

“不孕不育”成为不少家庭的隐痛 一些人“能生而不想生”，一些人“想生而生不出来”

日前,中央宣布进一步优化生育政策,实施一对夫妻可以生育三个子女政策及配套支持措施。

生育政策放开的背后,是逐渐走低的出生率和人口增速。

过去十年,我国人口年平均增速从 0.57% 放缓至 0.53%。第七次全国人口普查数据表明,2020 年我国育龄妇女总和生育率为 1.3,已经处于较低水平。

三胎政策放开后,很多家庭面临“生还是不生”的抉择。这一切属于幸福的拥有选择权的家庭。在他们之外,那些“想生而生不出来”的家庭正在遭遇生育的困境,“不孕不育”成为他们的隐痛。

这是一个庞大的群体,平均每 6~8 对夫妇中就有 1 对面临这样的困境,以至于中国成为了世界辅助生殖技术治疗第一大国,每年试管婴儿的数量逾 20 万例次。

今年 31 岁的张芳从来没想到“不孕”这件事情会发生在自己身上。小学—中学—大学—研究生—工作—结婚,人生一向按部就班的她,却卡在了生孩子这道关卡上。在头胎遭遇“胎停”之后,张芳用尽各种招数,然而肚皮却始终没有动静。临床上,张芳被诊断为“继发性不孕不育”。

“原来生孩子没有想象的那么容易”

怀不上孩子,所有压力都压在了张芳身上。为了积极备孕,张芳推掉了许多工作,同事们满腹怨言,领导批评她“干不好别干了”,甚至有同事背着她说“谁没流过产啊”。

来自婆家的压力更是难以忍受,张芳头胎小产还未恢复,婆婆又打电话来催生。春节团圆过年,婆婆不时感叹张芳“为什么怀个孩子这么难”,抱不上孙子“不知道自己究竟做错了什么”。大家庭里,同龄人经常抱着孙子来串门,婆婆受不了,不时找人算命、开偏方,甚至想让张芳吃胎盘。

来自娘家的催生则是“软刀子”,头胎流产不到半年,妈妈又督促着张芳去看中医,说“妈妈不想让你再等了,你年纪也不小了”。

张芳感觉自己陷入了困境:“在公司,领导觉得我不是个好员工。在大家庭,婆婆觉得我不是个好媳妇。在小家庭,老公觉得我不是个好妻子。”张芳感叹道。

张芳也曾听朋友推荐,慕名上门求助一位在外出诊的所谓名医。到医馆一看,前面已经有二三十人排队等候。花了 200 元挂号,又排队等了两小时,终于轮到张芳。医生花 5 分钟简单了解了张芳的病史并号脉之后,告诉张芳先去抽血,看看有没有怀孕再说。随后,她被拉进了一个 300 人的微信群,之后再无人问津。

“谁不想赶紧怀孕呢?”张芳说。为了科学备孕,提高每一次可能的机会,她每天早上都要使用两种牌子的排卵、备孕试纸验尿,“感觉自己像熊猫烧香”一样。连续十几个月,张芳都在不断重复“希望—失望—绝望—再燃希望”的过程。每次备孕失败,



她都需要花一整天时间来平复心情,“觉得四肢发软,干什么都提不起劲儿来”。

她觉得自己陷入了一个梦魇中,不知道什么时候才能看到尽头。

“(结婚后)一年不怀孕,怀孕等三年。”张芳如今才真切地理解了这句话。一开始,她和绝大多数人一样,以为怀孕是个简单的、顺理成章的事儿。但直到自己开始备孕,才意识到,对于并非“易孕体质”的女性来说,怀孕是一项庞大的系统工程,卵子质量、精子的数量和质量、排卵时间、子宫内膜厚度与受精卵协同情况、激素的波动等等都可能成为问题。

20 年间,男性精液浓度下降了 75%

“每次排卵都是深情的期待,每次月经都是失望的流泪。”同济大学附属上海市第一妇婴保健院院长、被称为“产科界男神”的段涛医生曾在一次演讲中如是描述备孕的过程。

在医学上,怀孕有一个专有名词“妊娠”。完整的妊娠期是指从受孕到分娩的全部生理过程。在整个过程中,精子和卵子从相遇结合形成受精卵、分裂成为 100 个左右囊胚细胞团、成功着床、发育长大直至最终分娩。中间的每一步出现问题,都有可能造成妊娠失败。尽管科学已经解释了这个过程中的大多问题,但仍然有很多未解之谜。

