

二孩时代,精子库供不应求

海南精子银行即将开门迎“储户”

热点

■ 本报记者 侯赛

记者近日从海南医学院第一附属医院(以下简称海医一附院)了解到,自全面二孩政策实施以来,我省“试管婴儿”需求增加,其中等待孕育供精试管婴儿的人数也不断增加。目前仅在海医一附院登记等待供精试管的就有200多人,但由于精子供不应求等多方原因,很多人仍在焦急等待中。

A 供精试管 患者圆“求子梦”

“生了,3600克,是个大脑门、头发浓密的孩子。”时隔半年多,这句话依然在海口市市民陈义伟(化名)耳边久久萦绕。去年12月5日下午5时30分,当陈义伟从护士手中接过自己刚出生的儿子时,激动得泪流满面。

“别提有多高兴了,这个孩子得来不易啊,是做供精试管婴儿生出来的。”近日,陈义伟向记者讲述了他和妻子艰难的求子路。

陈义伟结婚后一直没有孩子。2012年到医院就诊时,35岁的他才知道自己患有原发性无精子症,只能从人类精子库提取精子来圆自己的求子梦。当时,海南还没有人类精子库,在医生的指导下,陈义伟夫妇完成了系统检查,按医生的治疗方案在海医一附院生殖中心的服务台进行

了相关登记。

“一天、一个月、一年……”陈义伟至今仍记得登记后,两口子在家等待的过程有多么漫长。

陈义伟夫妇足足等了3年。“我曾经以为这辈子不会有孩子了,那种感觉真的太难受了。”陈义伟说。2015年,夫妻俩在海医一附院生殖医学中心做了供精试管婴儿,最后成功受孕,生下孩子。

据了解,2015年1月11日,我省人类精子库正式运行,填补了我省以往无人类精子库的空白,为不少不孕不育患者申请使用精子节省了等候时间和相关费用。截至目前,已有170名合格捐精者为我省人类精子库提供了3928管精子,已经有100对不孕不育夫妇从我省人类精子库获得帮助。

B 登记等“精” 精子库供不应求

虽然我省人类精子库已经正式运行两年多了,但并不是所有的不孕不育患者都能像陈义伟那么幸运。由于二孩时代需求加大、供精缺乏等多方面原因,目前仍有200多人等候在海医一附院生殖医学中心的登记簿上,等待合适精子的到来。

海医一附院生殖医学中心主任卢伟英告诉记者,全面二孩政策开放后,到医院咨询生二孩的患者增加了20%-30%,其中绝大多数是35岁-45岁的高龄人群。其中,不少是少弱精、生育能力下降、受精管堵塞需要手术的人。

专家表示,助孕并不是每一次都能成功的,供精人工授精的成功率仅有20%左右,而使用供精试管婴儿的成功率在40%左右。助孕后不能成功怀孕的病人只能再次加入到等待人群中。排除不治疗以及省外治疗人群外,我省目前仅在海医一附院登记等“精”人数不下200人。

和二孩时代的强大需求相比,我省人类精子库的精子显得供不应求。据了解,海南省人类精子库自2015年运行以来,在两年多的时间内共接待了830多名捐精志愿者,仅有大约170人最终顺利完成捐精。

据统计,830名捐精志愿者中,多以青壮年为主,学生群体仅占个位数,这与全国其他地区学生群体

是主要捐精者的情况不同。

“大学生捐献者拥有较好的文化背景、身体状况好、传染病少等优势。”海医一附院泌尿外科主任梁培育表示,和全国其他地区相比,我省高校较少,学生数量有限,因此大学生在捐精者比例中并不占优势。

记者采访的当天,32岁的李先生以捐精志愿者的身份来到我省人类精子库。李先生告诉记者,做父亲之前,他与妻子也经历了一段灰暗时光。由于不能顺利怀孕,他们跑了不知道多少次医院,经过一年多的治疗才有了孩子。

“当时很灰心,感觉生活没了希望。”李先生说,当时,那种急切希望孕育孩子的心情和苦苦的求医过程让他感触颇深。看到海南人类精子库正在招募捐精志愿者的消息后,他立刻决定加入进来,希望可以自己的努力帮助其他家庭。

