

排卵障碍最大的元凶—— 多囊卵巢综合征(PCOS)

据相关调查数据统计,我国不孕不育患者现阶段已超过4000万,占育龄人口的12.5%。女性不排卵在不孕症中发病率高达25%-30%。世界卫生组织(WHO)根据不排卵的原因将其分为3类,其中约97%的无排卵患者为WHO分类的第II类,而WHOII型无排卵中80%见于多囊卵巢综合征(PCOS)患者。

本报记者 赵清华



简介

石玉华,医学博士、主任医师、教授、博士生导师。

妇幼健康研究会更年期专业委员会副主任委员、中华医学会妇产科分会妇科内分泌学组委员兼秘书、山东省医学会生殖医学委员会、中国医师协会生殖医学专业委员会临床循证研究学组委员兼秘书、山东省预防医学会内分泌与代谢病防治分会委员。《山东大学学报(医学版)》编委。

月经不调需警惕 可能是不孕的信号

月经不调是女性常见的妇科症状,具体表现为月经量过多或过少、月经来潮时间不准等。大多数女性对于月经不调没有正确的认识,认为没有多大的影响。其实这是非常错误的。月经不调背后隐藏着不孕的安全隐患。其实,月经不调本身不会导致不孕,但是月经不调往往是由妇科疾病引起,这些疾病如果不及时治疗,就会导致不孕。所以,发现月经失调后应引起重视,检查身体机能是否出现问题,这类不孕排查对象最常见的是多囊卵巢综合征(PCOS)。

多囊卵巢综合征(PCOS)为何物?相信很多女性对多囊卵巢综合征(PCOS)不太了解,其实,多囊卵巢综合征(PCOS)是妇科常见疾病,临床上也是女性不孕的一个常见原因。“多囊卵巢综合征(PCOS)是以稀发排卵或无排卵、高雄激素或胰岛素抵抗、多囊卵巢等为特征的生殖障碍和内分泌代谢紊乱的症候群。临床常见症状包括月经稀发或闭经、慢性无排卵、不孕、多毛及痤疮等。”山东大学附属生殖医院生殖中心石玉华主任进一步解释说,多囊卵巢综合征(PCOS)就是一种生殖功能异常和内分泌代谢失调的综合征,育龄期女性以不孕为第一特征。

据石玉华主任介绍,造成不孕不育的具体原因众多,其中女性不排卵是主要问题之一,在不孕症中发病率高达25%-30%。世界卫生组织(WHO)根据不排卵的原因将其分为3类,其中约97%的无排卵患者为WHO分类的第II类,而WHOII型无排卵中80%见于多囊卵巢综合征(PCOS)患者。

另外,多囊卵巢综合征(PCOS)的发病人群年龄范围横扫青春期到绝经期各个阶段,对女性一生有着深远影响,出现该病症应该引起足够的重视全面诊断,及时治疗。

山东大学PCOS临床研究 取得重大国际性突破

“根据就诊的病例分析,多囊卵巢综合征(PCOS)的病因复杂,在医学界该病症的病因还尚不清楚。”石玉华主任解释,一般认为多囊卵巢综合征(PCOS)与下丘脑-垂体-卵巢轴功能失常、肾上腺功能紊乱、胰岛素抵抗、遗传、代谢等因素有关。对于这样一种影响深远但病因不明确的疾病,它的治疗难度就会相应增加。为此,山东大学附属生殖医院生殖中心专门成立课题研究组,加大了该课题的研究,自2001年开始建立多囊卵巢综合征(PCOS)病例数据库,截至目前有2万多病例,是全国乃至全世界最大的多囊卵巢综合征(PCOS)病例数据信息库,为多囊卵巢综合征(PCOS)科学诊断和治疗研究提供了强大的数据支持。据石玉华主任介绍录入数据库的病例,都要进行跟踪随访调查。

多囊卵巢综合征(PCOS)的治疗方法原则上要个体化处理。有生育要求者要促排卵治疗。促排卵首选口服药物,用药过程要进行超声监测,尽量减少卵巢过度刺激综合征或多胎妊娠的发生。

