

再生一个 爸妈们都准备好了吗？

“二孩”就要全面放开了，70后们都希望能赶上这趟“末班车”。可“高龄”赤裸裸地摆在眼前，想再生一个，各方面都不如第一胎来得轻松容易了。专家指出，这个不孕不育高发的时代，进行孕前的检查评估对于所有夫妇均有必要，爸爸妈妈们有必要先了解一下5个问题。



问：准备要二胎的妈妈需要孕前检查吗？

专家：很有必要。原因如下：

1.性生活时间比较长，接触病原菌的机会多，容易受到各种病原体的袭击，因此需要行妇科炎症感染及致畸病毒等检测；

2.年龄普遍比第一胎妈妈年龄大，容易出现内分泌紊乱，各器官功能可能出现异常，容易出现肥胖等引起高血脂、高血糖或糖尿病前期等问题，因此需要进行卵巢功能、甲状腺、葡萄糖、血脂及胰岛素代谢情况检测；

3.随着年龄增长，子宫肌瘤、子宫内膜异位症、子宫腺肌症、输卵管异常等妇科病高发，都可能影响怀孕，简单的妇科超声检查或必要时做输卵管造影等检查可发现；

4.若既往有其他疾病史者，最好能在孕前评估目前状态、怀孕禁忌、治疗需要等；

5.若既往怀孕期间有妊娠期高血压疾病或糖尿病或其他异常孕产史者，最好能到内科、产科及产前诊断科进行相关咨询，为第二胎的孕育做好准备。

问：第一胎后隔多久可以要二胎？

专家：这个问题取决于第一胎的分娩方式。

对阴道分娩者，一般一年后就可以怀二胎了；而对于剖宫产分娩者，那么最好能间隔2年；对有多次剖宫产手术史者，时间还需要更长，分娩风险也更高，若太早怀孕，容易出现子宫破裂。有剖宫产手术史的妈妈们最好在备孕前找专科医生评估下疤痕恢复情况，必要时可行宫腔镜检查。

问：备孕多久不孕需要到医院检查？

专家：不孕症是指夫妇正常性生活未避孕超过1年未怀孕。这里强调“正常性生活”，是指规律的(最好能三四天一次)、男方可正常阴道内射精的性生活。

由于高龄女性更需要与时间赛跑，所以高龄夫妇正常性生活未避孕半年以上不孕，可提前进行不孕的相关检查。特别对于有多次流产史或宫外孕史或盆腔炎病史或

痛经或月经周期改变的女性，需要排除导致不孕的输卵管异常、子宫内膜异位症或子宫腺肌症、卵巢功能减退或多囊卵巢综合征等。如果既往有特殊疾病史(如甲状腺疾病、肿瘤手术史、糖尿病、高血压、心脏病等)或长期用药史，建议先到专科就诊，明确是否能承受再次妊娠，及可能对胎儿的影响。



问：做了输卵管结扎想要二胎该怎么办呢？

专家：输卵管结扎后相当于两侧的输卵管均阻塞了，这样精子与卵子相会的“鹊桥”就断了。想再生育的方法主要分为输卵管再通术或“试管婴儿”助孕。

不要轻易选择复通术，建议先全面分析其利与弊。因女性“生理年龄”及“卵巢年龄”时不我待，若反复折腾可能最后耗时、耗财、耗精力却无果。首先，应该评估女性的卵巢功能；其次，需要评估有无痛经、子

宫肌瘤、子宫腺肌症、子宫内膜异位症等可能影响怀孕的因素；再次，要结合男方精子质量，若精子质量很差，做手术也无意义。还需要注意的是，输卵管结扎术能否应用与当年结扎的手术方式(如结扎的部分、剩余输卵管的长度)相关。所以不要轻易选择复通术，若出现卵巢功能减退、合并其他不孕的因素、男方精液质量差，建议选择“试管”助孕。

问：备孕爸爸需不需要做检查？

专家：很多人总觉得自己能生育一胎，二胎肯定没有问题。可事实不是这样的！从事高温作业的男性或长期坐着缺少运动的男性如办公室白领、司机等，往往容易发现精液质量下降，还有一些病毒、细菌等感染可能导致睾丸生精下降或导致输精管阻塞，以致严重的少弱畸形精子症或无精子症。因

此这些男性，最好能提前做精液检查。

夫妇行房，还需要注意炎症的相互传染，如支原体、衣原体等，因此也建议提前检查。如果既往特殊疾病史(如肿瘤手术史、糖尿病、高血压、心脏病等)或长期用药史，建议先到专科就诊，明确是否影响精子质量。

(梁瑜)