

## 民生



# 广东省生殖医院男科近三年数据显示： 门诊诊疗人群中 备孕二胎失败者比例升至近50%

## 健康生活方式关乎科学备孕成功率

青壮年男性处于成年育龄期，性功能、生育力是他们最关注的男性健康要点。

广东省生殖医院通过近三年来的数据显示，该医院男科住院手术患者有2000余例，当中，无精子症手术患者超过1/3，无精子症发生率显著增高。与此同时，从该科室的临床数据看，三年来，备孕二胎失败者比例上升，初次备孕男性的精液质量也在下降。

“广东省生殖医院男科近三年的数

据显示：门诊诊疗人群中，备孕二胎失败者比例从3年前的30%上升到将近50%；初次备孕的年轻男性多项精子参数低于WHO正常低限的人数比例显著增多，从3年前的1/4上升到将近1/3。”

新快报记者了解到，影响精子质量的病因谱在不断变化，部分常见疾病占比仍居高不下，精索静脉曲张约占26.5%，感染性疾病约占17.6%，性功能障碍约占8.8%，前列腺疾病约占5.9%，先天性异常约占4.2%，阴茎疾病约占

3.5%，睾丸肿瘤约占1%。

生殖医学专家分析，健康的生活方式是男性提高生育力的关键。“用再好的药物，都不如有健康的生活习惯。无论首次备孕，还是二胎备孕，保证睡眠、合理运动、减少不良饮食习惯，都势在必行。”

广东省生殖医院男科负责人刘晃强调，男性的精子90天左右更新一次。“封山育林的男士，需坚持三个月健康、规律地生活，才可能养出好的精子。”

平时不烟不酒的小伙子，夫妻生活却不理想，追根溯源，症结竟是生活和工作压力带来的；年轻爸爸备孕二胎，却因精子质量不达标而遭遇失败，影响精子质量的病因谱也在不断变化……今年10月28日是第25个中国男性健康日，来自广东省生殖医院、中山大学附属第一医院的专家就临床发现，围绕“人口发展高质量，护航男性健康全周期”支招。

■新快报记者 李斯璐  
通讯员 蔡佳琪 章智琦

## 年轻男士亟待身心减压破除“障碍”

而在另一家医院，医生亦发现，有部分性功能障碍患者合并有精神心理问题。中山大学附属第一医院男科主任医师孙祥宙介绍，其实对于男性而言，性功能障碍也是全身健康的“晴雨表”，需要做慢病管理。

孙医生曾接诊过一位患者王先生（化名），他不抽烟，不喝酒，性生活却不理想，得到相关治疗后也未好转。追溯

源头，医生最后在他的情绪、心理方面找到了原因——就医前半年，他由于收入降低，生活压力大，以至于连觉都睡不好。

“门诊发现，性功能障碍合并有精神心理问题的男性约占60%。对此，压力疏导、改善睡眠与改善性功能，三者治疗缺一不可。”孙祥宙说。

与此同时，越来越多研究表明，性功

能障碍与心血管疾病、代谢相关的疾病息息相关。孙祥宙指出，对于年轻、相对轻症的男性来说，一般通过及时治疗，改变生活方式、适量服药就能够得到好转。而对于有糖尿病、心脑血管疾病等基础病的男性来说，则要首先进行基础疾病的治疗。而如果是更年期的男性，还需要配合睾酮替代治疗，改善性激素水平。

### 链接

## 爱骑自行车的男性注意啦 专家提醒：长时间骑行或诱发前列腺疾病

**新快报讯 记者高镛舒 通讯员李敏报道** 近年来，骑行成为一种时尚，但是专家提醒，长时间骑行可能会对前列腺健康产生影响，导致一些前列腺疾病的发生。10月28日是世界男性健康日，广州医科大学附属第二医院泌尿外科专家提醒广大男性骑友，应注意骑行时间和姿势，选择合适的坐垫，并定期休息，避免对前列腺造成过度的压力。

广州医科大学附属第二医院泌尿外科主治医师李健新透露，近期，门诊中因

长时间骑行而导致前列腺不适的病例有所增加。

今年40多岁的黄先生，就职于一家科技公司，长时间在电脑前伏案工作。为了锻炼身体，最近两年他选择骑自行车上下班，三个月前，他突然发现发现自己的排尿变得不那么顺畅了。“开始我以为是上火或者喝水少了，但随着时间的推移，症状越来越严重，甚至出现了尿频、尿急、尿痛等问题。”黄先生坦言，后来才意识到问题的严重性，赶紧前往医院就诊。经过一系列

