

The Unofficial Guide to Getting Pregnant

# 不孕不育 有办法

美国辅助生殖技术学会、美国不孕不育协会共同推荐

全美销量超过400万册

[美] 琼·列波曼-史密斯(Joan Liebmman-Smith)等著 袁艳红译



WILEY

黑龙江科学技术出版社

The Traditional Chinese Medicine Program

# 不孕不育 有办法

中国医药出版社出版 中国中医药出版社发行

中国医药出版社 中国中医药出版社



# 不孕不育 ★ 有办法 ★



[美] 琼·列波曼—史密斯等 著  
袁艳红 译



黑龙江科学技术出版社  
中国·哈尔滨

黑版贸审字 08-2008-054

图书在版编目 (CIP) 数据

不孕不育有办法 / [美] 琼·列波曼-史密斯等著; 袁艳红译. - 哈尔滨:  
黑龙江科学技术出版社, 2008.9

ISBN 978-7-5388-5820-4

I. 不… II. ①琼…②袁… III. ①不孕症-治疗②男性不育-治疗  
IV. R711.65

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 083677 号

THE UNOFFICIAL GUIDE TO GETTING PREGNANT

by Joan Liebmman-Smith, Ph.D., Jacqueline Nardi Egan, and John J. Stangel, M.D.

Copyright © 2006 by Wiley Publishing, Inc.

Simplified Chinese Translation Right © 2006 Beijing Zhongzhibowen

Book Publishing Co., Ltd.

This edition arranged with Wiley Publishing, Inc.

All Rights Reserved. This translation published under license.

# 不孕不育有办法

BUYUN BUYU YOU BANFA

作 者 [美] 琼·列波曼-史密斯等

译 者 袁艳红

责任编辑 张丽生 刘红杰

封面设计 李卫锋

文字编辑 朱 菲 孟丽娜

美术编辑 吴秀侠

出 版 黑龙江科学技术出版社 

地址: 哈尔滨市南岗区湘江路 77 号 邮编: 150090

电话: 0451-53642106 传真: 0451-53642143(发行部)

发 行 全国新华书店

印 刷 北京中印联印务有限公司

开 本 720 × 980 1/16

印 张 16.25

版 次 2009 年 9 月第 1 版 · 2009 年 9 月第 1 次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-5820-4/R · 1572

定 价 29.80 元

# 前言

## P R E F A C E

很多人都想当然地认为怀孕是非常简单的事情,甚至认为他们第一次不加保护进行性生活时就能怀上孩子。但是事实并不是这样的,即使是一对年轻健康的夫妇,也平均要花半年到一年的时间才能受孕成功。而且年龄是一个重要的生育因素。一般来说,年龄越大,成功怀孕所花的时间可能就越长。

更为不幸的是,世界上还有很多夫妇由于各种原因,根本没有办法正常地怀上孩子。其中有来自女方的原因,如不排卵、子宫内膜异位等;也有来自男方的因素,如无精子症、精索静脉曲张等。另外还有一部分夫妇患有不明原因性不育症。据统计,全球不育夫妇高达8000万对,且以每年200万对的速度递增,可以说,不孕不育已经成为了一个世界性问题。

值得庆幸的是,我们在不育不孕症面前并不是束手无策的。现在医学界对于不育不孕的发病机制有了更加深入的了解,检查手段也有了很大的提高,大多数不育夫妇的病症都能够得到准确的诊断。在此基础上对症治疗,如服用助孕药或进行手术治疗,其成功率就会大大提高。另外,一些补充和替代疗法,如草药、针灸等,也越来越显现出特殊功效,它们已经帮助成千上万的不育夫妇实现了当父母的梦想。

而且,随着世界上第一例试管婴儿路易斯·布朗的出生,不育夫妇的面前又展现出了另一道曙光。从那时候开始,人类辅助生殖技术就获得了飞速的发展。据专家统计,在世界范围内已有超过100万的婴儿是通过体外授精技术和其他的辅助生殖技术诞生的。现在你一打开电视,就能看到有关不孕不育、辅助生殖技术、多胞胎、干细胞研究和克隆的各种故事。如在2005年,一位66岁高龄的罗马尼亚妇女就利用捐献的卵子和精子生了一个小孩;2006年,一位20多岁就过早绝经的女性在移植了她同卵双胞胎妹妹的卵巢之后成功怀孕了。除了辅助生殖技术,有一些夫妇还采用了第三方生殖的方式,如卵子捐献、精子捐献、代孕等。