海南人类精子库专职护士王素嫩,每天都要负责带领李先生这样的志愿者进行各项检查。在她眼中,每一位捐精的志愿者都值得尊敬。

“我见过一个学生志愿者,只要是能捐的包括精子、骨髓、干细胞、角膜,他全都签了捐赠协议书。不为别的,他只是想帮助别人。”王素嫩表示,“我每次看到这样的人都很感动。”

C “精子银行”将于近期启动

据了解,人类精子库除了为不孕不育夫妻提供帮助外,还可以担负起“精子银行”的功能。

据介绍,近年来,我国越来越多的精子库开始承担起“精子银行”的功能,即将精液冷冻保存在精子库,

以备不时之需。目前,我省人类精子库的“精子银行”业务已进入筹备阶段,将于近期启动。

梁培育表示,这是人们为了储存质量好、生存力强的精子,以备日后生育后代所开展的一项特殊的存储业务。存精子就像到银行存钱一样,所以有人也将精子库称为“精子银行”。

“男性进行双侧输精管结扎术以及可能危及男性生育能力的手术、放疗、化疗前,可事先冷冻保存精子,以备日后生育使用。从事高危行业的男性,如接触放射线、其他毒害物质以及进行高空作业的男性,也可以事先冷冻保存精子。”梁培育表示。

工作人员在分析精子样本。
本报记者 苏建强 摄

七招提升男性“生育力”

■ 本报记者 侯赛 通讯员 付伟华

良好的生活习惯对精子质量的改善有立竿见影的效果。海南医学院第一附属医院泌尿外科主任梁培育表示,生活中,可以从戒烟、多参加锻炼等七个方面提升男性“生育力”。

戒烟

烟草中的有害物质有杀精作用,因此戒烟势在必行。

多参加锻炼

研究表明,超重的男性容易受到不育症的困扰,过度肥胖会导致腹股沟处的温度升高,从而对精子的成长带来损害。因此,男性要多参加锻炼。

不要酗酒

酗酒会导致精子的质量下降,人们平时饮酒应该适度。

向毒品说不

麻醉剂对精子也有极大的影响,大麻会对精子造成严重的影响。

放松心情

精神压力过大对精子的成长有负面影响,找些能够让自己放松的事情来做,如出去散步,痛快地洗个澡等。

多吃果蔬

维生素C、维生素E、锌、硒等都是有助于精子健康成长的营养成分,这些营养成分主要存在水果和蔬菜中。

定期体检

病菌感染是男性不育症的重要因素,应该定期看男科门诊,接受精液、衣原体和前列腺的相关检测。

研究表明,全球人类精子质量不断下降

“不育男”为何越来越多?

■ 本报记者 侯赛 通讯员 付伟华

过去很长一段时间,人们都认为生孩子是女人的事,把不能生育的原因归咎到女人头上。事实上,男性在生育过程中也担负着重要责任。如果男性身体不健康,也无法成功孕育宝宝。

相关研究表明,全球人类精子质量正在不断下降,男性不育症患者不断增多。据介绍,男性不育不是一个独立的疾病,而是由很多原因造成的症候群。男性不育不仅危害自身健康,还会引发一系列的家庭问题,有的家庭可能因此走向终结。

海南医学院第一附属医院泌尿外科主任梁培育表示,从门诊就诊患者的情况来看,近年来少精症、弱精症、无精症的男性患者比例每年都在

增高。男性不育的原因极少部分是遗传因素造成的,环境因素、生活节奏紧张、作息不规律等因素是造成男性不育症的主要原因。

经常食用食品添加剂过多的食物,会导致男性精子数量减少,受精能力减弱。此外,经常穿着紧身裤、抽烟喝酒、经常熬夜、很少运动等不良生活习惯均可能导致男性不育。

“夫妻双方的生育能力是孕育孩子的关键因素。如果两个人的生育能力都很弱,比如说男方弱精,女方卵巢功能不好、患有多囊卵巢,这种情况就会比较麻烦。”梁培育建议,一对夫妇如果出现不孕不育问题,两个人都应该到医院查一查。男性的检查相对简单,主要是进行精液和抽血检查等方面检查。