据石玉华主任介绍,据近年来,山东大学生殖医学中心在国家重点研发计划、“973”项目、国家自然科学基金重点项目、国家自然科学基金面上项目等支持下,依托生殖内分泌教育部重点实验室和国家辅助生殖与优生工程技术研究中心,在多囊卵巢综合征(PCOS)基础和临床研究上取得了非凡的成就。其中,2016年山东大学附属生殖医院陈子江教授牵头完成的多中心临床研究“多囊卵巢综合征(PCOS)不孕症鲜胚与冻胚移植”在《新英格兰医学杂志》发表,在国际上首次证明:与新鲜周期胚胎移植相比,胚胎冻存后移植可以明显提高新生儿活产率。该研究成果标志着多囊卵巢综合征(PCOS)临床治疗研究在国际上取得重大突破。另外,陈子江教授团队在临床科研中做出了系统性、原创性的贡献,她牵

头制定了中国《多囊卵巢综合征(PCOS)诊断》标准(WS 330-2011),为我国在多囊卵巢综合征(PCOS)诊断和治疗上提供了标准和指南,避免了医疗行业对多囊卵巢综合征的过度诊断和治疗。石玉华主任建议,对于多囊卵巢综合征患者要给予终身关注及心理辅导,毕竟多囊卵巢综合征是影响女性一生和全身的疾病。

PCOS虽有遗传倾向 生活中做好预防也是关键

一些病人,他们的父母有血压偏高的,还有一些是有糖尿病史的,这样,对子女来讲就有患多囊卵巢综合征(PCOS)的倾向。从遗传来讲,也不见得是人人遗传。至于后天的因素,现在看来还是比较多,环境因素也是多囊卵巢综合征发生的一部分原因。

对于多囊卵巢综合征(PCOS),石玉华主任提到女性可以通过调整不良的生活习惯进行预防,以下是她提出的几点建议:

1.控制体重:体重指数下降会改善生育结局,这说明体重减轻可以影响生殖内分泌。对肥胖患者一定要强调减肥,我们已经发现体重减轻可降低胰岛素和游离睾酮,同时使SHBG升高。高胰岛素血症(空腹和餐后)影响排卵,已有研究发现纠正胰岛素抵抗状态有助于排卵恢复。促排卵结局与BMI相关,表明体重可以影响妊娠结局。控制体重对生育和严重的代谢紊乱均有好处。

2.控制饮食、加强锻炼:多囊卵巢综合征的基础治疗就是除了调整饮食结构外,还要多锻炼身体,保持良好的心态,有积极乐观的心情。

3.良好的生活习惯:有些女性朋友由于工作繁忙,忽视了一些生活习惯,尤其是夫妻之间的性生活,暂无生育要求者要采取避孕措施尽量避免流产,也不要长期使用避孕药物。

4.保持稳定的情绪:还要注意自我调整,保持一种乐观的情绪,心情应该保持舒畅,避免暴躁、抑郁、过度紧张和长期的焦虑。

本报记者 陈晓丽

七八成先天性耳聋来自遗传

统计资料显示,我国目前有8500多万残疾人,其中听力障碍约占33%。根据济南市残联的统计数据,济南目前持证残疾人中,听力残疾者有9192人。

山东大学第二医院耳鼻喉科主任张辉表示,致聋的原因有很多,可大致分为先天性因素和后天性因素,其中先天性因素包括父母携带了可导致耳聋的基因,并将这种基因遗传给了孩子,具有遗传性。同时,还有些先天性耳聋没有遗传性,例如母亲在怀孕期间,不恰当地用药、生病、外伤、强烈的精神刺激等,或者胎儿发育不良,都会导致孩子出生后先天性耳聋。

“导致先天性耳聋的原因中,遗传因素可以占到70%-80%,截至目前,医学界已经发现了300多个导致耳聋的基因。”山东省千佛山医院耳鼻喉科主任王启荣进一步表示,“携带这些基因的孩子不一定出生时就有听力问题,很多后天耳聋的人,其实也是因为携带了这些基因,如果受到某种外界环境的刺激,就会突然听不见”,王启荣说道。

先天性耳聋是所有先天性疾病中发病率最高的疾病,在新生儿中发病率约为千分之二,山东省每年新增的听力障碍新生儿在1500-2000名之间。“由于患

听不见究竟是谁惹的祸

今年的9月24日是第60个国际聋人日,在我国残疾人群中,听力障碍可占到三成以上。对于不同发病原因和听力受损程度,听力障碍人群可通过手术、助听器和人工耳蜗改善听力,不过还有些内耳结构及听神经异常人群,至今尚无有效获得听力的辅助手段。在日常生活中,我们习以为常的“戴着耳机听音乐”、“掏耳朵”都可能损伤我们的听力,并且有些损伤,听力一旦受损便不可逆转。

