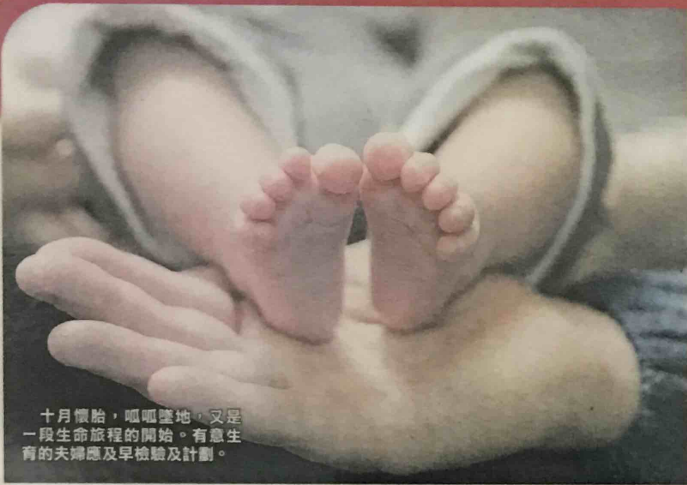


# 生育資訊月 破解生育迷思



十月懷胎，呱呱墜地，又是  
一段生命旅程的開始。有意生  
育的夫婦應及早檢驗及計劃。

香港女性愈來愈遲婚，由平均28、29歲後到32、33歲，而生育率更是亞洲數一數二之低，某程度與香港生育知識貧乏不無關係。要提高生育率，先要從教育着手，今期雙城健康邀請婦產科專科醫生為大家拆解迷思。

文：敏 部分圖片由Benson拍攝



一對夫婦在沒有懷孕的情況下生活一年而沒受孕，已可稱為不育。

## 把握女士生育黃金時間

羅恒樑醫生在接受本報記者訪問時表示，大部分夫妻對生育存有最大疑慮，是年齡方面。不少女士認為30歲正值事業搏殺期，便將生育年期推遲至35、36歲，甚或之後，並以爲只要進行人工授精（IUI）或體外受孕（IVF）就能夠成功生育。可惜，他們卻不明白不論人工授精或人工受孕都必須靠卵子質素。隨着年紀增長，女士的卵子數目下跌，其質素會下滑，而這些均沒有方法逆轉，變相增加輔助生育的難度。

除年齡因素外，內分泌失調、子宮內膜異位、輸卵管閉塞等等亦會影響女士生育能力；至於男士，主要仍是精子質素影響生育能力。羅恒樑醫生坦言，過往不育的案例當中，大部分都是女士年紀因素所致，男士即使60歲，精子質素仍可以。

## 有月經不等於有排卵

羅恒樑醫生說：「香港人在性知識方面都頗爲貧乏，有些人誤以爲有經期就自然有排卵；又或是經期一完便



會排卵。」事實上，正常一個月28日來一次經期，女士排卵日子處於第14日。幸而，經期準時的話，排卵期一般都不會太過偏頗，但不代表每個月都有排卵。若然，太太想知道該月份有沒有排卵，醫生會建議她們量體溫、用排卵棒測試。



羅恒樑醫生在接受本報記者訪問時表示，在香港仍然有很多夫妻沒有意識到不孕的風險因年齡和事實，許多人因爲不知道年齡對懷孕成功率的影响很大，因此就耽誤了尋求醫療協助的時機。

在現今晚婚的香港，不少男女都過了最佳生育年紀，外在的環境轉變以及生活習慣的影響，使精子與卵子質量轉差，令受孕難度倍增。

## 男士性功能正常與精子質素

男士性功能正常代表生育功能正常？這說法並不正確。男士須從其精子濃度、活躍能力、形態來測試生育的成功率。縱使男士隨年紀增長，精子質素必然會下滑，但男士的下滑速度對比女性來說較慢。故此，男士到70歲，仍可有生育能力。

## 男士年紀大與女士年紀大對胎兒的影響

婦產科專科蔡柏霖醫生表示，有研究發現，女士年紀大對胎兒的影響層面主要是染色體，如：小產、流產、唐氏綜合症；男士年紀大對胎兒的影響層面則是基因問題，如自閉症、讀寫障礙。因此，還是鼓勵夫婦愈早生愈好。



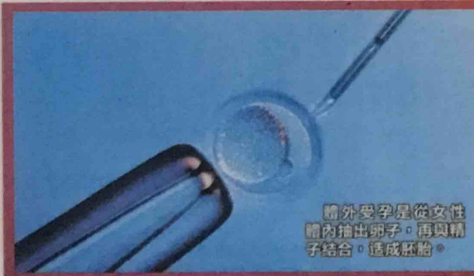
蔡柏霖醫生在接受訪問時指，年齡愈大不僅令精子質素下降，其他影響生殖能力的婦科病如子宮肌瘤等發病率亦增加，降低懷孕機會。



透過全面評估找出生育能力出問題的真正原因，隨之配合適當治療。



女士可透過排卵棒驗小便檢驗是否有排卵。



體外受孕是從女性體內抽出卵子，再與精子結合，造成胚胎。

## 輔助生育——人工授精(IUI)/體外受孕(IVF)

人工授精：透過導管將精子直接放入子宮腔內，縮短精子游到卵子的距離，讓精子卵子自然相遇、自然受精、自然着床。

體外受孕：太太受藥物刺激，抽出多顆卵子，並與精子結合，造成多個胚胎，挑選後再將一或兩個胚胎放回子宮內。

通常經微子宮內膜異位、精子質素或排卵質素稍弱，可考慮人工授精。但是，若情況嚴重，輸卵管閉塞，太太年齡大，便應直接進行體外受孕。

## 生育資訊月

嘗試懷孕的過程或許不大容易。幸而，隨着醫學的進步，不孕症治療的技術已大幅改善，許多接受治療的夫妻最後都能如願以償。若然您正努力嘗試受孕，卻始終未得到幸運之神眷顧，其實只需要多幾個步驟，便能提高懷孕機會。今個月正值生育資訊月，欲想了解更多資訊，可上這個網頁瀏覽：<http://www.fertilityasia.com>