

女性不容易懷孕常見原因

[發表醫師] :徐明義 醫師(婦產科)

[發布日期] :2009/2/4

正常的夫妻在沒有避孕的情況下有接近九成會在一年內懷孕，超過一年的努力不能順利懷孕，就需要評估不易懷孕的原因。當然不容易懷孕的問題很多，在眾多的生殖步驟中任何階段發生障礙都會降低懷孕的機會，雖然男女雙方也都有可能產生問題，但男性將精子射出後，卵子與精子受精、受精卵到達子宮著床、胚胎發育等都發生在女性身上，因此女性方面有許多與懷孕相關的問題可以探討。女性不孕以排卵問題及輸卵管問題為主，但是女性的年齡卻是能否懷孕的關鍵因素；而男性不孕則以不明原因的精子數量不足為主，有部分可能因為陰囊靜脈屈張、感染、服用藥物或物理性傷害，部分可能是先天的缺陷。經由檢查發現男女皆有問題約 10%，而檢查在男女雙方並無異狀的但卻不能懷孕約佔 10%。不孕的原因林林種種，在女性方面會降低懷孕機會的常見原因如下：

女性不孕常見的原因

女性方面有許多因素可能造成不孕或者是生育能力的降低，常見的有：

1.年齡：年齡是婦女生育能力最大的限制因素，二十多歲的年輕女性很容易懷孕，一般超過 35 歲的婦女生育能力就快速降低，流產率增加，懷孕後遺症增高，一般而言；25 歲前婦女受孕率最高，40 歲有半數以上不孕，20-24 歲有 6%不孕，25-29 歲有

9%不孕，30-34 歲有 15%不孕，35-39 歲有 30%不孕，40-44 歲有 64%不孕，40 歲以後即使進行試管嬰兒成功率也不高。雖然現代生殖醫學對於多數女性不孕的問題都有很有效的解決方法，唯獨對於女性年齡增加(尤其在 40 歲以後)造成的懷孕率降低依然很難克服，近年來婦女生育年齡不斷延遲，錯過最適當的生育時機往往是婦女不容易懷孕的主要原因，一般而言，婦女能在 35 歲以前完成生育的計畫可以使得懷孕與生產較為順利，超過 35 歲後就是與時間賽跑，一定要加緊腳步，盡快懷孕。

2.輸卵管問題：輸卵管是子宮兩旁纖細的管子，也是子宮通往腹腔的管道，輸卵管的功能除了捕捉由卵巢排出的卵子外，也是精子與卵子交會受精的地方，精子與卵子形成受精卵後經過 5-7 天的旅程才由輸卵管移到子宮著床，輸卵管的通暢與功能，決定卵子與精子能否相遇及受精卵能否順利到達子宮。在對於曾經懷孕過但後來變得不易懷孕的女性而言，輸卵管的暢通與功能發生障礙是女性後天不孕最常見的原因。對於屢次發生骨盆腔感染、經過腹部手術或曾有骨盆腔沾粘病史的婦女，要高度懷疑輸卵管在通透性或活動性方面的問題造成的不孕。對於未婚少女，如果有骨盆腔發炎，一定要徹底治療，如果有性行為卻又不想生育，一定要確實避孕，骨盆腔發炎及流產都有可能造成對未來生育能力的傷害。

3.排卵問題：正常的排卵是女性規則月經的主要條件，對於月經不規則的女性而言，不易懷孕最可能的因素就是沒有排卵。排卵的障礙造成卵子無法正常提供；可能原因有腦下垂體或中樞神經系統功能不足，排卵的調節系統功能異常，及卵巢功能衰竭等三種情形，其中排卵的調節系統功能異常造成慢性不排卵的情形最為常見，這些女性除了月經不規則不易懷孕外，也常伴有許多內分泌失調的症狀，主要表現在於雄性素過高及肥胖等問題，容易長青春痘、手腳毛髮較多，卵巢經常呈現許多不大不小的卵泡，稱為多囊

性卵巢症候群，這些女性雖然排卵不正常，但如果適當的誘導排卵，懷孕並不是件困難的事。

4.子宮內膜異位症：子宮內膜異位症是上班族婦女不孕的常見原因，子宮內膜異位最常見的症狀就是痛經，也就是月經來潮後的前兩三天會有下腹疼痛的情形，通常會伴有腸胃的症狀(如拉肚子)。子宮內膜異位一方面除了常有骨盆腔沾黏的使得輸卵管功能不良外，腹腔內也長期處在慢性發炎的狀況，根據研究子宮內膜異位患者的腹腔液含有較多的自由基，會在骨盆腔內造成不利懷孕的”毒性”環境，降低婦女懷孕的機會，因此許多學者主張對於子宮內膜異位應該先適度治療然後趕快懷孕，因為不論利用藥物或者手術治療，子宮內膜異位都很容易復發，因此必須掌握治療後的黃金時期盡快懷孕，懷孕本身也可抑制子宮內膜異位的生長，因此對於想生育的子宮內膜異位症患者，懷孕是最好的治療。