儿从小就没有接受到声音的刺激,因此语言功能无法发育,往往因聋致哑,给家庭带来了较大的负担。”王启荣说道。

而在后天性因素中,外伤、中耳炎等炎症、药物中毒、噪音等都可能造成不同程度的听力受损。不过,张辉表示,如今药物导致耳聋的情况已经比较少见,因为这些药物在临床应用已经越来越少。

成年人也可植入人工耳蜗

根据不同原因和不同程度的听力障碍,医学上也有相应的处理办法,张辉表示,目前临床有鼓膜修补手术、听骨链重建手术、耳郭和外耳道重建手术等,都可以有效帮助听力障碍者恢复听力。对于通过药物治疗仍然无法解决的听力障碍者,根据听力损失程度可以选择佩戴助听器或者人工耳蜗植入。

然而,人工耳蜗费用高昂,国产人工耳蜗价格一般在10万元左右,再加上后期康复的费用,甚至高达30万元,让不少家庭望之却步。为了让更多孩子能够回到有声世界,近年来山东省残联推出了“七彩梦行动计划”,进口人工耳蜗,手术费及后期康复全部免费,有14岁以下聋儿的家庭可到定点医院咨询和申请手术。

“对于儿童来说,1-6岁是最佳手术时间,越早手术越好,因为此年龄段内手术后语言功能恢复效果更好。7-14岁之间,则要求至少有3岁儿童及以上的语言能力,否则由于大脑语言功能区萎缩,难以再次发育,即使手术后,只能获得听力,语言功能已经难以恢复。”王启荣解释道。

我国目前成人植入人工耳蜗的相对儿童较少,但是在发达国家,成年聋人群植入人工耳蜗的并不少见。未来随着经济水

平的发展和医疗保障进一步提高,人工耳蜗有望覆盖更多耳聋人群。

助听器别随便代购

助听器可以分为耳道式、耳内氏、耳背式等多种类型,价格也从几千到几万元不等。张辉解释说,不同价格的助听器主要区别在于其内部处理系统的技术含量,价格便宜的助听器多属于模拟信号,降低噪音的功能相对差一些。

由于一些进口助听器在国外价格明显比国内优惠,不少人也通过朋友和家人帮忙在国外带回助听器。对此,张辉并不支持,“助听器需要根据每个人的听力下降特点、耳道大小、形态等条件,进行调试和验配,甚至定制,使其符合病人的听力损失特点、耳道形态特点。如果单纯代购回助听器,没有专业人员验配调试,与患者需求不匹配,后期就会闲置浪费。”

随着老龄化社会的到来,老年性耳聋的发病率也越来越高,但很多人对此认识并不足。很多老年人通常觉得随着年龄的增长,听力下降是正常现象。张辉表示,听力随年龄下降是正常,但听力下降若不及时就诊,将会

导致听力无法恢复,尤其是老年人出现听力退化后,如果不及干预,将会影响语言交流能力和思维能力,甚至带来一系列心理问题。

因此,张辉提醒大家,不管是儿童还是老人,经过专业医学检查,如果听力受损到一定程度,不能通过药物及手术治疗,一定要尽早进行听力学专业评价,在专业人士指导下选佩助听器,以改善生活质量。

减少耳机使用时间

在日常生活中,一些不良生活习惯也会对听力产生不良影响。张辉表示,特别是很多人喜欢戴着耳机听音乐或工作学习资料,长期如此将损伤听力,建议尽量减少戴耳机的时间,如果是工作学习的需要,至少每戴一个小时耳机应该休息一次。

“采耳”是如今非常流行的生活方式,在理发店等很多店面都会提供这类服务。张辉说,“正常来说,耳垢会随着我们面部动作而自行排出耳外,有些人油脂性耳垢分泌旺盛,如果耳垢无法自行排出,最好让专业医生处理。”张辉说道,平时洗澡时可以用棉签轻轻蘸一下外耳道,但是不推荐用挖耳勺或其他工具掏耳朵。

如果自身已经有些听力损伤,在因为其他疾病治疗时,最好及时和医生沟通听力受损情况,以尽量避免使用有听力损伤风险的药物。