



精子活力不足，会对胎儿发育产生不良影响

男性45岁以上不宜再生育

本报记者 陈晓丽

剖宫产后或致受孕困难

“如果想生第二胎，头胎能顺产的最好选择顺产。如果头胎是剖腹产的话，再想第二次怀孕就不是很容易了。即使怀上了，第二胎一般也无法顺产，还要剖腹产”，济南市中心医院妇产科生殖医学科副主任医师张迎春提醒大家，“现在剖腹产的人越来越多，能占到产妇中的60%。有些人是怕顺产太疼，有的甚至觉得对孩子好。”

此外，还有一部分人确实是由于特殊情况需要，必须剖腹产以确保母婴安全。山东省千佛山医院产科主任医师季相兰表示：“现在的胎儿都养得比较大，以前大部分新生儿只有6斤左右，比较适合亚洲女性的盆骨大小。但是，现在很多胎儿都能长到八九斤，顺产就比较遭罪。”

专家介绍，随着现在医疗技术的不断革新，剖腹产手术10—15分钟就可以完成，但是也留下了一定的隐患。“一些医生技术培训不到位，也随意进行剖腹产手术，容易导致女性盆腔粘连。”张迎春说道。盆腔粘连容易导致输卵管不通，子宫从盆腔下滑，从而引起再次受孕困难。

“剖腹产后的子宫也叫做疤痕子宫，就是子宫上有一道手术留下的疤痕。”季相兰说道。而子宫上的这道疤痕并不是特别牢固，特别是在第二次临盆生产，子宫收缩时，容易把疤痕撑破，“所以说，第一胎选择剖腹产的产妇，第二次生产我们一般建议仍然剖腹产。”

不过，季相兰表示第一胎剖腹产的产妇，也并不完全意味着第二胎仍然要剖腹产：“还是要看第一胎剖腹产的具体原因，比如第一胎是因为胎心不好才剖腹产的，第二胎胎位、骨盆方面都没什么问题就可以顺产。”但是，如果第一胎剖腹产是因为骨盆狭窄、子宫壁太薄等原因，第二胎可能还是不适合顺产。

高龄生产，胎儿母体都受扰

“从现在的情况来看，还是30岁以前的产妇较多，但是

30岁以上的产妇正呈现逐渐增加的趋势。”张迎春表示。据2012年全国妇产科年会公布的数据，目前我国30岁以上的产妇约占孕妇中的15%，比以往增加了五成左右。

“女性25—30岁之间生孩

性生育能力会降低至原来的70%，37—43岁时则会降低至原来的50%，43岁以后则会远远低于50%的水平，不再适合生育。年龄过大的产妇生育时风险较大，可表现为以下几个方面：



自从单独二胎政策开放以来，很多夫妻都打算再生一个宝宝。对于“二胎梦”，医学专家建议，有生第二胎打算的夫妻，头胎最好选择顺产。此外，应注意夫妻双方的生育年龄局限，无论男女，25—30岁是最佳生育年龄。最晚女性不要超过35岁，男性不要超过45岁为宜。

是最好的，但是现在很多人因为读书，硕士或博士毕业年龄就不小了，也是没办法的事儿。不过我们建议至少应该在35岁以前生孩子。”季相兰表示，在最佳生育年龄段的女性由于生理和心理都较为成熟，精力充沛，有助于孕育和抚养婴儿。

据介绍，女性的生育年龄可分为不同的几个层级：35岁以前生育最佳，35—37岁时女

足，可能引发先兆性流产等风险，因此在孕期需要持续保胎。

再次，在生产过程中，随着女性年龄的增加，子宫收缩能力和盆腔的柔韧性都在下降，难产出血的风险大大增加。同时也减小了顺产的机会，需要剖腹产的可能性增大。

最后，妊娠并发症也会大大增加。高龄产妇更容易出现贫血、妊娠期高血压、妊娠期糖尿病、甲状腺功能不足等并发症，导致胎儿营养供应不足，还会让产妇留下长期的病根。“例如妊娠期糖尿病，羊水里含糖量较高，胎儿容易长成巨大儿；生出来以后婴儿也容易低血糖，影响大脑发育。”

男性35岁以后，精子质量开始下滑

“很多人都以为最佳生育年龄是专门针对女性而言的，男性没有这方面的限制。”张迎春表示，“其实男性也一样，45岁是男性生育年龄的一道红线，最好不要超过。”据介绍，特别是现在环境污染严重，男性自身保健意识又比较薄弱，常年吸烟喝酒，甚至彻夜上网，都会影响生育能力。