本书的目的就是帮助不育夫妇了解不孕不育的原因和相关检查,并找到适合自己的治疗方法。不孕不育的原因有很多,大体上可分为激素紊乱、先天异常和身体结构的异常三大类。不育夫妇只有运用各种科学的检查方法弄清楚自己的病因,才能进一步对症治疗。本书详细介绍了各种不育症的检查,包括基本检查、更具针对性的检查、女性的特殊检查、男性的特殊检查、遗传检测等。对于每一种检查,作者都详尽介绍了它的检查内容和方法,并科学分析它的利与弊。

如今,摆在不育夫妇面前的治疗选择有很多,助孕药、手术、辅助生殖技术、第三方生殖,以及草药、针灸等补充和替代疗法都可能帮助他们实现想要一个孩子的愿望。本书对于这五大治疗方案都进行了细致的分析。书中不仅分析了助孕药的种类、适应证、用药方法和可能产生的问题,还分别介绍了女性的手术治疗和男性的手术治疗,并总结了手术的革新和弊端。近几年,辅助生殖技术和第三方生殖也越来越受到人们的关注,对于它们的现在与未来,选择时需要考虑的因素,以及引发的社会和情感问题,本书都进行了深入探讨。此外,作者还介绍了一些颇有成效的补充和替代疗法,以给不育夫妇提供参考。

为了拥有一个自己的孩子,很多不育夫妇踏上了漫漫求医路。但由于缺乏科学的知识,他们往往陷入盲目求医的误区,在花费了大量时间和金钱后,却一无所获。本书将帮助不育夫妇获得最科学的不孕不育方面的知识,指导他们选择最科学、最有效的治疗方法,早日实现自己当爸爸妈妈的梦想。

# 目 录

## CONTENTS

### 第一部分 孕前准备

|                      |    |
|----------------------|----|
| 第一章 健康是成功怀孕的基础 ..... | 2  |
| 孕前检查 .....           | 2  |
| 选择健康的生活方式 .....      | 10 |
| 年龄和生育 .....          | 18 |
| 年龄与异常妊娠 .....        | 20 |
| 保存生育能力 .....         | 20 |
| 癌症治疗后怀孕 .....        | 22 |
| 怀孕之路 .....           | 23 |
| 本章小结 .....           | 23 |
| 第二章 受孕及其误区 .....     | 24 |
| 了解生殖系统 .....         | 24 |
| 通向怀孕之旅 .....         | 34 |
| 当一切顺利的时候 .....       | 37 |
| 误区 .....             | 38 |
| 本章小结 .....           | 40 |

### 第二部分 计划怀孕

|                    |    |
|--------------------|----|
| 第三章 试一次，再试一次 ..... | 42 |
| 现实一点的期望 .....      | 42 |

|                       |        |
|-----------------------|--------|
| 排卵：女性怀孕的关键 .....      | 44     |
| 精子：男性生育能力的关键 .....    | 48     |
| 当一切似乎都出了毛病时 .....     | 49     |
| 本章小结 .....            | 50     |
| <br>第四章 导致不育的原因 ..... | <br>52 |
| 一些术语 .....            | 52     |
| 到底是谁的问题 .....         | 53     |
| 问题究竟出在哪里 .....        | 53     |
| 女性身体结构的异常 .....       | 57     |
| 男性身体结构的异常 .....       | 60     |
| 不明原因性不育症 .....        | 62     |
| 本章小结 .....            | 64     |

