

久不孕 或因排卵障碍

30岁的刘女士结婚已有3年，但一直没有怀孕。她和丈夫去医院就诊，医生检查发现刘女士患有排卵障碍，导致了其婚后不孕。刘女士感觉平时身体还算健康，很是疑惑，为什么会得排卵障碍呢？



30%女性不孕 由排卵障碍导致

在女性不孕症患者中，大约有25%~30%是因为排卵障碍导致的。那么，哪些原因会引起排卵障碍呢？

健康且月经周期正常的女性每个月都会排卵，由于每个人身体情况不同，排卵的数量也不一样，有的女性一个月只排一个卵泡，有的可排两个甚至多个卵泡，但也有一小部分女性因为各种原因出现排卵障碍。

月经不准时，就会导致女性不能正常排卵。还有约25%的女性是因为先天性卵巢发育不良、卵巢功能早衰、内分泌紊乱影响到下丘脑，从而造成排卵障碍；如果有重

度营养不良、甲状腺功能异常等，卵巢功能也会受到影响，从而导致出现排卵障碍。此外，过度肥胖或过度瘦弱导致内分泌失调，也会引发排卵障碍。

出现以下症状时 警惕排卵障碍

由于每个人的体质不同，所以当排卵期到来时，身体出现的症状也会不同。有的女性排卵时腰部会有酸痛的感觉，有的会出现白带增多，有的甚至会出现排卵疼的情况，那么排卵障碍又会出现哪些症状？

青春期女性出现排卵障碍，最常见的症状是会不定期地出现子宫出血，这种出血症状少则几天，多则几个月，同时还会伴有

头晕、失眠、多梦等症状。排卵障碍还会影响正常的月经，出现月经失调或闭经。另外，由于中枢神经出现问题，排卵障碍会导致身体各个部位的毛发增多以及雄激素增多。

长时间不排卵，还会导致性激素代谢紊乱，这时一定要警惕子宫内膜癌和乳腺癌的发生。

调经补血 是积极的治疗方案

患上排卵障碍的女性，最关心的问题是还能不能怀孕。其实，怀孕的根本在于是否有月经，并且月经是否正常。月经不调也会使排卵发生障碍，从而导致不孕症的发生，所以调经补血才是最正确的治疗方案。

女性可以在卵泡生长期通过补血，还有服用一些补肾阴和补肾阳的药物，来促进卵泡的生长发育。排卵期过后可以服一些养精血的药物，达到活血化瘀、疏通经络的效果，促使卵子排出。在黄体期可以通过药物治疗，让黄体功能达到正常标准，为受精卵打造一个舒适的受孕环境，使它在子宫着床更牢固。

患上排卵障碍不可怕，通过积极的治疗、合理的饮食，很多女性都能治愈并如愿怀上宝宝。

广东省佛山市中山医院
副主任医师 赵桂新

五种妇科异常 需及时就医

很多女性都是在身体出现不适时才去做妇科检查，这是不对的。有性生活的女性每年接受一次妇科检查，可以早期发现疾病，并进行早期预防和治疗。另外，当身体出现一些特殊情况时，也应该引起警惕，及时就医，尤其是遇到以下五种情况时，一定要去医院。

1. 异常的阴道出血 月经增多、月经淋漓不尽、绝经后出血及性生活后的接触性出血。

2. 不可解释的疼痛 突然出现腹痛，特别是突然出现的剧烈腹痛，并伴有恶心、呕吐，或出现下腹部、腰背部疼痛，性交痛等症状。

3. 腹部摸到肿块 放松腹部或双手在下腹部由轻浅到深的接触时，可触碰到肿物；或月经前可以摸到一触即痛的球形肿物，但经后肿物消失。

4. 阴道分泌物异常 分泌物呈脓性、血性、米泔样、水样或豆腐渣样，或分泌物量明显增多，可有异味或无异味。

5. 不可解释的腹部胀满 盆腔有压迫感或出现浮肿，无肠胃疾病而出现消化不良、腰围快速进行性增粗，以及体重突然减轻。

北京大学第一医院妇产科 韦晓昱

体位突变 当心孕期晕厥

在妇科门诊，医生接诊的孕妇晕厥病例并不少见，经常还会遇到一些在候诊过程中晕倒的孕妇，其中，除少数是因为一些疾病导致的，如子痫前期、心脑血管意外等，需要医生的严格诊断；大多数是妊娠期正常的生理反应，叫做体位性低血压，孕妇在平常需要多加注意。