“一般来说,一对育龄夫妇在没有避孕的情况下,共同生活在一起尝试怀孕半年甚至一年以上未果,我们才会诊断他(她)为不孕不育。”中国性学会会长、北京大学第三医院男科主任姜辉告诉记者,事实上,即使是完全没有问题的一对夫妇,半年之内大约有 40% 怀不上孕,一年左右大约 20% 怀不上。根据相关统计,在各种造成不孕不育的原因中,男女双方的因素占比差不多,都在 30%~40% 左右,夫妇双方因素占 20%,剩下 10% 原因不明。

造成不孕不育的原因有很多。一般来说,男性不育的主要原因与精子质量、数量以及性行为能力有关。相对而言,女性不孕的原因更为复杂。如多囊卵巢或卵巢早衰导致排卵障碍、输卵管堵塞阻碍精子与精子结合、子宫疾病甚至自身免疫导致受精卵无法着床,等等。即使成功怀

孕了,孕期女性的激素水平、身体状况乃至压力,都有可能造成胎儿停止发育,妊娠失败。

“导致不孕不育的原因是很复杂的。我们一般都建议夫妻双方共同来就诊,尽快查出原因来制定相应的方案进行生育。”姜辉说,除夫妻双方自己的身体原因之外,环境污染、高节奏的生活、食品安全等问题都会影响生育功能。他提供了这样一组数据:国际研究显示,1992 年,正常可生育男性的精液浓度在 6000 万/毫升。1999 年,可育男性的平均精液浓度已经下降到了 2000 万/毫升。2010 年的最新数据显示,正常男性的平均精液浓度只有 1500 万/毫升。“20 年的时间里下降了超过 75%。”

对于一些患者来说,即使查清了原因,治疗过程仍然是十分漫长的。

多囊卵巢综合征是不孕患者中非常普遍的一种情况。患有卵巢多囊综合征,容易出现卵泡不成熟、持续性不排卵、雄激素过多和胰岛素抵抗等情况,多数表现为月经紊乱、闭经、不孕、多毛、肥胖等问题。

由于大部分多囊患者都存在排卵障碍,促排卵成为多囊患者怀孕过程中常见的治疗方式。

2021 年了,生不出孩子仍然被威胁要离婚

赵一倩是一家二甲医院骨科的护士,在本医院生育可说是近水楼台。但与张芳一样,赵一倩也在头胎遭遇“停育”之后,迟迟未能再次怀孕,被临床诊断为“继发性不孕不育”的她,迈上了漫长的求医之路。随着年龄的增长,赵一倩的身体也发生了一些变化,多囊卵巢综合征的症状逐渐明显,之后,赵一倩经历了多次促排,乃至试管婴儿,但都始终未能怀孕。

“之前,别说朋友圈朋友们晒孩子了,就是看到院子里流浪猫产仔、石榴结果,心里都会失落。”赵一倩说。

看中医、看西医、用偏方……5 年久备未孕,赵一倩的处境更加举步维艰,来自家庭的压力愈发沉重。

“我觉得真的快坚持不住了。”赵一倩告诉记者,如今夫妻二人都已经 34 岁,“再这样下去,还不知道婚姻能维持多久。”

“没孩子就要离婚。”这让她的朋友们都觉得匪夷所思。但是赵一倩反而觉得能够理解,“这毕竟是一个人的生育权问题”。

在赵一倩看来,女性在生育问题上非常弱势。她所处的工作环境 and 求诊经历,让她见到了很多前来治疗不孕不育的夫妇。如果是不孕不育的情况,首先应该检查的是男方精液,因为男性的检查相对来说时间短、简单方便而且无创性检查多。而女性的检查则要涉及生理周期等方面,时间相对较长,检查次数相对频繁,有创性检查多,承受的压力也更大。

姜辉告诉记者,从整个检查和治疗过程来看,女性付出的时间精力以及身体承受的创伤都要比男性多。一般来说,如果存在不孕不育的情况,首先应该检查的是男方精液,因为男性的检查相对来说时间短、简单方便而且无创性检查多。而女性的检查则要涉及生理周期等方面,时间相对较长,检查次数相对频繁,有创性检查多,承受的压力也更大。