5.同房次數與時機：每個月女性最可能懷孕的期間就只有排卵前後 2-3 天，無法掌握排卵的期間，就會錯過這個週期懷孕的機會，對於月經規則的婦女，排卵日通常在下次月經來潮的前 14 天，排卵的前一晚同房會有最佳的受孕機會，排卵前分泌物增加，呈蛋清狀，也有助於辨識；基礎體溫的測量，有助於了解自己的排卵日，部分敏感的女性甚至可以感覺到排卵時的刺痛。一般而言同房的次數也是影響生育能力的因素，據統計，每週同房一次半年內的受孕率 17%，每週兩次 46%，每週三次 83%。

6.子宮或生殖器官的異常：生殖器官的異常的發生可能是先天的發育或者是後天的因素造成，先天子宮或生殖系統發育異常有很多不同形態，對生育能力會有不等程度的影響，需要個別衡量。對於曾經懷孕但後來卻不孕的婦女要懷疑因為感染或流產造成子宮

內膜受損的問題，這可能會使得受精卵無法著床發育，對於子宮腔或生殖器官的異常的檢查可以利用超音波或者放射線的輸卵管照影來顯現子宮與輸卵管的情況，並依照檢查結果選擇治療的方式。

7.習慣性流產：懷孕後流產是很常見，但連續三次以上的早期流產就是需要注意的問題，稱為習慣性流產，造成習慣性流產的因素很多，需要特別的檢查，如果是內分泌異常造成的流產，治療效果很好，但如果是基因或者免疫問題造成習慣性流產則很難克服，許多習慣性流產夫妻未必能檢驗出異常原因；習慣性流產婦女通常可以懷孕，問題是無法保住胎兒的生長。

8.泌乳素增高：泌乳素增高臨床上可能會有溢乳、月經不規則或無月經，泌乳素過高常合併有雌激素不足的症狀，泌乳素異常可能是單獨存在或者合併其他內分泌的異常，排卵的異常時常合併泌乳素異常，泌乳素增高除了不易懷孕，也要注意是否伴有腦部的腫瘤或其他內分泌的異常，需要徹底的檢查。

9.黃體期缺乏：由於黃體素缺乏或黃體期太短造成子宮內膜成熟度不足使胚胎無法著床，目前診斷黃體素缺乏主要利用子宮內膜組織切片延遲兩天以上的成熟度為依據，基礎體溫表也可能會顯示高溫期較短，黃體素缺乏的發生可能隨機而不是每個月必然發生，結果常是習慣性流產。黃體期缺乏最常見的原因主要由於內分泌的失調，容易發生在泌乳素過高或子宮內膜異位的患者，然而由於對黃體素缺乏的診斷條件一直都缺乏一致性的意見，況且目前在不孕症的治療流程中大都會常規性的補充黃體素到胎盤的功能完全建立之後，因此臨床上並不會擔心黃體素不足的情況。

10.環境與情緒因素：環境污染被認為是一個不孕有關的因素，母親抽煙或喝酒的量與造成流產的比率成正相關。麻醉藥物與重金屬在部份相關工作環境的人員有造成高流產率的現象，而放射線工作人員與不孕的關係則尚未明確證實，至於電視終端機的工作與流產的關係並不明顯。除了環境汙染的問題外，情緒與工作的壓力會影響腦部對內分泌的調控，也有可能影響受孕的能力，然而這兩者都很難量化，不過臨床上常見多年不孕的夫婦在放鬆渡假之後就懷孕了，這也顯示現代醫學對不孕症原因的了解依然有許多盲點。

11.其他不明原因：上述眾多不孕原因是可以用來合理解釋“我為甚麼不會懷孕？”，然而有許多一切正常的夫妻依然長期無法懷孕，這種情形反應的是生殖醫學尚未釐清的部份，舉例而言，精子是否能與卵子結合受精就是目前無法明確檢驗的項目，然而臨床資料顯示這一部份問題確實造成許多夫妻無法懷孕，這是當今生殖醫學研究者所努力探索的領域。

不易懷孕與不能懷孕

不容易懷孕並不同於不會懷孕，雖然不孕的原因看起來很多，要了解的是上述大部分是減低懷孕機率的原因，卻不能說有這些困擾就必然無法懷孕，懷孕很少是 0% 與 100%，目前生殖醫學所做的努力在於減少不利懷孕的因素，並且增加有利懷孕的因素，由最簡單的自然週期的懷孕到複雜的試管嬰兒，生殖醫學可以利用不同的技術在不同的步驟上幫助想要懷孕的夫妻達到它們的目的。

!!健康文章內文主要提供民眾降低對疾病因不了解產生之不安和恐懼，但不可取代實際的醫療行為，所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。