



張慧醫生婦產科專科醫生

醫生話你知—— 「造人」不易

2012-02-15



頭條日報 踏入龍年，很多夫婦都想為家庭加添「龍仔」、「龍女」，但在香港，女性不育有增加趨勢，主因是遲婚及延後懷孕到三十至四十歲，此時女性卵子數目銳減，生育能力較低。其次，女性在社會、職場上的工作壓力愈加沉重，導致荷爾蒙不平衡也是女不育的成因之一。女性不規則排卵、子宮內膜異位症等都是主要成因之一。

在男性方面，佔不育症成因約三至四成，主要是與精蟲有關，精蟲的數目不夠、活動力不好等。

在面對不育而所引起的壓力、挫折時，夫妻需要共同討論與支持。此外，我們建議夫婦應以放鬆愉快的心情行房，平時多重視健康的生活起居，健康飲食，適量運動，接觸陽光大自然。

