



生殖道感染：

不孕的主因

就在很多家庭为迎接龙宝宝的到来而欢喜奔忙的时候,有一些家庭却望眼欲穿,愁肠万结。

据多项流行病学调查结果显示,在不孕的原因中,女方因素占40%~55%,而其中,因生殖道感染而致不孕的比例为20%~60%。女性生殖道的急、慢性感染所造成的生殖道炎症、粘连与阻塞是引起不孕的重要原因。

● **通道有炎症,精子难上游**
女性生殖道的生理特性及解剖特点,使其具备对外界微生物的防御功能。正常情况下,由于雌激素的作用,阴道上皮增生变厚,富含糖原,这使其对病原体的抵抗力增强;而乳酸菌的存在,又使得阴道能维持正常的酸性环境(PH3.8-4.4),从而抑制其他病原体的生长。

而位于阴道和子宫之间的宫颈,本身处于容易受损伤感染的解剖位置,不过,正常情况下,紧闭的宫颈内口以及宫颈管黏膜分泌所形成的胶冻状黏液栓的存在,成为上生殖道预防感染的机械屏障。

但是,一旦这种自然防御功能遭到破坏,内源性菌群发生变化,或者外源病原体入侵,会导致炎症发生。由于病原体消耗阴道细胞内的糖原,改变阴道的酸碱度,就会影响精子的活动力,使精子的上行受阻或导致精子产生凝集。严重的阴道炎症还可引起大量微生物和白细胞增生,降低精子活力,减少精子在阴道的生存时间,甚至吞噬精子;同时,死亡的精子和精子抗原的释放,促进阴道内抗精子抗体的产生,又进一步影响精子的成活率、活动力和穿透力。

如果宫颈也发生了炎症,黏液性

能发生改变,同样直接影响精子上游进入宫腔。这样一来,进入宫颈和子宫腔内精子数量下降了,受孕率也就低了。

检查手段: 通道炎症并不难检查,通过相关分泌物检测以及病原体培养便可诊断。

● **宫腔有炎症,胚胎难存活**
女性的子宫腔具有储存和输送精子、孕卵着床及孕育胎儿的功能。但如果感染进一步入侵,导致不同程度的宫腔粘连,破坏宫腔形态,内膜完整性也受损,这样,即使精卵结合,着床以及胚胎发育的过程也会因宫腔粘连问题而难以存活。

检查手段: 通过宫腔镜,可以明确看到宫腔炎症的程度。

● **输卵管不通,精卵难相会**
在女性不孕症中,输卵管阻塞或通而不畅占女性不孕的1/3,是非常重要的不孕原因,而输卵管阻塞的重要原因就是炎症。

自20世纪80年代以来,性传播疾病的感染迅速蔓延,特别是衣原体、淋病等的感染,造成输卵管炎、输卵管阻塞的增加,输卵管因素明显上升为首位。

输卵管导致不孕,一方面是机械性阻塞,直接导致了精卵结合受阻,以及受精卵的运送障碍;另一方面,输卵管炎症积液所产生的细胞因子,会直接或间接影响精子、卵子质量,影响受精的形成以及胚胎的发育,最终导致不孕。

检查手段: 通过输卵管通液、子宫输卵管碘油造影及腹腔镜检查术等方式,可以诊断输卵管病变的严重程度。

● **人流,妇科炎症发生的祸首**
其实,感染导致妇科炎症发生并不都是生活“不干净”引起的,特别是在我国,人流才是祸首。

目前,我国人流数量大、年纪轻、重复流产多。2011年世界避孕日最新调查结果显示,我国每年平均有800余万例人工流产,北京、上海等大城市重复流产率更是高达50%,88.2%的不孕女性都做过人流手术。

即使近年“微创人流”的广告很多,但人流的创伤却一点都不小。特别是反复人流者,子宫内膜多次受损,使得子宫内膜变薄,会影响受精卵的着床环境。多次刮宫还容易引发盆腔炎、亚急性输卵管炎,并继发不孕等。两次流产时间间隔越短,伤害

越大。而如果选择非正规的医疗机构,操作不规范,仪器不干净,这些风险就更难以估量了。

去掉炎症,就能如愿怀孕?

那么,去掉炎症,是否就能重新获得妊娠了呢?

一般来说,外生殖器的炎症,经及时而有效的抗感染治疗是可以重获妊娠的。不过要注意的是,阴道内感染的细菌和病毒可能向上蔓延而致宫腔内感染,一经妊娠则可能经胎盘垂直感染胎儿并致畸,导致流产、早产等。所以一定要治疗彻底,反复检查后再妊娠。

对于轻中度病变的宫腔炎症,通过宫腔镜手术以及激素疗法也可望治愈,但部分严重的宫腔粘连,预后欠佳。

对于输卵管阻塞,根据不同的程度可采用通水、手术等不同方式处理,如果是严重的病变,则可能需选择辅助生殖技术助孕治疗。

对于更多的女性来说,更重要的还是避免严重炎症的发生。除了尽量避免人流,在盆腔炎性疾病急性发作初期,应及时、规范、足疗程治疗,避免其慢性化及后遗症发生。

(胡菁)

“喝凉水都长胖”？ 脾虚的看过来

肢体乏力,慵懒无神,皮肤松弛没弹性,四肢浮肿,舌头边缘有齿印,出现这种状况的女性往往就是虚胖而水肿!中医认为,要解决以上所有的问题,一定要健脾祛湿,因为脾主运化水湿,脾功能不足,体内水湿运化不畅,体内水分无法正常代谢,都滞留在体内,加重身体的湿气,这才有了“连喝水都长胖”的囧事!

数一数脾虚你占了几条?

