卵子相会的“后劲”大大减弱,受孕的机会自然降低了。

过频的夫妻生活还可以导致女性免疫性不孕,对于能够产生特异性免疫反应的女性,如果频繁地接触丈夫的精液,容易激发体内产生抗精子抗体,使精子黏附堆积或行动受阻,导致不能和卵子结合。因此,性生活过频还没有怀孕的夫妻,最好暂时停止一段时间,或使用避孕套3~6个月。如果想要宝宝,夫妻的性生活以每周1~2次为适中,在女性排卵期前后可以适当增多。

相关链接

天热也别贪凉 严重宫寒可致不孕

太贪凉也可致不孕。华世佳宝妇产医院妇科主任梁毅妹提醒,办公室女性空调别开得太低。

中医养生传统中,女性体质属阴,很多女性平时就怕冷,手脚容易发凉,易出现“宫寒”;如果再有些不良生活习惯,如穿着单薄、爱吃冷饮、爱吹空调等;再加上现代女性过度疲劳或情绪变化大也会损伤身体阳气。由于子宫是女人身体里最怕冷的所在,受到这些寒冷刺激,都易因寒冷邪气侵袭而出现宫寒。宫寒的身体表现可能首先是痛经、月经不调,接下来性欲也会降低,最糟糕的是子宫温度偏低,不适合胎儿生长,即使怀孕也容易流产。宫寒型不孕由此而来。

调养宫寒,首先要注意保暖,冬季“美丽冻人”是要不得的。其次,在饮食上,要避免吃生冷食物,少吃白菜、白萝卜、绿茶等寒性的食物,多吃温阳的食物,例如羊肉、韭菜、核桃、桂圆、枣、花生等。再则,宫寒的人要多运动。虽然宫寒的人偏于安静沉稳,运动多了易感疲劳,但“动则生阳”,寒性体质者特别需要通过运动来改善体质。如在卵石路上行走,能刺激足底的经络和穴位,可以疏通经脉、调畅气血、改善血液循环,使全身温暖。此外,还可以采用艾条温灸的方法。一般选取两个穴位:肚脐正中直下1.5寸处的气海穴、肚脐正中直下3寸处的关元穴。每天用艾条熏灸30分钟,效果很好。 田桂磊



大型优生优育公益活动“好孕计划”

免费孕前检查、孕期检查、不孕不育医疗援助

主办单位:南京市人口和计划生育委员会
协办单位:南京市各区县人口和计划生育局
技术支持:中国女医师协会
承办单位:南京华世佳宝妇产医院

近年来,随着环境污染、不良生活方式以及遗传等内外因素的影响,我国优生优育的形势日趋严峻,体现在畸形缺陷儿出生率居高不下,不孕不育症发病率逐年增长。目前我国不孕不育的比例已经占到育龄人口的12.5%。仅南京市已婚育龄人群中,就有数千万对不孕不育夫妇,优生优育和不孕不育已经成为我们必须面对的社会问题。

为关注民生,提升优生优育水平,南京市人口和计划生育委员会以“7.11”世界人口日为契机,推出大型优生优育公益活动——“好孕计划”。广大育龄女性只须填写调查问卷,就可获得由活动组委会提供的免费孕前检查、免费孕期检查及不孕不育医疗援助等公益服务。本次活动由中国优生优育协会临床教育示范医院、南京市医保定点单位华世佳宝妇产医院承办,中国女医师协会提供专业技术支持。

参与方式:

凡育龄妇女填写《南京市女性优生优育调查问卷》,即可获得对应爱心好孕卡

- 1.拨打好孕计划组委会热线电话025-8657-7800,咨询申请;
- 2.登录好孕计划活动官方网站www.haoyun365.org,在线填写调查问卷;
- 3.前往好孕计划活动组委会办公室(水西门大街文体西路9号华世佳宝妇产医院门诊一楼)填写调查问卷。

活动内容

A. 不孕不育医疗援助

免费检查:白带常规、妇科常规、免疫性不孕抗体筛查
援助项目:子宫输卵管造影术减免50%、宫腔镜微创手术减免1000元

B. 免费孕前检查

白带常规、妇科常规、宫颈刮片、电子数码阴道镜、免疫性不孕抗体筛查

C. 免费孕期检查

常规产检、胎心监护、彩色B超、尿常规、孕期营养指导、孕期心理咨询

特别提醒

- 1.同居两年以上、性生活正常、未采取避孕措施而未怀孕的,应该及时进行不孕不育筛查;
- 2.为确保正常怀孕和生育健康宝宝,避免遗传性疾病的发生,在准备生育之前,夫妻双方一定要做好孕前检查。

公益热线: 025-86577800

活动官方网站: www.haoyun365.org

活动地址: 南京市水西门大街文体西路9号华世佳宝妇产医院