## 第三部分 医生和诊断

|                         |        |
|-------------------------|--------|
| 第五章 选择合适的医生 .....       | 66     |
| 拖延时间去咨询 .....           | 66     |
| 正确选择医生 .....            | 67     |
| 充分利用咨询时间 .....          | 70     |
| 掌控治疗 .....              | 71     |
| 医患关系 .....              | 71     |
| 更换医生 .....              | 72     |
| 本章小结 .....              | 73     |
| <br>第六章 找到问题的根源所在 ..... | <br>74 |
| 不育症基本检查 .....           | 74     |
| 更具针对性的检查 .....          | 77     |
| 女性的特殊检查 .....           | 82     |
| 男性的特殊检查 .....           | 85     |

|               |    |
|---------------|----|
| 遗传检测 .....    | 86 |
| 诊断决策 .....    | 87 |
| 做好治疗的准备 ..... | 88 |
| 本章小结 .....    | 88 |

## 第四部分 传统疗法

|                        |     |
|------------------------|-----|
| 第七章 药物治疗及其他非手术疗法 ..... | 90  |
| 助孕药的适应证 .....          | 90  |
| 最基本的问题 .....           | 91  |
| 排卵障碍和助孕药 .....         | 92  |
| 助孕药用药指南 .....          | 96  |
| 男性助孕药 .....            | 104 |
| 人工授精 .....             | 105 |
| 本章小结 .....             | 107 |
| 第八章 手术治疗 .....         | 108 |
| 手术革新 .....             | 108 |
| 女性的手术治疗 .....          | 110 |
| 男性的手术治疗 .....          | 114 |
| 是否做手术 .....            | 118 |
| 本章小结 .....             | 120 |

## 第五部分 辅助生殖技术

|                        |     |
|------------------------|-----|
| 第九章 辅助生殖技术的规范与展望 ..... | 121 |
| 辅助生殖技术的适用人群 .....      | 122 |
| 涉及的方面 .....            | 124 |
| 辅助生殖技术全景扫描 .....       | 126 |
| 前景光明的新技术 .....         | 132 |

|                               |            |
|-------------------------------|------------|
| 冷冻保存技术的现在和未来 .....            | 133        |
| 胚胎干细胞研究 .....                 | 135        |
| 克隆 .....                      | 137        |
| 本章小结 .....                    | 139        |
| <b>第十章 辅助生殖技术要考虑的因素 .....</b> | <b>140</b> |
| 医疗方面的考虑 .....                 | 141        |
| 心理方面的考虑 .....                 | 144        |
| 其他方面的考虑 .....                 | 144        |
| 解读辅助生殖技术成功率 .....             | 145        |
| 影响成功的因素 .....                 | 148        |
| 其他的重要决定 .....                 | 151        |
| 本章小结 .....                    | 152        |

## 第六部分 其他的解决办法

|                             |            |
|-----------------------------|------------|
| <b>第十一章 是否选择第三方生殖 .....</b> | <b>154</b> |
| 第三方生殖方案 .....               | 154        |
| 第三方生殖的考虑因素 .....            | 156        |
| 告诉还是不告诉 .....               | 165        |
| 收养 .....                    | 165        |
| 本章小结 .....                  | 169        |
| <b>第十二章 进行第三方生殖 .....</b>   | <b>170</b> |
| 精子捐献 .....                  | 170        |
| 卵子捐献 .....                  | 172        |
| 胚胎捐献(或者精子/卵子捐献) .....       | 174        |
| 传统代孕者 .....                 | 176        |
| 代孕者 .....                   | 177        |

|                            |     |
|----------------------------|-----|
| 各种选择方案的总结 .....            | 182 |
| 寻找一个医疗机构或者代理机构 .....       | 182 |
| 需要询问的重要问题 .....            | 185 |
| 本章小结 .....                 | 186 |
| <br>第十三章 补充和替代疗法 .....     | 188 |
| 补充和替代疗法 .....              | 188 |
| 补充和替代疗法与不育症 .....          | 189 |
| 是否应该寻求替代疗法 .....           | 194 |
| 本章小结 .....                 | 194 |
| <br><b>第七部分 社会、情感方面的问题</b> |     |
| <br>第十四章 如何面对不育问题 .....    | 196 |
| 医生介入夫妻生活的私密领域 .....        | 196 |
| 有计划的性生活 .....              | 198 |
| 有关性方面的争吵：究竟是谁的错 .....      | 200 |
| 应该如何处理不育问题 .....           | 202 |
| 讨论，讨论再讨论 .....             | 204 |
| 生育权 .....                  | 207 |
| 长期影响 .....                 | 208 |
| 本章小结 .....                 | 209 |
| <br>第十五章 不育者的生活和工作 .....   | 210 |
| 走出阴影 .....                 | 210 |
| 不育夫妻的生活和工作 .....           | 214 |
| 不育症对工作的干扰 .....            | 218 |
| 解决你的问题 .....               | 221 |
| 本章小结 .....                 | 223 |