虚胖竟是脾虚惹的祸!这是很多胖子们没有想到的问题。一旦人体发生脾虚后,就会导致体内水湿运化不畅,水湿停留而出现腹泻、便溏、水肿的状况。一般来说,你是不是有脾虚的状况,可以从以下四个特点加以辨认:

(1)清晨起床,刷牙时发现舌头上有齿痕。

脾与口唇有密切关系,口唇能反映脾胃的功能,如果唇色淡白,舌头边缘已经出现明显的齿痕,舌苔白厚,看起来滑而湿润,口淡口苦,这说明体内有脾湿。

(2)上厕所后,发现大便黏在马桶上。

在夏季,贪凉吃些生冷寒凉的食物就会导致寒湿困脾,水湿不能正常被带走,寒湿向下注入大肠就会让大便带水湿,变成软而不成形稀便,或者黏着在马桶上。

(3)食欲差,吃一点就撑肚子。

虽然大多数人在苦夏里,都会出现食欲和消化功能下降的状况,可是脾虚的人他们这种问题更为严重,不但吃得并不多,饭后还常常有饱胀的感觉。

(4)在短期内体重明显增加,严重时会出现下肢水肿。

脾胃功能正常的人,能将体内多余的水分及时地转输至肺和肾,通过肺、肾的气化功能化为汗和尿排出体外。如果脾运化水液的功能失常,就可导致水液滞留,导致身体水肿。

给身体“脱水”:一燥二温三去湿

要解决虚胖,减掉身体里多余的水分,消除水肿,就一定要先健脾益气,让脾胃功能恢复正常,保证体内水湿运化通畅。由于脾虚与水湿关系密切,所以应结合具体症状,给予燥湿、化湿、渗湿之品,以健脾祛湿。所以,常用的健脾理气之品,多数是具有辛香味,且具有发散、行气之功的药材,比如砂仁、陈皮等,适当配合理气药材,以益气健脾为主,如山药、薏米、大枣、扁豆等,此时切不可滥用苦寒泻下的药材,否则必然加重湿气。

基本方:

(1)四君子汤:人参(或党参)、白术、茯苓、甘草四味基本中药为主的古方剂。益气健脾,适于脾虚诸证。

(2)参苓白术散:药方是在四君子汤基础上加山药、莲子、白扁豆、薏苡仁、砂仁、桔梗而成。健脾补气,本方是治疗脾虚湿盛证的常用方。

(3)薏米莲子粥:薏苡仁30克,莲子肉(去皮心)30克,冰糖适量。先煎薏苡仁,再放入莲子肉,等粥成后加入冰糖食用。健脾祛湿,是很好的药膳。

(张华)

对“潮人”提个醒,千万别——

为了性感伤了“性福”

炎炎夏日,如何才能“潮”出个性?当然,不同的潮人有不同的潮法,



但专家提醒,有些“潮物”如牛仔褲、丁字褲、露脐装如穿着不当,可能影响你的健康。

牛仔褲——外形酷,私处苦

不管是男性还是女性,衣柜中若没有一条牛仔褲,那就算不上“潮”过。然而,牛仔褲带给我们的仅仅只有“潮”吗?

“牛仔褲一直以耐磨、修身著称,而偏偏是这些‘优点’对我们的健康会有影响。”广州中医药大学附属第一医院生殖医学科主任周少虎指出,“不透气的牛仔褲容易引出以下危害——女性阴道炎、男性生殖系统炎症、阴囊湿疹。

此外,凡是穿过牛仔褲的人都会有这种感觉:褲裆不但硬还很紧。这有可能导致男性会阴部的温度升高,从而影响生殖能力。周少虎说:“一般男性睾丸的温度要比人体温度低1℃~2℃才比较适合精子的生成和存活。而长时间穿牛仔褲则会使局部散热减少,引起阴囊温度升高而降低

精子的活力。”

此外,又窄又紧的牛仔褲也会导致男性生殖器局部微循环不畅,尤其不利于静脉血回流,可造成睾丸淤血而影响生殖能力。

而对于女性,周少虎也认为不宜长时间穿着牛仔褲。“女性阴部湿润,若不能充分地通风透气,易引发霉菌滋生和其他皮肤瘙痒症状。

丁字褲——很诱惑,但很伤害

说起丁字褲,潮人们简直“不可或缺”,特别是热辣夏季,低腰褲内,设计别致的丁字褲若隐若现,散发着性感的诱惑。然而,在医生眼里,丁字褲却威胁着我们下半身的健康。

周少虎认为,“丁字褲为求贴身,一般都会过紧,女性私处肌肤娇嫩且敏感,老是穿褲裆细窄的丁字褲不仅会令阴部皮肤受损,还容易使细菌侵入尿道、阴道,引发尿道炎、阴道炎等。而对于男性,长期穿紧身的丁字褲,这种‘压迫’也会让男生很受伤。当阴囊受到压迫时,静脉血回流不

畅,睾丸附近的血管受阻,淤血严重时可能导致精索静脉曲张。此外,会使得男性盆腔内的血液循环不良,容易引起前列腺炎。”

露脐装——上身清凉,腰腹受凉

夏天到了,为了营造夏日的清爽气息,也为了秀一秀小蛮腰,不少女性都穿上了性感热辣的露脐装。然而,经常露脐,不知不觉中就为身体埋下隐患。

“因为身体特点和生理特点,女性出现腰痛的机会比男性要多,如果长期穿露脐装,腰部容易着凉,一旦腰部受寒肾气受损,人就会感到怕冷、乏力。而脐部受寒会影响人体的胃肠功能,导致腹泻、痛经等。”周少虎解析。

周少虎提醒女性,长期穿露脐装、低腰褲,将脐部、腰部暴露于外,易造成的寒气侵袭肾脏、子宫,形成宫寒。久而久之,有可能导致排卵不正常和受孕困难。

(陈学敏)