“男性35岁以后，精子的质量就会开始下滑，从优生优育的角度来看是不利的”，季相兰说道。“男性也应该在35岁以前完成生育。”同时，从心理的角度来讲，30岁左右的男性不仅心智成熟，而且生活经验相对丰富，已经懂得如何照顾孕妇和孩子，对产妇和孩子都相对有利。

“有些胎儿在发育过程中会停止发育，一开始还能检测到胎心，后来就渐渐没了。或者说一些胎儿发育不好，一直比较小。这时一般都是男性精子质量出现了问题。”专家表示，虽然超过45岁，男性仍有生育能力，但是精子质量开始下降，容易对胎儿发育造成影响。

张迎春提醒：“特别是对于打算生第二胎的夫妻来说，因为之前有过生育经历，一旦第二胎受孕困难，男性往往认为是女性的问题，其实这种想法是不对的。”因此，专家建议，打算生第二胎的夫妻最好两人同时到医院做孕前检查，确保身体条件允许。



养生堂

堂主:周霞

周霞，医学博士，山东中医药大学第二附属医院副主任医师，副教授，国家二级心理咨询师。周霞毕业于上海中医药大学，得国医大师颜德馨教授私授，为“海派膏方”传承人。主攻中风、眩晕、头痛等疑难杂病的中西医结合诊疗及康复。主持国家级科研项目5项，省级以上科研项目多项，出版专著5部，发表论文30余篇，获国家发明专利2项。

正本清源话“眩晕”之八 儿童眩晕莫心慌

先从一个可爱的男孩说起吧。

这是一个特别活泼可爱的男孩，年仅7岁，却已经被眩晕折磨了2年多了。开始的时候是几天晕一次，现在是每天晕几次。孩子的爸爸妈妈心急如焚，到处求医。最终找到了我。

见到这个孩子我又爱又心疼。稚嫩的脸上挂着的那丝丝愁容和不由自主紧蹙的眉，像尖刀一样从我的心中划过。因为，我有一个和他一样的儿子。

厚厚一摞就诊资料摆在了我的面前。除了一个前庭功能检查提示有些小问题外，其它检查都是正常的。我给孩子做了一个系统的查体：没有什么异常。针对性地做了一个平衡检查，提示轻度的平衡功能障碍，与内耳前庭有关。

我的心里有了答案。其实，在看到孩子的那一刻，我心里就有了诊断方向。而这一家人，一直被眩晕折磨，痛苦了那么长时间。我的心里叹息着：孩子，你本可以不受这么多苦！只因为大家对眩晕认识是如此肤浅，才让你遭那么长时间的罪。

我的答案是：儿童良性阵发性眩晕(benign paroxysmal vertigo BPV)。

今天，让我们来认识它，因为35%以上的孩子的眩晕，是它引起的。

孩子会诉说眩晕再由家长带来看医生时，多已是学龄儿童，在紧张劳累后容易发作眩晕，考试、感染、烈日下活动、看电视过久、休息或睡眠不足、气候骤变等常成为诱发眩晕的原因。这类眩晕具有外周性眩晕的特点，发作大多较快，不能保持平衡，伴有眼震及恶心、苍白、手足发凉、唾液增多等自主神经系统症状和体征。部分孩子在眩晕前和(或)发作时感一侧或双侧颞部、眼部或顶枕部头痛，症状较重时可致呕吐，呕吐后症状减轻。眩晕持续时间较短，数十分钟至数小时后即可缓解。缓解期内无眩晕不适，但易复发。部分患儿还易发生头痛，且多限于一侧眼眶部，严重时可发作眩晕、恶心、呕吐，亦称“眼部综合征”。此外还可有视性眩晕、注视衣服上密集的小花、地砖上密集的小点或从高楼下视来往的车辆等就感头晕眼花，不易保持身体平衡。

虽然就诊时多已是学龄儿童，其实这类患儿从乳幼儿时期就已显示出其特殊体质，例如两三岁时到儿童公园不敢玩转椅、秋千和荡船之类的游戏，甚至在一旁观看这类器械运动时也会感头晕眼花，到上小学后乘车机会多了则易晕车，在后排、面向车尾部就座或车内闷热、空气污浊时则易晕车不适，也有只在乘小轿车时易晕，而乘大公交车时并不常晕。

该病症是良性的，有自愈倾向，但也有成年后发展成为偏头痛的。尽管眩晕孩子智力并不差，但频繁发作仍会影响到学习成绩，而且这种影响往往是长远的，如症状较重则可能影响患儿一生，因此家长应送孩子到医院请专科医生诊治。