

楊穎兒醫生



結婚多年努力「造人」，仍然未有好消息，確令不少夫婦心急如焚！有調查顯示，本港大約每6對夫婦就有1對出現不孕的問題，有婦產科專科醫生表示，女性成孕的機會和年齡相關，現今女性嘗試懷孕的年齡平均比過往推遲，所以出現不孕的比率也較高。若想有下一代，又要兼顧本身的生育計劃，有些女性會趁年輕時檢測AMH（抗穆氏管荷爾蒙），從而推斷自己的卵巢儲備，制訂更好的生育計劃。

婦產科專科醫生楊穎兒表示，「AMH是我們卵巢的基礎卵泡會排出來的一種荷爾蒙，它可以讓我們知道卵巢的儲備。因為女性出生的時候，所有的卵子都已經在卵巢裏，不會再增加。到青春期開始，我們會排卵，即每月會有一批卵子排出，卵巢儲備隨之減少，成孕的機會也會跟着下降。」

而卵巢裏面有愈多卵子，就會分泌愈多AMH，所以檢測AMH數值就可以作為推斷卵巢儲備的指標。

「除卵子數量，卵子質素和成孕機會也有很大關係。卵子質素一般都會隨年齡下降。」楊醫生說。

雖然檢測AMH可知卵巢儲備的情況，但如何解讀和應用，則因人而異。楊醫生舉以下3種較常見例子說明檢測AMH的作用：

1. 一位女性在30歲時計劃若干年後生育，先抽血檢測AMH，發現卵巢儲備相等於其他35、36歲的女性，換句話說「卵巢年齡」比「實際年齡」大，那便可能要調整自己原有的生育計劃，盡可能提早，否則到若干年後卵巢儲備可能會更少，更難成孕。

2. 同一情況，若這位女性發現「卵巢年齡」不比「實際年齡」大，卵巢儲備甚至比同齡女士更好，雖然無需急於生育，但也要考慮：若等到五年後35歲生育，到時卵巢儲備和卵巢質素始終會比今天差，是否應考慮現在以科技冷藏保存質素較佳的卵子（俗稱「雪卵」），以備數年後用來成孕？

3. 假設一位女性有需要做人工受孕，而這技術會需要用藥物刺激卵巢排卵，這時檢測AMH指數就可幫醫生制訂用藥刺激卵巢的方案，令卵巢的排卵數目達至最理想，再抽取來進行人工受孕。

雪卵須成熟 維持高質素

上述例子中提到的「雪卵」，楊醫生補充表示：「簡單來說，雪卵就是希望在女性年紀較輕的時候，以藥物刺激卵巢在同一時間有多些卵子成熟，然後把卵子取出，在攝氏零下196度冷藏起來。卵子取出之後，可以先檢視它是否足夠成熟，若足夠成熟就可以直接冷藏；若未足夠成熟，則可以在實驗室內多培植一天，讓它更成熟一點再冷藏，以提升將來使用時成孕的機會。而在攝氏零下196度之下，卵子的質素不會隨年齡下降，假設女性在30歲雪卵，即使她在35歲時才使用，卵子取出後仍會維持她30歲時的質素。」

女性遲生或變不孕 早驗AMH 查卵儲備

檢測不育男士都有責

導致不育的成因很多，男女都有機會不育，雙方亦可同時存在問題，因此夫婦雙方在評估過程中均需參與。任何可影響

精蟲製造或輸送的不良因素，如吸煙、飲酒、睪丸下降異常、陰囊靜脈曲張、生殖器官因手術或發炎而受損等，都可能導致男性不育。另外，最近的研究發現，男性如有無精症或精蟲極稀少的問題，其中有部分是由於遺傳因素所致；女性或因卵巢機能不全、內分泌失調而引致排卵異常、盆腔炎或子宮內膜異位而引致輸卵管閉塞或盆腔內黏連、先天性子宮結構異常等都會導致不育。

若詳盡的病歷及檢查，再加上全面的診查，均無法得出有關夫婦不育的明確解釋，這種情況稱為「成因不明的不育」。此類夫婦即使找不出不育的原因，但若女方年紀大或不育年期超過3年者，其自然受孕的機會亦會大幅下降，故應及早向專科醫生求診。

資料來源：香港家庭計劃指導會



■趁年輕時檢測AMH，有助制訂更好的生育計劃。



李灼珊

香港註冊中醫師
湖南中醫學院中醫內科博士

現今年輕人只顧最新科技，卻低估了前人的智慧。他們就像踏入反叛期的青少年，總認為自己的父母這不好，那也不行，一旦成熟了，才發現父母輩原來是多麼的傑出。

很多人不了解和不懂中醫，他們是以西醫的眼光和思維方式來看中醫，完全不懂中醫的思維方式和精髓。作為一個有幾十年經驗的中

中醫治未病 吾軀形而上

醫師，我的觀點是——中醫是傳統文化的瑰寶，永遠有傳承的價值。

要知道，西醫研究的是物質的身體，它是一門技術，可以標準化，人才也可以批量培訓，所以現在的西醫很強大。但中醫研究的是形而上的身體，是一門藝術，需要靈感和悟性，所以真正學懂中醫的

人才並不多。高明的中醫不僅可以在疾病的初期發現，並能提前消除疾病，這就是民間常說的「中醫治未病」。

我認為，這是中醫的最高境界，也是中醫的生命所在。如果理解了這兩點，那些不相信中醫的人就會放棄他們幼稚的觀點了。中醫

還是一門哲學，一門關於人生的哲學。學好了中醫不僅可以治病救人，還可以修身養性，成就人生的其他事業。例如，每個人都講求氣質，但氣質不是具體的，無法用眼耳鼻等感官判斷它的存在，而只能憑感覺。於是，如何能令人感覺到你有氣質，便成為一門重要學問了，而中醫的理論和個人氣質也很有關係。