

■女性话题

迟迟不孕 或许是精子过不了宫颈“这道关”



人类生命始于精子和卵子结合，这种结合来之不易。而女性的宫颈是精子进入宫腔的必经之路，也是最重要的关卡。在经过这一关的筛选后，数千万个精子仅剩余几百个了。因此可以说，女性的阴道是精子通过的“第一道关”，宫颈是“第二道关”。

子宫体的位置异常，慢性盆腔炎或子宫内膜异位症等疾病可导致子宫极度后倾、后屈，使宫颈外口贴向前穹隆，致使后穹隆变浅而失去贮精池的作用，不利于精子上行和进入宫颈。另外，如有子宫肌瘤生长在宫颈部位，势必导致宫颈管发生变形、狭窄，影响精子运行和进入宫腔。

宫颈黏液异常 是精子穿过的屏障

如果将子宫比喻为一个瓶子，那宫颈好似一个瓶口，瓶口的塞子就是黏液栓。正常情况下，女性接近排卵时，宫颈黏液变得稀薄、透明、有弹性，如水状或生蛋清状，精子易于通过，还能延长存活时间；排卵后，宫颈黏液因受到孕激素影响而逐渐减少，质地变得黏稠而混浊，拉丝度差，易断裂。宫颈黏液异常，好比是精子的一道难以超越的屏障，从而导致女性不孕。

除了宫颈发育异常、手术导致宫颈腺体受到破坏，致使宫颈黏液在排卵期分泌量很少且很黏稠外，卵巢功能失调、雌激素分泌减少或某些药物等，均能使宫颈黏液分泌的数量和质量发生变化，影响精子的活动、储存、成活而致不孕。

慢性宫颈炎、雌激素水平过高可致宫颈黏液分泌过多，也会影响精子的运行和存活。此外，科学研究发现，当宫颈黏液或精子表面有抗体存在时，即精子丧失了穿透宫颈黏液和运动的能力，仅在局部表现出摆动现象，可导致不孕。

北京大学人民医院计划生育与生殖医学科主任医师 鹿群

宫颈因素引起的不孕占不孕症的5%~10%，宫颈因素不孕症的主要机制是宫颈解剖学异常和宫颈黏液的异常。正常情况下，大多数女性子宫处于前倾前屈位，宫颈位于后穹隆。如果宫颈出现病变或位置异常，精子过不了宫颈“这道关”，就会引起不孕。

宫颈解剖学异常 阻碍精子顺利通过

宫颈解剖学的异常包括宫颈管缺如、闭锁、狭窄和双宫颈畸形等。先天性异常相对少见，后天性宫颈管闭锁与狭窄多见于人工流产后或宫颈手术后，主要表现为人流后或宫颈手术后出现闭经，伴有周期性下腹痛。这种情况下，应尽快到医院就诊，明确诊断并治疗。

宫颈管发育不良可伴子宫发育不良，可导致宫颈腺体分泌功能不足；宫颈管位置异常常伴有

盆腔器官脱垂 三种非手术治疗措施

女性盆腔器官脱垂包括子宫脱垂及阴道前后壁脱垂。流行病学调查显示，妊娠和分娩是盆腔器官脱垂的独立危险因素。

分娩造成宫颈、宫颈主韧带与子宫骶韧带的损伤及分娩后支持组织未能恢复正常为主要原因。此外，产褥期产妇多喜仰卧，且易并发慢性尿潴留，子宫易成后位，遇腹压增加时，子宫即沿阴道方向下降而发生脱垂。产后习惯蹲式劳动（如洗尿布、洗菜等），都可使腹压增加，促使子宫脱垂。未产妇发生子宫脱垂者，系因生殖器官支持组织发育不良所致。

盆腔器官脱垂的非手术治疗措施有以下三种：1. 盆底肌训练；2. 生活方式干预，即避免腹压增加使脱垂加重；3. 器械治疗（即用硅胶材料做成的子宫托）。子宫托主要适应于以下情况患者：①有症状需治疗；②有麻醉或手术禁忌症；③不愿意手术；④暂时不能手术治疗；⑤手术前的一线治疗；⑥术前使用以确定盆底重建术后是否有尿失禁发生的危险。

给予正式子宫托之前必须先由妇科医生检查，设有盆底障碍性疾病诊治中心的医院，可根据不同类型盆腔脏器脱垂选择相适应的子宫托。但有急性盆腔炎性疾病、严重的溃疡、阴道炎或患者和家属不能积极配合时，禁忌使用子宫托。