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| 第十六章 解决不育问题 .....     | 224 |
| 多方面的损失 .....          | 224 |
| 重获控制感 .....           | 226 |
| 为你的损失而哀悼吧 .....       | 227 |
| 生存策略 .....            | 228 |
| 压力太大时 .....           | 235 |
| 无奈没有孩子，还是决定不要孩子 ..... | 236 |
| 本章小结 .....            | 240 |
| 术语表 .....             | 241 |

# 第一部分

PREPARING FOR PREGNANCY

# 孕前准备



# 第一章

## 健康是成功怀孕的基础

### 内容提要

孕前检查的重要性 · 采取合理的措施 ·  
大龄夫妻的受孕考虑 · 保存生育能力 ·  
癌症治疗后怀孕

如果打算要孩子，夫妻双方很有可能需要花大量的时间来讨论是否真的要怀孕生子，何时怀孕最合适。许多夫妻认为，何时怀孕是最难做的决定，就某种意义上来说也的确如此。但是决定怀孕仅仅是问题的开始，还应当采取许多重要的措施来提高受孕率，并能够健康地怀孕，从而拥有一个健康的孩子。

### 孕前检查

产前检查很重要，而孕前检查同样重要。夫妻双方在生育前都要保证身体健康，所以在准备怀孕前双方都去做一下体检非常重要，以便排除那些可能干扰怀孕和影响孩子健康的疾病。进行常规检查可以发现有些疾病会降低生育能力，例如糖尿病、甲状腺疾病或者性传播疾病。虽然只有女方能够怀孕、分娩，但夫妻双方都会把基因遗传给孩子。而且由于疾病会



### 注意!

女性应该在孕前3个月停药避孕药,因为要使女性的生殖激素恢复到正常水平至少需要3个月。如果需要接种疫苗,则要至少推迟3个月再怀孕。

影响精子的发育和精子与卵子的结合,进而影响产生健康胚胎的能力,所以男性同样必须保证自己也是健康的。

孕前检查还能检查出包括因生活方式引起的一些疾病,这些疾病在产前、分娩,甚至产后很长一段时间都会影响身体健康。

做孕前检查时,夫妻双方要同去。了解与受精、怀孕、分娩相关的事项对夫妻双方都很重要。至少要在决定怀孕前3个月去做孕前检查。

## ● 生殖健康

很明显生殖健康是最重要的。对于女性来说,孕前应该让医生了解自己的很多方面的信息,包括月经紊乱、过去和现在所使用的避孕措施、妊娠史、流产史。此外,还要了解是否有性病史。

## ● 性传播疾病 (STD)

孕前做性传播疾病检查是非常重要的。如今性传播疾病有不断增加的趋势,且对生育能力、妊娠、分娩都有着严重的影响。性传播疾病可导致女性患盆腔炎 (PID),而这是导致不孕的重要原因。

最常见的,也是最有可能造成盆腔炎的性传播疾病是衣原体感染和淋病(稍后我们将对此作更为详细的讨论)。如果能够及时发现和治疗这些疾病,就可以利用抗生素使机体轻而易举地恢复健康。如果不把病菌清除掉,它们就会沿着阴道和宫颈蔓延到内生殖器。但是有近1/3盆腔炎患者体内检查不出这些病菌,尽管她们表现出了感染初期的临床症状。因为性传播疾病在早期常常无明显症状,所以能在夫妻之间多次传播,从而造成很大的危害。人们经常要到准备怀孕或异位妊娠后才发现这些疾病的危害。虽然有过性病史或是有多个性伴侣会增加患性病的概率,但是实际上任何个性生活频繁的