特征：眼前一黑，瞬间晕厥。这类孕妇一般在卧床或躺、坐于沙发上看电视时间久时，突然起身或变换其他体位过猛时发作，有时站立时间过久也会发作。这是由于妊娠后人体出现血液再分配，以保障子宫、胎盘的血液供应。如果孕妇体位突变，大脑就容易出现一过性缺血、缺氧，引起晕厥。

另外，妊娠晚期，由于子宫增大，孕妇仰卧或躺卧坐时，沉重的子宫会压迫下腔静脉，使下半身血液不能顺利返回心脏，可能造成低血压、心脑血管供减少，进而导致瞬时的恶心、头晕等。这种情况属于仰卧位低血压。

措施：孕妇出现体位性低血压时，不要马上起身，可以躺下休息一会儿，很快就会自行恢复正常。孕妇发生仰卧位低血压时，立刻侧身改变体位，一般很快会恢复正常。

济南市妇幼保健院产科
主任医师 王鲁萍

备孕

准爸爸的健康也要抓

孕前期保健大都针对母亲，那是不是父亲所需要做且能够做的只是提供精子而已？答案可能是否定的。《柳叶刀》杂志的一篇综述指出，在精子和卵子相遇之前，父亲的行为和环境因素同样可以影响子代的生长发育。

瑞典的三个队列研究结果发现，青少年期营养丰富的祖父，那么其孙系成年后死于糖尿病的概率增加4.1倍。但祖母在青少年期营养丰富，其孙系成年后死于糖尿病的概率却无明显增加。

父母孕前的健康状态不仅可以影响子代成年后的健康，还可能影响妊娠结局。来自美国的青少年健康计划数据显示，与健康父亲相比，糖尿病父亲的孩子出生体重明显降低。与体重正常父亲相比较，超重和肥胖父亲的孩子出生体重明显增加。而目前已知，出生体重越大，其子代成年后代谢性疾病的发生概率越高。

父母体重和行为等表观遗传学信息如何传递给子代，目前尚不清楚。可能与小分子RNA编码、某些基因的甲基化和乙酰化等因素有关。但可以确定的是，生一个健康的宝宝，不仅需要母亲努力，父亲的努力同样重要。

上海交通大学附属仁济医院临床营养科
徐仁应

绝经并非越晚越好

女性绝经年龄并不是越晚越好。当女性发现绝经年龄推迟的话，要及时去医院进行检查。女性在45~55岁时，卵巢功能逐渐下降，月经慢慢停止，进入绝经状态，这属于正常生理现象。如果在35岁左右就开始绝经，则属于卵巢早衰，需要尽早去医院治疗。太早绝经不好，但也不是越晚绝经越好。

女性卵巢有两大功能，一是生殖，产卵和排卵；二是内分泌，合成和分泌激素。女性的两大激素是雌激素和孕激素，两者缺一不可。通常情况下，初潮来得早的女性，绝经期也相对较早。反之，初潮来得较晚，绝经期也会相对延后。此外，绝经期早晚还和家族遗传、怀

孕生育史、母乳喂养时间长短、性生活是否和谐、精神心理状态、饮食习惯等有关。如果女性到了55岁还有月经，可能是激素波动引起的月经，不一定有排卵。这种情况下，患子宫内膜癌的风险就会增加。这类患者应及时到医院进行B超检查，必要时还应做盆腔CT。

需要注意的是，在围绝经期这一阶段，卵巢功能衰退、性激素分泌减少，会引发一系列的症状，如潮热、失眠、心慌、易怒等精神心理症状，还有可能导致骨质疏松症、动脉硬化等老年疾病。而这个时期，女性切不可私自服用雌激素等药物缓解症状，推迟绝经期，以免影响身体健康。

湖南省脑科医院 刘莉