

治療不孕一定要知道的事

隨著社會晚婚晚生育的趨勢下，不孕已是許多夫妻及家庭所必須面對的問題，因為在產房工作的關係，經常被院內同仁諮詢孕產相關的問題，有感於許多院內同仁在求診治療過程中常感到挫折與無助，希望藉由健康電子報與大家分享臨床所聞所見的現況與經驗。

難道我真的是不孕症嗎？看別人懷孕生子似乎很容易，但半年、一年過去了，為何自己卻沒辦法順利懷孕，隨著每次月經的到來難掩失落難過，我想這是許多不孕婦女的心情寫照，但此時多數人才會開始尋求婦產專科醫師的協助，希望在生殖醫學的輔助下能順利懷孕。首先醫師會安排抽血、精液檢查及輸卵管攝影等檢查，其中輸卵管攝影常讓許多婦女聞之卻步，因網路搜尋的結果多是檢查過程會劇烈腹痛、腹部痙攣等負面評價，但真相其實並非網路謠傳地那麼恐怖，只是當顯影劑注入子宮腔時，會產生類似經痛的腹脹及悶痛感，約莫過數分鐘後不適感即會減緩，整個檢查過程約 10 分鐘左右即可完成，因此仍須努力完成檢查，讓醫師能針對每個人的狀況提供最適當的治療方式。

不孕治療的過程中，必須配合醫師的診治進行檢查、口服或針劑治療，除了需克服藥物副作用所帶來的不適外，等待揭曉是否成功受孕的期間才是真正最煎熬的；此時很多人會非常在意身體產生的變化與症狀，整天都在擔心自己是否有成功受孕，讓內心承受很大的壓力而鬱鬱寡歡，甚至因多次未成功懷孕而放棄，或是質疑醫師建議的治療方式。其實不孕治療最重要的是心情一定要放輕鬆，不要把心思專注在是否能成功懷孕，而是加強想懷孕的信念及意志堅定，相信以醫師的專業建議加上全力配合治療，耐心等待好消息的到來。也提醒一般女性一旦過了 30 歲，卵子的數目、品質就有可能逐年下降，受孕的機率也會逐年降低，所以在人生計畫有打算生育的民眾，應趁年輕儘早結婚、準備生育，即使未婚也可考慮先冷凍卵子，讓大家能為自己將來的一線生機多些努力及準備。

護理部護理長 張璧蘭