



男性不育 先做个遗传学检查

一些男性认为不育与性功能存在某些联系,因此,当发现自己有不育问题时,不愿前往医院检查。但事实是,男性不育更多是由于精子和染色体异常所致,而与性功能关系不大。在这里提醒大家,当男性不育时,应该去医院接受正规的遗传学检查,以明确不育的具体原因,从而更好地进行针对性治疗。

什么是遗传学检查?

遗传学检查是诊断疾病的常用手段,一般只需要采集血液就能进行检查,部分特殊检查需要采集其他细胞,如检查男性患者不育情况时,就要检查精液。男性相关染色体及基因是否正常,是保证其正常生殖功能的基础,如果男性的染色体、基因出现异常,就会导致性分化异常或是精子生成障碍,从而引发不育。遗传学检查能明确男性是否存在无精症、严重少精症、其他遗传缺陷或是遗传病等,对于了解男性不育原因有重要意义。遗传学检查主要包括以下内容。

1. 染色体核型分析 正常人体内总共有46条染色体,两两配对,共组成23对染色体,其中22对是男女都有,称为常染色体,第23对为性染色体,女性为“XX”,男性为“XY”。如果男性存在染色体数目异常,如存在克氏综合征,就会多出一条X染色体,为“XXY”,从而导致生精细胞发育异常,继而导致男性出现无精子症、隐匿性精子症或重度少精症。对于这类染色体结构存在异常导致不育

的患者,就需要通过遗传学检查才能发现。

2. Y染色体微缺失 Y染色体长臂上的无精子因子微缺失,会影响精子生成能力。在无精症和少精症患者中,约有8%~10%在筛选后发现其存在Y染色体微缺失情况。无精子因子区域目前可以分为AZFa、AZFb、AZFc区域。

3. 全外显子测序和单基因测序 DPY19L2基因异常会引起圆头精子症; AURKC基因突变会引发大头多尾精子症; CFTR基因突变可导致先天性双侧输精管缺失,一些单基因突变则可能会导致睾丸生精障碍和精子受精障碍等; 5α还原酶基因突变会导致男性性发育异常、雄激素受体基因异常则会引起雄激素不敏感综合征。

4. 精子DNA完整性检测 精子DNA完整性检测能反映出精子的损伤程度,通过精子DNA碎片指数高低,就能了解到其损伤程度。一般来说,精子DNA碎片指数低于15%属于正常,15%~30%说明损伤程度一般,大于30%则被认为完整性差,会影响到生育能力。

男性不育常见于哪些疾病?

1. XXY综合征 XXY综合征又被称为Klinefelter综合征,是指患者体内多了一条X染色体,为染色体非整倍异常。该病的典型症状为四肢生长过长、肌肉发育差、面部和体部毛发稀疏、睾丸小而硬、睾丸镜检可见纤维化和玻璃样变性、生精过程严重障碍或停止、血中的促卵泡激素(FSH)和促黄体生成素(LH)偏高、性腺功能低下,一些患者还存在智力迟缓和性功能障碍问题。

2. XX男性综合征 XX男性综合征是男性在青春期表现出来的第二性征,男性患者会表现为身材矮小、阴茎正常或较小、睾丸小,儿童期还有尿道下裂和痛性阴茎勃起问题,成年期则会出现睾丸功能不全,患者出现高促性腺激素、性腺功能低下、精液中无精子或精子密度低下的症状,但智力一般不存在问题。

3. XYY综合征 患者的染色体核型为“47,XYY”,表现为性格暴躁易怒,具有抗社会性,身高一般较高,但智商往往低于平均水平。



平。这类患者的睾丸生精功能会受到影响,但体内血睾酮含量正常,FSH与LH轻度上升。

4. 纤毛带综合征 该疾病一般由近亲结婚引起,这类患者的精子尾部有一种特殊纤毛,纤毛会影响精子的运动能力,从而造成不育。此外,这类患者还可能会出现内脏反位、支气管扩张、慢性鼻窦炎等症状。

不育是男性面临的重大问题,不仅对患者身心造成严重影响,还会影响家庭幸福。因此,一旦男性有不育方面的问题,应及时到医院接受遗传性检查,以明确不育病因。随着医学的进步,大多数的不育患者都能够通过现代医学手段得到良好解决,患者不必过于忧心。

