

# 不育



懷孕是一個複雜的過程；在月經的周期中，未能懷孕的機會往往高於懷孕的機會。

即使生育能力正常、經常進行性行為達每星期兩至三次，且沒有避孕的夫婦，妻子在一次月經周期內懷孕的機會率，亦不超過百分之二十五。

## 何謂不育？

當一對夫婦定期有性行為而又沒有避孕，一年後妻子仍未能懷孕，便是「不育」。

不育的情況很常見，每 6 對夫婦便有 1 對受到影響。

## 不育的原因

引致不育的原因有很多，有來自女方和男方的。女性和男性不育各佔不育個案的三成；其餘四成的個案，則屬雙方共同的問題或未能找出原因（原因不明的不育），因此夫婦雙方均應參與評估。

### 女性不育

- ✦ 年齡：自然受孕率隨女性年齡增長而減低，特別是年過 35 歲的婦女
- ✦ 婦科問題包括：
  - 排卵異常，例如患有多囊卵巢症、提早更年期、甲狀腺問題等
  - 子宮內膜異位、盆腔（亦稱為「盤腔」）發炎、盆腔手術而引致盆腔內黏連或輸卵管閉塞，或先天性子宮結構異常

### 男性不育

- ✦ 任何可能影響精子製造或輸送的不良因素，如吸煙、飲酒、曾患睪丸不降、陰囊的精索靜脈曲張、生殖道因發炎或手術而受損

### 原因不明的不育

- ✦ 若詳盡的病歷及身體檢查，加上全面的檢驗，均未能找出引致不育的原因，便稱為「原因不明的不育」
- ✦ 對於「原因不明的不育」，不育的年期及女方的年齡是決定她懷孕機會的主要因素。若超過 3 年仍未能受孕，又或女方年紀愈大，自然受孕的機會便會愈低

## 一般建議

- ✦ 夫婦平常可保持一星期兩至三次性行為，但在女方排卵期間可增加性行為的次數，例如隔天一次，來提高受孕的機會
- ✦ 夫婦均應避免吸煙、飲酒和濫用藥物
- ✦ 身體明顯過重的婦女較難懷孕，亦會增加小產的風險；另一方面，體重明顯過輕的婦女，月經可能不準時，又或沒有排卵。因此，婦女應保持體重適中
- ✦ 均衡飲食、恆常運動、處理壓力，對促進生育功能有很大幫助
- ✦ 準備懷孕的婦女若不清楚是否有德國麻疹抗體，應諮詢家庭醫生是否需要接種德國麻疹疫苗

### 較頻密的性行為有助增加懷孕機會嗎？

- ✦ 性行為過密，例如每晚進行性行為，只會令精液中精蟲的數目減低。反之，若性行為太疏，例如一個月一次，精液中精蟲的活躍程度則會大大降低。兩種情況都會減低懷孕的機會

### 有以下情況的夫婦應考慮及早接受診治：

- ✦ 女性方面
  - 超過 35 歲
  - 曾流產 3 次或以上
  - 月經周期長且不穩定
  - 月經周期為 3 星期或以下
  - 行經期間腹痛或進行性行為時感痛楚
  - 曾患子宮內膜異位
  - 曾患盆腔感染
  - 曾接受盆腔或卵巢手術
- ✦ 男性方面
  - 童年時曾患流行性腮腺炎
  - 有勃起或射精困難
  - 曾患前列腺感染
  - 曾患睪丸不降
  - 曾患精索靜脈曲張

不育並不等於沒有生育能力，有些不育的原因比較容易診治。因此，夫婦們應該及早尋求專業人士的意見。



## 從何取得協助？

醫院管理局、家計會或私家婦科醫生可為不育夫婦進行基本的評估和治療。不過，若未能找出導致不育的原因，或在接受治療後一段時間仍未能夠成功懷孕，則可轉介至專門治理不育個案的專科醫生，以及公營或私家醫院轄下的輔助生育組。

治療成功率隨婦女年齡增長而下降。若婦女年過 45 歲，即使使用輔助生育科技，成功率亦有可能接近零。因此，不育夫婦應盡早尋求專業人士意見。



## 其他選擇

若各種治療方法都未能成功，或該對不育夫婦根本不適宜接受治療，他們可考慮放棄生育或領養孩子。怎樣選擇是個別夫婦的個人決定，不育夫婦需準備接受不同選擇可能帶來的不同後果。

### 放棄生育

夫婦二人可以發掘個人興趣，和配偶培養共同興趣，並同時擴闊社交生活圈子，以鞏固與家人和朋友的關係。

### 領養孩子

若夫婦二人均身心健康，願意對領養孩子作出終身承擔、肩負養兒育女的責任，便可考慮申請領養孩子。詳情可向社會福利署領養課查詢 (<http://www.swd.gov.hk/>)。



家庭健康服務

網頁：[www.fhs.gov.hk](http://www.fhs.gov.hk)

24小時資訊熱線：2112 9900