

输卵管积水致不孕

如何帮精子“淌过这条河”?

37岁的张女士生小孩后放置了宫内避孕环，避孕5年后想生二胎，取环后备孕两年却一直未怀孕，到医院做造影检查显示输卵管积水。张女士非常紧张，不知自己的二胎梦能不能实现。输卵管是女性生殖系统中供精子、卵子和受精卵“游走”的管道，它的通畅与否关系到能否成功受孕。如何防治输卵管积水，让精子顺利“淌过这条河”来与卵子结合而成功受孕呢？

输卵管积水是盆腔炎疾病中的一员，主要是由于输卵管炎症后，输卵管发生粘连闭锁，分泌到输卵管内的炎性液体被困在输卵管管腔内排不出去，久之形成输卵管积水。输卵管积水常常发生在支原体、衣原体、淋球菌感染后，以及流产、不洁性生活、不当的宫腔操作后，也有因阑尾炎等波及而来。

输卵管积水可造成不孕或宫外孕

输卵管积水表现为阴道排透明液体、下腹坠痛感、不孕等，甚至有运动或突然改变体位后出现急性腹痛需手术的可能性，输卵管积水可引起不孕或宫外孕。

月经不调 输卵管积水有可能引发月经不调，使月经量过多，或是月经次数增多等，给女性的身体健康造成较大伤害。

痛经 输卵管积水会直接导致女性发生比较强烈的痛经症状，离经期越近，这种疼痛感就会越强烈，直到月经的来潮，才会有所缓解，常常令

女性苦不堪言。

不孕 由于输卵管管腔发生梗阻、堵塞以及粘连等现象，使得卵子无法正常穿过，直接危害生育功能，导致女性不孕。输卵管内的积液还会流向宫腔，即使受精卵到达宫腔，也有可能影响胚胎着床。

宫外孕 受精卵未到达宫腔，可能在输卵管内着床生长，形成宫外孕。

防治输卵管积水注意生活细节

若患者没有明显症状和生育要求，则无需特殊治疗。若有生育要求，可以行微创手术，也可以选择切除输卵管而行试管婴儿治疗，同时联合中药调理，对输卵管的功能恢复有很好效果，让精子顺利“淌过”输卵管这条“河”与卵子结合。同时，育龄女性在生活中应注意以下几个方面：

防止滥用抗生素 滥用抗生素会抑制阴道乳酸杆菌，改变阴道微环境，扰乱阴道菌群平衡发生阴道炎，炎症向深部发展形成输卵管积水。



性生活清洁防护 房事不洁是女性生殖道重要的致病因素。男女双方都要注意做好基本卫生护理，房事前、后注意清洗。

重视妇科体检 轻度输卵管积水一般在初期没有明显症状，但在妇科检查时会有腹部压痛。女性至少一年要做一次妇科检查，这样可以做到妇科疾病的早发现早治疗。

保持良好的情绪 心理压力、焦虑等不良情绪会引起内分泌失调致妇科炎症，因此，要保持心情开朗，减少精神紧张，增强人体免疫力，从而预防输卵管积水等妇科疾病的发生。

中国医科大学附属第一医院 窦兰兰

本版协办单位
长沙市妇幼保健院
湖南省长沙市雨花区城南东路416号
电话：0731-84136959
网址：www.cssfybjy.com/

避孕环什么时候取出 视情况而定

在门诊，经常有患者向医生咨询避孕环取出的时间，一般认为是月经干净后3-7天内取出。而事实上，避孕环取出的时间不能一概而论，要根据具体情况和具体需要而定。

准备再生育的育龄女性，妇科检查无禁忌症者最好在月经干净后3-7天内取环，因为在卵巢功能的影响下，子宫内膜的厚薄随月经周期变化而变化，此期间子宫内膜最薄，取环不易出现子宫内膜异位症等并发症。取环术后最好再采取其他工具如避孕套等避孕3个月再怀孕。

长期反复不规则阴道流血久治无效者，可考虑取环，同时行诊断性刮宫，刮出物送病理检查，既可达到止血目的，又可明确诊断，也是妇科常用的诊疗手段之一。

进入更年期的女性，闭经半年后应及时取出避孕环。但实际上，往往有很多女性绝经十多年或更长时间未取环，这时子宫体已萎缩，子宫颈口已闭紧，易出现避孕环嵌顿、变形，甚至进入子宫肌层，造成取环困难。对于绝经后未及时取环的女性行取环术前，医生会给予患者口服药物，使宫体宫颈软化，使避孕环更易取出；如条件允许又有必要时，最好在静脉麻醉下行无痛取环或宫腔镜下取环，以免造成不必要的损伤。