广西壮族自治区生殖医院 李征

对付脂肪肝 不一定都得用药

脂肪肝是指各种原因引起肝细胞内脂肪堆积过多的病变,严重威胁国人的健康,已成为仅次于病毒性肝炎的第二大肝病,是肝硬化的常见原因。多数人认为脂肪肝只能通过药物治疗才能收获良好效果,这种观念是不正确的。其实,脂肪肝最有效的并不一定是药物,而是健康的生活方式。

正确认识脂肪肝治疗方法

脂肪肝的出现提示机体对脂肪的代谢出现了异常,与胰岛素抵抗、高脂血症、营养失衡、毒素超标以及机体的高炎症状态等有关,如不及时干预,或将导致2型糖尿病、心血管病、肝硬化等慢性疾病。脂肪肝患者通常会对其治疗方法存在偏见,一旦来医院看病,认为医生看病后不开药,就等于没有看病,此种观点是错误的。多数疾病的药物治疗只是基础治疗,医生的科学指导才是治疗疾病的重要基础。脂肪肝的发病机制较为复杂,除了药物治疗,轻中度脂肪肝完全可以通过去除病因、调整饮食结构、适当运动等生活行为方式,起到改善脂肪肝的目的。倘若基础治疗3~6个月仍无明显改善,则可以采用药物辅助治疗,从而实现良好的治疗效果。

治疗脂肪肝不一定要用药

临床观察发现,脂肪肝最怕的不是药,而是健康的行为习惯。因此,脂肪肝患者平时一定要养成良

好的健康行为习惯,这样比药物更有效,能更好地提高治疗效果。

1. 告别营养过剩,科学减肥 营养过剩是脂肪肝常见的危险因素,要想控制营养过剩,则需要控制每天饮食的热量,采取科学减肥方式进行控制。如通过结合自身实际情况制定有效的减肥方案,能让患者在渐进性的减重下,改善脂肪肝沉积、炎症等病理。此过程中,需要避免运用节食手段、饥饿疗法及超负荷运动,此类方法虽然能让体重下降,但也会加剧患者的负担。

2. 调节饮食结构 饮食结构的合理也是减肥的关键。日常生活中需减少高热量、高脂肪和高糖分的食物,增加水果、蔬菜和蛋白质的摄入量。同时要养成良好的饮食习惯,改变吃夜宵、看电视吃零食、喜好吃甜食饮料等行为,更好地预防与杜绝脂肪肝。

3. 养成合理的饮食习惯 日常生活中的三餐不规律、不吃早餐,



都会给脂肪肝的产生创造条件。因此,需要养成合理的饮食习惯,早餐、中餐及晚餐要合理地进行调配,增加早餐、午餐的比例,减少晚餐的热量,并在晚餐后不再摄入任何热量的食物与饮料。较胖的群体则是可以依据2:2:1的形式来分配三餐,晚餐时间不宜超过晚上8点。也可以结合工作性质安排三餐,如办公室工作人员可以早餐多吃,需要加班时,晚饭可安排在下午5点多,选择低热量的食物。

4. 纠正生活中的不良行为 为了能有效地控制与预防脂肪肝,需在日常生活中杜绝吸烟、喝酒。喝酒是导致脂肪肝的一个重要原因,减少饮酒量或完全戒酒是预防脂肪肝的一个有效方法。同时,还要避免乱服用药物,肝脏作为药物的代谢场所,药物使用不当,极易造成

脂肪肝,如需服药要在医生的指导下服用。

5. 加强体育锻炼 根据自身情况,每天坚持参加30分钟以上的中等量有氧运动,如快走、跑步、游泳等,能提高肌肉质量,提高代谢率,有助于燃烧脂肪和减轻体重。同时应避免久坐少动的不良习惯,让运动提高代谢水平,提高基础代谢能力。

6. 控制原发病 有2型糖尿病、高脂血症等疾病者,应积极治疗原发病,将血糖、血脂控制在理想水平。对于已经有脂肪肝症状的人来说,应该在医生的指导下采取相应的治疗措施,如药物治疗、饮食调整、运动辅助等。

7. 保证充足的睡眠 睡眠充足可以减少压力和焦虑,有助于身体新陈代谢,维持正常体重。

8. 定期体检 定期体检可以监测肝脏的功能和身体健康状况,及时发现身体的问题,并针对性地采取治疗措施。

以上是关于脂肪肝的相关防治知识,了解这些,能帮助我们科学地认识这一疾病,纠正一些错误的观念和误区。我们在日常生活中要养成健康的行为习惯,保持良好的生活方式,这才是预防和治疗脂肪肝的关键。

钦州市妇幼保健院 韦瑾