



患者指南

来自 ReproductiveFacts.org



美国生殖医学会的患者教育网站

吸烟和不孕不育

吸烟会影响我的生育能力吗？

大多数人都了解吸烟会增加心脏、血管和肺部疾病的风险。但许多人并没有意识到吸烟也会导致男女生育困难。吸烟者患有勃起功能障碍和妊娠并发症的几率也更高。

吸烟会影响我的卵子或精子吗？

香烟烟雾中的化学物质（如尼古丁、氰化物和一氧化碳）加速卵子的衰亡率。不幸的是，一旦卵子衰亡，它们就无法再生或被替换。这就意味着吸烟的女性比不吸烟的女性提前一至四年发生绝经（更年期）。

吸烟的男性的精子质量可能会降低，这包括精子数量和活跃度降低，以及畸形精子数量增加。吸烟也可能会降低精子使卵子正常受精的能力。

吸烟如何影响我怀孕的能力？

吸烟的女性没有比不吸烟女性怀孕那么容易。男性和女性吸烟者的不孕不育率大约是不吸烟者的两倍。生育问题的风险随着每日所吸香烟数量的增加而升高。

即使体外受精（IVF）这样的治疗都不能够完全克服吸烟对生育的不良影响。在IVF过程中，女性吸烟者需要使用更多的促排卵药，此后取出的卵子数量仍然较少。与不吸烟的IVF患者相比，吸烟女性使用IVF的怀孕率低30%。

因为吸烟会破坏卵子和精子的遗传物质，流产和后代患有先天缺陷的比率会比不吸烟者高。无烟烟草也会导致流产率的增加。吸烟的女性比不吸烟的女性更可能发生染色体不正常的妊娠（例如唐氏综合症的妊娠）。女性吸烟者更容易发生异位妊娠和早产。

吸烟会影响我的孩子吗？

若母亲每天抽半包或以上的香烟，她的儿子精子数量会减少。在怀孕期间吸烟也可能导致婴儿在出生前生长受限。低于预期体重出生的孩子在以后的生命中会有更多健康问题的风险（例如糖尿病、肥胖症和心血管疾病）。吸烟父母的儿童患婴儿猝死综合症（SIDS）和哮喘的风险增加。

我不吸烟，但是我的配偶吸烟。二手烟会影响我的生育能力吗？

接触二手烟的女性可能会遭受上述所有的健康风险。

如果我停止吸烟，我怀孕和健康妊娠的机会会提高吗？

会的。戒烟可以提高生育能力，虽然已经减少的卵子储量不可逆转。一个人不吸烟的时间越长，由于吸烟引起的妊娠并发症发生率就会越低。

戒烟可能是非常困难的，但是有研究显示如果你在你的医生和/或支持小组帮助下，戒烟成功的可能性更高。有时候，暂时使用一些尼古丁替代品（例如尼古丁口香糖或贴片）和/或一种叫安非他酮的处方药可以提高戒烟成功率。当你试图怀孕时，如果有需要，也可以使用这些。虽然在怀孕期间通常不建议用这些药物，但是权衡风险和收益之后，你的医生可能会考虑在怀孕期间使用它们。

2014年修订；由合巢生殖医学中心无偿翻译并赞助校对

Revised 2014; Translated by Hernest Center for Reproductive Medicine, with independent review sponsored by a Hernest Educational Grant

如需获取更多关于本专题以及其他生殖健康专题的信息，请访问 www.ReproductiveFacts.org