“缘起复旦,医济海南” | 沪琼医疗专家共话医疗健康话题

■ 本报记者 侯赛

8月20日下午,“缘起复旦,医济海南”复旦大学上海医学院校友90周年纪念暨复旦大学海南校友会2017年年会在海口举行。沪琼两地多位复旦大学上海医学院校友齐聚海口,共话医疗健康话题。

不良饮食习惯是胃癌元凶

“在我国,每天有1万人确诊为癌症。”年会上,复旦大学附属中山医院普外科副主任医师、教授张轶群援引了今年2月国家癌症中心发布的中国最新癌症数据。

“在所有癌症中,胃癌在我国尤其

高发。”张轶群指出,在全球范围内,三分之二的胃癌病例发生在中国、日本和韩国。

张轶群指出,胃癌发病率随年龄增长逐渐增加,50岁以上人群是胃癌的高发人群,但如今胃癌发病有明显的年轻化趋势。青年胃癌患者有恶性程度高、病程短、进展快、转移早等特点,而且因表现不典型而造成误诊率高。其中,年轻女性胃癌患者多以卵巢转移为首发表现,胃肠道症状不明显。

“饮食习惯、环境因素、遗传因素、幽门螺旋杆菌(HP)感染,以及其他胃病都可能引起胃癌的原因。这些因素可单独作用或协同作用引发胃癌。”张轶群表示,预防胃癌的发生,首先要改变不良饮食习惯。

专家提醒,早期胃癌的报警症状有消化不良,出现或伴有吞咽困难、呕吐宿食、不明原因的骨痛疼痛、消瘦、贫血、黑便、淋巴结(锁骨上或腋下)肿大、腹部盆腔包块等症状。如有上述症状,要及时去医疗机构进行胃镜检查。

超重是心血管病诱因之一

目前,我国心血管病患病率及死亡率处于上升阶段。分析心血管疾病的危险因素时,海南省人民医院血管外科主任肖占祥指出,吸烟、超重是疾病发生的主要诱因。

“动脉老化是导致心血管疾病的主要原因。”肖占祥指出,动脉老化的主要表现是动脉硬化或动脉出现斑块。动脉

硬化斑块堵塞血管时,可能会出现相应症状或诱发疾病发生。随着年龄的增长,人体动脉硬化率逐步上升。

“血管年轻,人就年轻;血管衰老,人就衰老。”肖占祥指出,要保持生理年轻,就要关注血管健康。高血压、高血脂、糖尿病、吸烟、运动缺乏、肥胖和心理压力,都是导致血管病变的重要原因。日常生活中,人们首先要注重合理饮食,适量做机体耐受范围内的运动,养成良好的生活习惯、健康心理和平和心态。

警惕凶险的脑血管疾病

脑出血、脑梗塞、半身瘫痪……不少人都生活中饱受脑血管疾病的困

扰,生活质量大大降低。

“如果脑供血供氧完全中断,人在5-8秒就会丧失知觉,在6-10分钟就会造成不可逆转的脑损伤。”海口市人民医院神经内科主任夏鹰强调了脑血管疾病的凶险性。

“脑动脉瘤一旦破裂出血,留给医生抢救处理的时间非常短暂。最近,两起医生突发脑动脉瘤破裂离世的新闻陆续发生,令人十分惋惜。”夏鹰建议,人们在做常规体检项目之外,要定期做头部的MRA或CTA检查。

“动脉瘤无法预防,只能早期检查。定期做脑部健康检查,对脑血管病早发现,早治疗有重要意义。”夏鹰表示。

资讯

2030年我国健康服务业总规模将达16万亿元

记者近日从国家卫生计生委例行发布会上获悉,为助力“健康中国”建设,我国将进一步优化健康服务、完善健康保障、建设健康环境、发展健康产业。到2030年,我国健康产业规模将显著扩大,健康服务业总规模将达16万亿元。

国家卫计委规划与信息司司长侯岩表示,我国持续深化“放管服”改革,优化社会办医政策措施,特别是在培育一些健康产业新业态方面积极努力,促进健康与养老、旅游、互联网、健身休闲、食品等融合发展,推动医疗健康产业发展既有“为”又有“序”。

