



# 患者指南

来自 [ReproductiveFacts.org](http://ReproductiveFacts.org)



美国生殖医学会的患者教育网站

## 不孕不育症的定义

### 什么是不孕不育症？

不孕不育症是指“成人男女双方在未避孕而有正常性生活12个月以上仍未怀孕”，也就是说一对男女尝试受孕一年以后仍然无法自然受孕。但是妇女如果年龄大于35岁，无避孕而有性生活6个月以上仍无法怀孕已可认为有不孕不育症。

### 不孕不育症有多普遍？

10%-15%的夫妇受不孕不育症的影响。这是是20-45岁人仕中的最常见的病症之一。此外，不孕女性尝试受孕的时间越长，她们不借助医学手段而自然怀孕的机率也就越低。大多数（85%）生育能力正常的男女在一年之内会怀孕。如果一对男女在第一年内没有成功怀孕，那么他们怀孕的机率逐月降低。随着女性年龄增大，怀孕机率下降的速度变得更快。

### 什么原因会引起不孕不育？

年龄：女性年龄是影响生育力的一个重要因素，尤其是进入30至40岁以后。二十多岁至三十多岁初的健康女性，每个月能够自然怀孕的机率为25%-30%。但是当女性到了四十岁以后，这个机率会降到10%或以下。

### 排卵障碍

如果一个女性不能每月排卵一次（释放一个卵子），那么她可能会有困难怀孕。多囊卵巢综合征（PCOS）及其它激素紊乱都会影响排卵及导致不孕。月经周期不定的女性也经常不排卵。超重或过轻的女性与体重正常的女性相比存在排卵障碍的可能性更高。这些女性在尝试受孕第一年后可需考虑去咨询生殖内分泌医生。

### 输卵管的损伤或梗阻

输卵管是与子宫相连的管道，是精子和卵子相遇的地方。输卵管梗阻或损伤可导致不孕或宫外孕（子宫外妊娠）。患有或曾经患有子宫内膜异位症、盆腔手术或者性传播疾病（如淋病或衣原体感染）等的女性发生输卵管梗阻或者损伤的机率较高。如果女性担心自己输卵管有问题，在备孕初期就应该向医生咨询这方面的问题。

### 男性因素

有三分之一的不孕不育症是由男性因素引起的。另外三分之一是双方因素引起的。男性不育的病因可以是不能生精或射精。精子的质量也非常重要。精子质量是通过精子数量，活力以及形态来衡量的。身体其他疾病也可

影响男性精子数量和质量。比如患有糖尿病男性可能有射精障碍。囊性纤维化疾病会令男性输精管梗阻而无法射精。男性如果超重、吸烟、或者服用消遣性毒品如大麻会更容易有精子方面的问题。

### 患有不孕不育的我应该怎么做？

可以去咨询生殖专家，专家可能帮助一对男女找出不孕的原因。女性应该去咨询生殖内分泌专家，而男性应该去咨询生殖泌尿科专家。有一些病例中（10%或以上）可能没法明确找出导致不孕不育原因。这称之为不明原因不孕。生殖治疗可以帮助这类男女生育。

### 我应该什么时候去咨询生殖专家？

一般来说，当一对的男女备孕一年后仍然未孕，就应该去咨询生殖内分泌专家。

如果女性年龄大于35岁，备孕6个月后仍然未孕时已经应该去咨询生殖专家。如果女性年龄小于35岁，但是家族史内有早更或者她自己有其它可以引起早更的疾病，或者有某些癌症治疗史，她应该尽早咨询生殖专家。

存有不孕不育的风险的女性，如月经周期不规则或者潜有输卵管损伤风险的女性，也可以尽早咨询生育专家。男性如果曾经患有可能会导致不育机率增加的健康问题，例如在儿童时期患有睾丸方面的疾病或者接受过癌症治疗，应该早些接受生育力评估。

关于不孕不育症和不孕不育症检查方面更详细的信息，请参阅ASRM手册，标题为：“不孕不育症：概述”。如要更多有关生育治疗信息，例如体外受精（IVF）和人工授精（IUI）等，请参阅ASRM手册，标题为：“辅助生殖技术”。

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 Herneest Center for Reproductive Medicine, with independent review sponsored by a Herneest 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](http://www.ReproductiveFacts.org)