长沙市第三医院妇产科
主任医师 莫德玉

25岁以上女性 仍可接种HPV疫苗

随着宫颈癌疫苗在中国大陆获批上市，一时间，关于疫苗的问题迅速成为大家关注的焦点。据了解，此次上市的二价宫颈癌疫苗，适用于9至25岁女性，那超过25岁的女性还能打吗？其实，如果经济条件允许，45岁前都可以接种疫苗。

无论是从公共卫生预防的临床角度，还是卫生经济学的考虑来说，9-25岁年龄段，给没有发生过性行为的女孩子接种效果是最好的，同时她们也是投入最少、收益最大的人群。而目前葛兰素史克的宫颈癌疫苗在中国获批上市适应人群是9-25岁，默沙东的宫颈癌疫苗在临床试验阶段入组了20-45岁以内的人群，产品适用范围也会有所拓宽。

因为现代人生活方式的变化，在年轻的时候有一个感染高峰，那个时候就具有了通过不安全性行为感染的风险，之后结婚生育之后是低峰，到40岁后又是一个高峰。

如果从终生累积感染概念来讲，在一个妇女几十年的性生活中，累积感染宫颈癌病毒的概率很高，但要注意，感染病毒并不代表就一定会发展成为宫颈癌，很多人自身产生抗体就可以把病毒“清除”了。

北京协和医学院肿瘤医院
流行病学研究室 乔友林

经常憋尿“连累”子宫

31岁的张琳是超市收银员，结婚近4年来，一直未能怀上孩子，有时候有痛经的症状，一家人很是着急。到医院检查，被查出患有子宫内膜异位症。据张琳说，因超市生意很好顾客多，工作期间她无法随时上洗手间，有尿意时得强忍着。医生分析，张琳患上子宫内膜异位症与长时间憋尿有关。

由于女性腹腔内器官结构较复杂，泌尿系统比男性更容易遭受病菌侵袭。女性憋尿不仅会影响膀胱功能，造成尿路感染，还会

对生殖系统产生许多不利影响。因为女性内生殖器官与膀胱紧密相邻于盆腔内，子宫位于膀胱后面，憋尿时膀胱充盈，压迫子宫，使子宫向后倾斜，长期憋尿，会导致子宫后倾难以复位，当膀胱严重压迫子宫，还会妨碍经血流出，可导致严重的痛经症状。程度较严重时，后倾的子宫体如果压迫到骶骨前面的神经丛，可引起女性腰部疼痛，性交疼痛，严重的会引起不孕症。

湖南省第二人民医院 刘莉

怀不上，算算最佳受孕期

想做爸爸妈妈，宝宝却迟迟“不肯来”，让很多备孕夫妇苦恼不已，于是就会咨询医生怎么算排卵期，看看什么时间同房最易怀孕。要估算排卵期，先了解以下几种常用方法，并在医生指导下选用。

体温测量法 女性基础体温呈周期性变化，一般排卵发生在基础体温上升前或由低向高上升的过程中，体温升高幅度一般为0.3℃-0.5℃。体温的升高提示排卵已经发生了，但是不能准确测算排卵何时发生。

月经周期预测法 月经周期规律的女性，一般排卵期在下次月经来潮前14天左右，可以有计划在其前后同房。精子在女性生殖道内通常能存活1-3天，而卵子排除后一般只能存活12-24小时。因此，从排卵前3天至排卵后1天最易受孕。

宫颈粘液观察法 月经前后宫颈粘液常粘稠而且量少；月经周期的中期，粘液会越来越稀，量也越来越多；排卵期，粘液会变得透亮，状似蛋清，富有弹性，

拉丝度最高。

LH/FSH测定法 促卵泡素(FSH)、促黄体激素(LH)。受内分泌系统调节，排卵前36小时会出现LH/FSH峰值，是即将排卵的可靠指标。

B超监测排卵法 从月经第一天起，10-13天之间开始监测卵泡发育情况，卵泡长大至18-23毫米为成熟卵泡，随时可能发生排卵。卵泡监测是动态过程，一个周期需做3-4次B超进行持续监测。
长沙市妇幼保健院生殖中心 刘帆