人，无论是男性还是女性，都有可能感染上性传播疾病。所以在孕前做性传播疾病检查是很重要的。

### 衣原体感染

衣原体感染是美国最流行的性传播疾病之一，每年都有近300万新的病例出现。感染了衣原体的患者很少表现出症状，所以人们称它为“隐性感染”。如果不治疗，衣原体会引起盆腔炎，从而危害生殖系统。衣原体不仅会影响受孕与妊娠，而且会对新生儿造成很严重的危害。如果母亲处于衣原体感染活跃期间，孩子在出生通过产道的时候也会感染衣原体。如果孩子感染了衣原体，就可能导致严重的眼部感染和肺炎。尽管有一些衣原体感染导致男性不育的严重病例，但是衣原体对男性的损害远没有对女性那么严重。使用抗生素能够轻松地治好衣原体感染。

### 淋病

在美国每年大概有70万人患上淋病。淋病可损害女性的输卵管，堵塞男性的附睾（附着在睾丸上的一根长管，精子释放前在里面成熟）并使其形成瘢痕。患有淋病的人不会表现出症状，但是在排尿、阴道或阴茎排泄时，经常会感觉到灼痛。如果不加治疗就会造成男性不育和女性患上盆腔炎，从而增加女性不育、异常妊娠和流产的概率。女性患淋病时生下的孩子有可能双目失明，还会导致严重的关节感染，或者患有会危及生命的血液感染疾病。

### 艾滋病（AIDS）

如果不进行艾滋病毒检查，那么性传播疾病检查将是不完整的。因此，所有寻求孕前护理的女性都应进行艾滋病抗体检查。确保夫妻双方无艾滋病疾患极其重要。这不仅仅是为了自己，也是为了将来的孩子。幸运的是，现



### 省钱方案

孕前牙科检查将会节省很多在孕后再看牙科所要花的钱，还会避免牙病带来的痛苦。因为怀孕会导致或加重牙科疾病，所以在孕前去 看牙医可以保护孕妇的牙齿和牙龈。



## 注意!

在你尝试怀孕时不要冲洗阴道, 否则就会杀死精子, 并且增加患上盆腔炎的风险。

在研制出了能够成功控制病毒的抗病毒药物, 80% 的艾滋病患者不再像以前那样像是被判了死刑, 但是如果在妊娠期或分娩时不给予正确的治疗和特殊的预防措施, 胎儿就会从母亲那里感染上艾滋病毒。

## 人类乳头状瘤病毒 (HPV)

人类乳头状瘤病毒是最普遍的性传播疾病, 每年都有超过 600 万的新感染者出现。虽然有些患者会出现生殖器疣, 但是大多数患者没有什么症状。虽然人类乳头状瘤病毒与不孕没有直接联系, 但是如果生殖器疣足够大就会影响怀孕与分娩。在分娩时这种病毒就会传给孩子, 虽然发生率很低, 但是孩子一旦感染就会患一种被称为喉部多发性乳头瘤病的疾病 (喉部长瘰子的严重疾病)。

人们对于人类乳头状瘤病毒的最大担忧就是它可能会导致宫颈癌。值得庆幸的是, 只有千分之一感染人类乳头状瘤病毒的女性患者会发展成为扩散性宫颈癌。对于女性来说, 人类乳头状瘤病毒一般可以用瘤状物涂片检查出来, 但是对于男性来说还没有可用的检查方法。当女性有不正常的宫颈细胞存在时, 应该去接受治疗, 除去癌前细胞。不幸的是, 治疗本身偶尔会削弱女性的生殖功能或者阻碍女性足月怀胎。但是如果不治疗, 女性可能会患上宫颈癌, 并且需要施行子宫切除术。

人类乳头状瘤病毒也会引发其他类型的癌症, 比如阴道癌和阴茎癌。癌症治疗会造成不孕或者不育, 这也是我们这章后面所要谈论的话题。虽然现在还没有治愈人类乳头状瘤病毒的确切方法, 但是在将来它一定能够被治愈。

## 生殖器疱疹

单纯疱疹病毒 (HSV) 是导致生殖器疱疹的罪魁祸首。单纯疱疹病毒 I 型 (HSV-1) 是疱疹病毒的一种形式, 会造成患者生殖器周围黏膜上出水泡, 或者在嘴唇周围生成唇疱疹; 另外一种形式是单纯疱疹病毒 II 型 (HSV-2),