計劃懷孕
文章

三高+過胖 妨礙懷孕

十一月 3, 2020

三高會妨礙懷孕？雖然沒有太多研究探討這個問題，但兩者的確有互相影響的關係。不少三高患者身形肥胖，而不育成因之一的卵巢多囊症，常在肥胖人士身上發現，可見問題絕不簡單。

Author(s): 藍寶梅

孕婦懷孕前已患高血壓，到懷孕後期，血壓失控、蛋白尿的機會增加，屆時胎兒性命有危險，孕婦則要承受爆血管、中風、抽筋的風險。此外，肥胖或三高孕婦如需要開刀產子，她們出現傷口發炎，腳部血管栓塞的機會大增。



三高會妨礙懷孕？雖然沒有太多研究探討這個問題，但兩者的確有互相影響的關係。不少三高患者身形肥胖，而不育成因之一的卵巢多囊症，常在肥胖人士身上發現，可見問題絕不簡單。

臨床上，部分不孕症女性患有三高，這些女性往往同時有肥胖及卵巢多囊症，她們相對較難懷孕。婦產科專科醫生藍寶梅解釋：「卵巢多囊症是一種賀爾蒙失調的婦科疾病，賀爾蒙亂了會導致不排卵。生命的誕生，必須有精子和卵子的結合，沒有排卵就不能受孕。就算有排卵，卵子的質素較差，懷孕後有機會小產，連續 3 次小產，醫學上稱為慣性小產，有慣性小產的女性，醫生必先了解她們是否因卵巢多囊症而引發。」

卵巢多囊症患者常見徵狀是沒有排卵、男性賀爾蒙較高和活躍、易長暗瘡、體毛濃密，醫生會為患

者進行超聲波及血液檢查來確診。另外，經期異常如數個月來一次月經（俗稱四季經），估計當中超過一半人是有卵巢多囊症。

影響人體新陳代謝

事實上，卵巢多囊症不單只妨礙生育，還會影響人體新陳代謝。此症患者對胰島素的反應或功能較差，胰島素用來控制血糖，當血糖無法穩定下來便會血糖高，影響血管質素，易有血壓高，還會影響膽固醇分解，出現血脂過高。「其實愈來愈多數據顯示，胰島素失衡引發之後的問題發生，換言之，只要控制新陳代謝，便可以間接改善賀爾蒙失調。」
她指出，賀爾蒙失調可由醫生處理，而新陳代謝這一方面，患者要出一分力。「多做運動、調節飲食習慣，有助減肥。肥胖人士能夠減去 10% 體重，身體狀況已有明顯進步，而且有助排卵，改善賀爾蒙，增加自然受孕機會，如接受生育輔助療程，成孕機會也能夠提升。」

肥胖增加懷孕風險

孕婦懷孕前已患高血壓，到懷孕後期，血壓失控、蛋白尿的機會增加，屆時胎兒性命有危險，孕婦則要承受爆血管、中風、抽筋的風險。此外，肥胖或三高孕婦如需要開刀產子，她們出現傷口發炎，腳部血管栓塞的機會大增。

男士也要減肥

男士肥胖會影響精子數目與活躍度。藍寶梅醫生表示，脂肪組織內的一些賀爾蒙，有機會轉化為女性賀爾蒙，男士的脂肪過多，其體內的女性賀爾蒙亦會過高，影響精子製造功能。加上精子怕熱，精囊在體外，當附近有太多脂肪，溫度提升，部分精子受到破壞，減低自然成孕的機會。

立即分享