检查，被确诊为慢性前列腺炎。

李健新指出，黄先生前列腺炎很可能与上班久坐和长时间的骑行活动有关。长时间的骑行，特别是骑行姿势不当或骑行时间过长，会对前列腺造成直接的压迫。这种压迫会导致前列腺内部的血液循环不畅，使得前列腺充血、水肿。长此以往，就容易引发前列腺炎、前列腺增生等前列腺疾病。其中，前列腺炎就会出现包括尿频、尿急、排尿不适和骨盆区域疼痛等临床症状。

李健新建议，调整骑行习惯，减少骑行时间，适当休息，让前列腺得到充分的恢复时间。选择较为平坦、宽敞的路面骑行，改善骑行姿势，避免对前列腺造成过度的压迫。

李健新建议骑行爱好者定期检查前列腺，以便及时发现并治疗前列腺疾病，“加强锻炼，除了骑行外，还可以选择其他对前列腺有益的运动方式，如散步、游泳等。这些运动可以促进血液循环，缓解前列腺的充血和水肿。”



■比赛中的自行车手。新华社发

## 广东省消委会抽检17款涂料 2款耐霉菌性指标有问题

**新快报讯 记者王彤 通讯员粤消宣报道** 涂料是一种常见的建筑装饰材料，广泛适用于室内外墙面、家具等领域，其中家装使用最多的是内墙涂料。近期，广东省消费者委员会联合惠州市消费者权益保护委员会开展了家装涂料商品比较试验。17款样品中，2款（德爱威金装净味五合一墙面漆、舒纳沃恩雪山白墙面漆）耐霉菌性指标出现问题。

比较试验样品选择消费者家装使用最多的内墙涂料，共17款，均由工作人员以普通消费者的身份购买，其中11款购自电商平台；6款购自线下专卖店。样品价格从99元/桶至849元/桶不等。17款样品共涉及14个品牌，分别是：嘉宝莉、三棵树、东方雨虹、巴德士、美涂士、紫荆花、经典、多乐士、立邦、德爱威、PPG大师漆、佐敦、舒纳沃恩、都芳。

本次比较试验依据对样品的VOC含量、甲醛含量、总挥发性有机化合物(TVOC)释放量、甲醛释放量等环保指标，以及耐洗刷性、对比率(白色和浅色)、抗菌性能、耐霉菌性等性能指标进行测试和评价。比较试验由深圳市计量质量检测研究院负责测试，试验结果仅对测试样品负责。

值得关注的是，广东省夏季时间长，天气多潮湿高温。墙面涂层发霉，不仅影响墙面美观，而且霉菌会向空气中释放大量霉菌孢子，引发呼吸系统疾病和过敏症状。防霉涂料能够防止霉菌、细菌等微生物在涂料表面繁殖和感染，从而起到防霉的作用。关于耐霉菌性指标，17款样品有14款样品符合GB/T 1741-2020规定的0级，即在标准的试验条件下，试验样品上霉菌不生长，耐霉菌

性优秀；有1款样品测试结果为1级，耐霉菌性较好；有2款样品（德爱威金装净味五合一墙面漆、舒纳沃恩雪山白墙面漆）测试结果为4级，即在标准的试验条件下，试验样品上霉菌重度生长，耐霉菌性较差。

其他指标均符合要求。例如，17款

样品的VOC(挥发性有机化合物)含量、甲醛含量均符合GB 18582-2020标准对应类别要求，甲醛释放量均符合JG/T 481-2015标准要求，表现优秀。此外，抗菌性能均符合HG/T 3950-2007规定的I级要求(抗菌率大于99.9%)，表现优秀。

### 消费提示

按需选择，兼顾环保与使用性能。要综合考虑涂料产品的各项指标，如耐洗刷、对比率是涂料的基础功能；挥发性有机化合物、甲醛含量和释放量涉及环保和人体健康安全；有儿童的家庭可增加关注抗污性能；在厨房、浴室等潮湿环境使用的产品应选择具有防霉功能的产品。选购时应根据使用场景和实际需求进行选择，不宜追求过多的功能，特殊的功能往往意味着更多的添加剂和更多潜在的污染源。

尽量选择浅色的涂料。建议消费者选择涂料颜色时如无特殊需求，尽量选择较浅的颜色，减少色浆的使用量，减少不必要的风险。

购买前注意观察商品包装容器是否有破损和胀罐现象，出现这些现象的涂料不能购买。