《“健康中国2030”规划纲要》指出,发展健康产业,优化多元办医格局,催生健康新产业、新业态、新模式。(据新华社)

长期大量服用维生素B 男性患肺癌风险增加一倍

美国《临床肿瘤学杂志》近日刊载一项新研究显示,长期大量服用维生素B6与B12补充剂的男性罹患肺癌的风险将显著增加,吸烟者的风险尤为严重。

长期以来,维生素B6与B12被认为能增加能量,促进代谢,并减少癌症风险。但美国俄亥俄州立大学等机构的研究人员在通过对约7.7万名美国成年人追踪了10多年后发现,如果大量服用维生素B6与B12补充剂,效果有可能恰恰相反。

研究发现,如果男性每天服用维生素B6补充剂超过20毫克,或者维生素B12超过55微克,那么他们10年后罹患肺癌的风险会增加一倍。如果他们还抽烟,那么他们的风险比一般人高出3到4倍。

目前,美国有关机构建议男性维生素B6每日最大摄入量为1.5毫克,而维生素B12为2.4微克。

负责研究的俄亥俄州立大学的西奥多·布拉斯基指出,目前市场上销售的每份维生素B6补充剂中的剂量远远超出建议使用剂量。实际上人们能够通过食用肉类、豆类和谷类食物摄取足够的维生素B,所以许多人没有必要大量服用维生素B6补充剂,也没有必要常年使用。(据新华社)

健康提醒

坐月子要每天吃7个蛋?

专家提醒,鸡蛋吃太多会增加肠胃负担 每天吃两三个足矣

■ 本报记者 符王润

坐月子每天要吃7个鸡蛋,不能吹风、洗头 and 洗澡?这些都不是科学正确的坐月子方式。海口市悦生臻禧月子中心总经理张净非表示,坐月子要讲究科学的理念,采用先进的母婴护理经验才能更好地保障母婴健康。

随着“全面二孩”政策的实施,我国将迎来新一轮婴儿潮。据预计,此次婴儿潮将持续至2022年。据张净非介绍,悦生臻禧月子中心牵手海口喜来登酒店,打造可享受私人海滩的月子中心。该中心配套设施完善,房间宽敞舒适,护理团队专业度高,是海南较大规模的月子中心之一。

传统观念认为,产妇坐月子不能洗澡、洗头、刷牙以及必须卧床等。海南现代妇女儿童医院主治医师李飞表示,以上做法非常不科学。如果是自然生产的产妇,除了不要盆浴以免感染宫腔外,其他的清洁都是可以正常进行的。剖腹产的产妇产后一周内伤口不能沾水,清洁身体时避免伤口碰水即可。

有些地区的传统习俗认为,产妇坐月子期间应一天吃7个鸡蛋。专家表示,鸡蛋虽好,吃多了也会增加肠胃负担,每天吃两三个鸡蛋足矣。月子食谱中的食物品种应尽量丰富多彩,主食、肉食、蛋类和蔬菜水果样样都不可少。

张净非表示,目前,在市场上,“台式坐月子”方式以其相对先进的管理模式和护理技术,获得不少消费者青睐。悦生臻禧月子中心“台式月子餐”分四阶段循序渐进对产妇进行调理。“台式月子餐”口味偏清淡,适合产妇产后来自身体调理。除了饮食调理外,该中心还运用来自台湾的母婴守护系统、母婴均衡促进系统等,为产妇及婴儿提供专业细致的照顾和育儿方案。

李飞表示,产后第一周,产妇不适合食用太油腻的食物。此时,产妇的身体比较虚弱,需要让肠胃功能得到恢复,应该食用清淡的粥类、汤类、蔬菜。同时,这个时候产妇排出的恶露较多,可以适当运用生化汤促进恶露排出。

很多人担心,如果产妇不进补会出现奶水不足的情况。李飞表示,刚出生几天的宝宝对奶水的需求量是非常小的,一般只有一颗小玻璃球那么大的量。一般来说,产后的妈妈都能满足宝宝对奶水的需求。产后第二周,产妇则可以进行适当进补。但是,她强调,这样的进补并非一味地吃鸡蛋或猪蹄,需要合理搭配蔬果,更加全面地摄入营养。