北京大学第三医院妇产科
主任医师 韩劲松

多囊卵巢 ≠ 多囊卵巢综合征

“多囊卵巢”和“多囊卵巢综合征”其实不是一回事。多囊卵巢是超声检查时的一种形态学表现，提示卵巢体积 ≥ 10 毫升，或同一个超声检查切面上直径2~9毫米的卵泡数 ≥ 12 个。这种超声检查的卵巢多囊性外观是非特异性的，常常是体检偶然发现的，也可能见于月经周期规律的女性。

多囊卵巢综合征(PCOS)则是一种发病原因复杂、临床表现高度异质性的临床症候群，以长期无排卵或稀发排卵以及排除其他因素的高雄激素血症为基本特征。多囊卵巢综合征患者往往同时存在多囊卵巢、月经异常、不孕、胰岛素抵抗、高胰岛素血症、超重或肥胖等。

目前，临床上将有稀发排卵或无排卵、高雄激素的临床和/或生物化学征象、多囊卵巢的形态学表现这三项中，排除其它病因如先天性肾上腺皮质增生、柯兴氏综合征、分泌雄激素的肿瘤等后，具备其中两项的女性，就可诊断为多囊卵巢综合征。

如果仅有多囊卵巢形态学表现，没有其它临床症状的女性，一般不需特殊治疗，定期随访观察即可；如确诊为多囊卵巢综合征的女性，则需要专业医师指导下进行药物治疗，还需要进行糖尿病、心血管疾病等方面的评估和随访。

复旦大学附属妇产科医院
李雪莲

四个坏习惯 “惯”出妇科病

阴道炎、宫颈炎、盆腔炎、附件炎等是妇科常见疾病，令很多女性朋友苦恼不堪。其实，引发妇科病的原因很多都是平时没有留意一些习惯。那么，哪些坏习惯会“惯”出妇科病呢？

“便前”不洗手 都说“饭前便后要洗手”，但要知道，光便后洗手还不够，上厕所之前也应该先洗手，因为手上的细菌很多，而在上厕所的时候，手难免接触厕纸甚至会不小心碰到私处，细菌很容易入侵，所以女性应该在上厕所前就要先洗手。

憋尿成常态 对于一些白领女性来说，久坐、长期伏案、喝水少、憋尿等，这些习惯是“家常便饭”。女性的内生殖器官与膀胱相邻，子宫位于膀胱后面。憋尿会使膀胱充盈，压迫子宫，使子宫向后倾斜；长时间憋尿还会使含有细菌和有毒物质的尿液未及时排出，引起膀胱炎、尿道炎等疾病。

每天用护垫 长时间使用护垫，局部会变得潮湿不透气，细菌很容易滋生。所以女性要少用护垫，保持会阴的干爽。使用护垫时要注意勤更换。

经期太“任性” 很多女性由于讲究身材的美感，在月经期间穿紧身裤，这样容易引起局部温度过高、血液循环不良而引发妇科炎症。

湖南省第二人民医院 刘莉

双胎孕妈 要经历多重“考验”

很多人都羡慕怀双胞胎的孕妈，觉得“一次抱俩、幸福翻倍”。其实，双胎、多胎妊娠发生流产、早产的风险更高。除开自然受孕，一般不提倡刻意通过试管婴儿技术来怀双胎，双胎孕妈要经历更多“考验”。

怀双胎的孕妈，出现头晕目眩、呕吐、胃痛、失眠、劳累、腹痛、呼吸困难、骨痛、水肿等妊娠反应的可能性比一般孕妇大很多，患妊娠高血压的风险也会增加。另外，双胎剖宫产率和产后出血风险会增加。

如今，通过试管婴儿技术怀双胞胎，很多人认为“方便、快捷”，但实际上，并非多移植几个胚胎，就能确保怀孕成功。子宫本身是一个比较理想的“单人房”，“住客”太多，就会显得拥挤，双胎、多胎妊娠可能会造成流产、早产。

胚胎移植技术可能出现这些常见结果：1. 移植一个胚胎，一分为二，同卵双胎。2. 移植两个胚胎，两个都着床了，异卵双胎。3. 移植两个胚胎，一个胚胎停育，另一个胚胎成功着床发育，单胎。4. 移植两个胚胎，一个胚胎停育，另一个胚胎分裂成两个胎儿，同卵双胎。5. 两个胚胎都没着床或发生胎停育。由此可见，并不是移植两个胚胎就一定会怀双胞胎。

中山大学附属第三医院生殖医学中心
主任医师 蔡柳洪