受孕成功只是“万里长征的第一步”

对于女性来说,成功受孕,只是“万里长征走完了第一步”,十月怀胎还要面临各种各样的风险。

遭遇胎停育之后,张芳发现,胚胎停育竟然是一个非常普遍的现象。不聊不知道,许多已为人母的朋友,都曾经遭遇过早期胎停育,“光周围的朋友里就有 7 个”。

胚胎停育的原因很多也很复杂,胚胎着床及发育依赖于复杂的内分泌系统相互协调,任何一个环节失常,都可以导致胚胎停育。

“随着年纪越大,生殖细胞自身出现问题的概率就会越高。尤其是女性在 35 岁以后,卵巢功能开始明显下降,卵子的数量和质量也迅速下降。卵母细胞非整倍性的概率相应也会增加。”一位不愿具名的胚胎专家告诉《中国经济周刊》记者,胚胎染色体异常是引起胚胎停育的主要原因,约占所有胚胎停育的 50%~60%。

博士毕业后结婚的李晓洁婚后第二年就怀上了孩子,一切看起来都那么顺利。然而,意外却在她孕 35 周时发生。本来一心期待“卸货”的李晓洁,腹中的

孩子却因脐带绕颈,窒息而亡。

眼睁睁看着千辛万苦孕育的小生命离开自己,李晓洁一时间难以接受,她哭得撕心裂肺,悲痛欲绝。

煎熬 16 个小时,李晓洁完成了引产,引产的过程极其痛苦:舌下含药、下体塞药以促进宫缩,还伴随着高烧、剧痛、发抖畏寒、大出血……而更巨大的创伤,在她的内心。

好在一年多后,李晓洁又怀上了,此时她已经 35 岁。李晓洁说,她对事业已经没有什么期待,只希望能平平安安生下属于自己的孩子。

“还没结婚,就错过了最佳生育年龄”

“为什么怀个孕这么难?”在求子的过程中,张芳不止一次这样问自己、问医生、问身边的人。在得到的答案中,“年纪大了不好要”这句话显得格外刺耳。

研究生毕业时她已经 25 岁,相亲认识老公,28 岁结婚,然后开始买房、装修……张芳按部就班地进行着自己人生的规划,没有想到却错过了最佳生育年龄。

“为什么怀个孕这么难?”北京大学第三医院院长、中国工程院院士乔杰教授曾经给出过一个答案:生育力与很多因素相关,其中生育年龄的延后是导致生育力低下的最关键因素之一。

中国性学会会长、北京大学第三医院男科主任姜辉在接受记者采访时也说,生育力与很多因素相关,但整个妊娠过程中,女性的年龄是决定性因素。

据他介绍,从生理年龄上来看,女性的最佳生育年龄在 22~28 岁,而男性的最佳生育年龄在 25~35 岁。随着大学入学率的提升,总体受教育水平的提高以及工作压力、生活快节奏等方面的原因,很多育龄夫妇结婚时的年龄已经不小了,因为工作或者生活的原因等两年再生,很容易就错过了。

“很多人不知道,卵子是有出厂日期的。一个女生还在妈妈肚子里的时候,她的卵子已经完成了第一次的减数分裂。换句话说,出生的那一刻开始,她的卵子就被打上了出厂日期。而男性不同,精子的出厂日期基本上是随时更新的。”同济大学附属上海市第一妇婴保健院院长段涛指出,从生理结构上来说,年龄的限制对于女性是很不公平的。

姜辉告诉记者:“胚胎最终的孕育是在女性子宫内完成的。对于女性来说,生育年龄推迟后,卵巢储备功能减退,卵母细胞质量改变,染色体异常概率增加,这些都会导致受孕率低,也会从一定程度上增加胎停育、流产以及分娩困难甚至是婴儿出生缺陷的概率。”

事实上,生育年龄晚的现状无法回避。乔杰表示,近年来,不管是国内还是国外,人们对生育问题有了不同看法,在最佳孕育年龄“能生而不想生”的人增多。然而随着年龄增长,生育力下降,一些人又不得不面对“想生而生不出来”的问题。

(文中人名均为化名)

据《中国经济周刊》