



享孕 報

本刊主題

認識不孕症



上期目錄

什麼是不孕症	1
懷孕必備條件：精+卵+子宮環境	
認識基礎體溫	2
調節女性生殖系統的激素	
女性懷孕有關的激素解釋	3
女性常見的不孕原因	
女性不孕症診斷與治療	4
女性檢查流程	
調節男性生殖系統的激素	5
男性常見的不孕原因	
男性不孕症診斷與治療	6
男性相關檢查	
面對不孕，製造好孕	7
把握好孕四要素	
不孕症治療選對地方助好孕	8
介紹生殖醫學中心	
特別感謝	9
相關查詢網站	

下期目錄

什麼是人工協助生殖技術 (ICSI, IUI, IVF)	1
什麼是精子顯微注射 (ICSI)	
什麼是人工授精 (IUI)	2
人工授精 (IUI) 治療流程	
什麼是試管嬰兒 (IVF)	3
試管嬰兒 (IVF) 治療流程	
人工授精 (IUI) VS 試管嬰兒 (IVF)	4
什麼是冷凍技術	
冷凍技術的應用	5
冷凍技術的Q&A	
捐卵，我也可以嗎	6
不孕症迷思-受孕篇	
不孕症迷思-排卵針篇	7
不孕症迷思-療程篇	
胚胎植入數	8
如何減輕治療中的壓力	
特別感謝	9
相關查詢網站	

什麼是不孕症

健談
havemary.com
圖文創作：健談

台灣約30萬對夫妻正面臨不孕問題，不孕並不是丟臉的事情



不孕

在台灣每七對夫妻就有一對不孕

不孕症是指夫妻有規律性生活、未避孕，達一段時間後仍無法懷孕

規律性生活一年以上未懷孕

規律性生活半年以上未懷孕



未滿
35歲

女性
35歲

35歲
以上



男性其實也佔了不孕因素的四成

生不出來
就是你的錯

媽，其實是我的問題啦

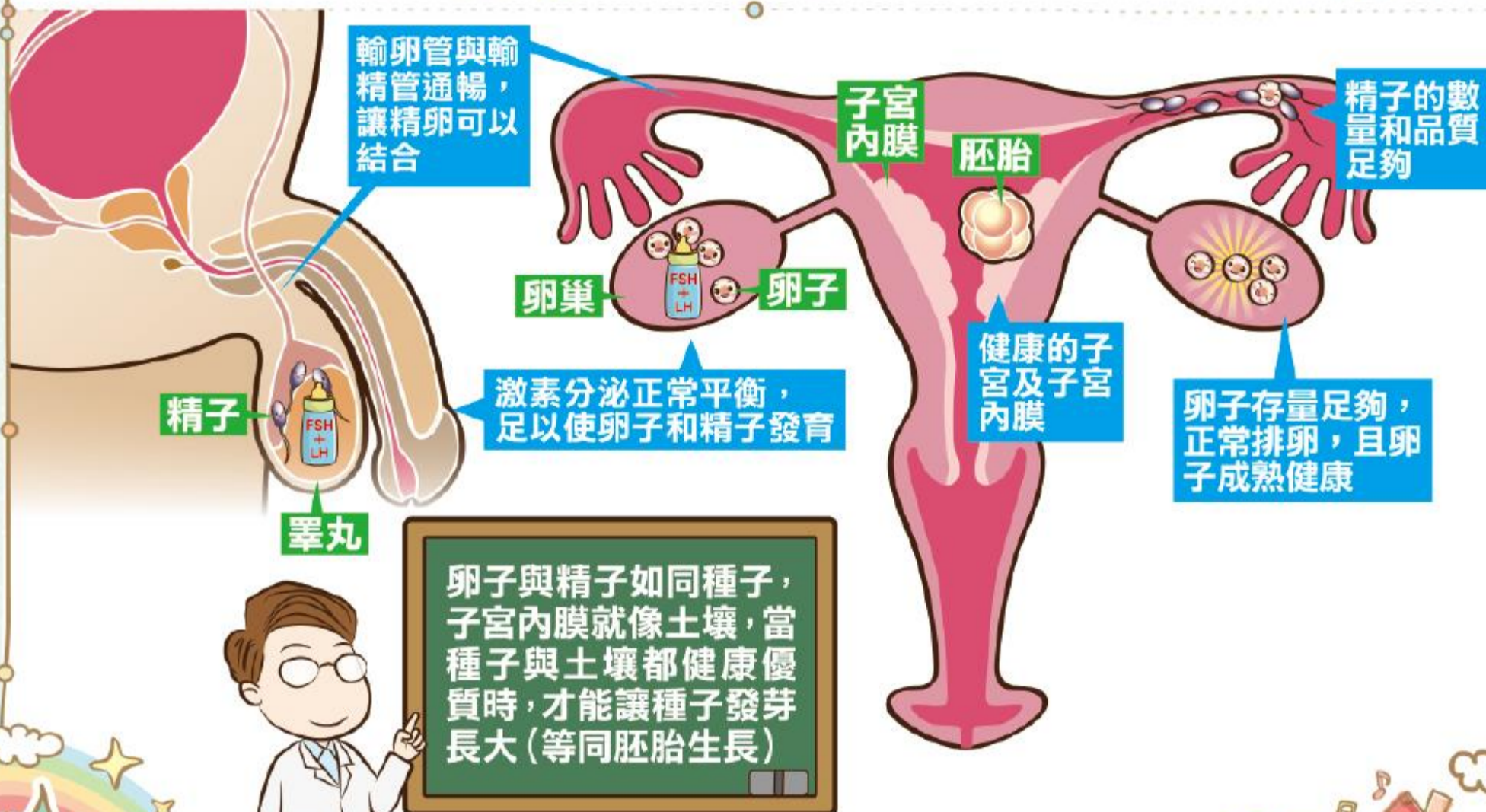


不孕症治療相當多元且進步，只要夫妻願意一起努力，想懷孕都不是難事



懷孕的必備要件：精+卵+子宮環境

健談
havemary.com
圖文創作：健談



認識基礎體溫

基礎體溫是指經過足夠睡眠，身體代謝緩和後，測量到的體溫

早上醒來躺在床上還未開始活動前就先測量口溫，最好是自然清醒時測量



月經來潮到排卵前體溫較低，排卵後體溫隨之升高，高溫期持續約12-16天



可顯示到小數點以下兩位的溫度

準備一支基礎體溫專用的溫度計，一般藥局均有販售

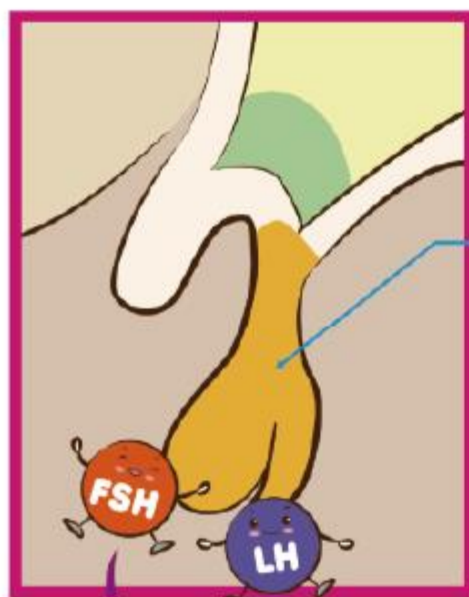


測量後記錄體溫時，也將相關事項寫下，如感冒、睡眠不足、行房等



若有高溫期與低溫期變化，通常表示有排卵

調節女性生殖系統的激素

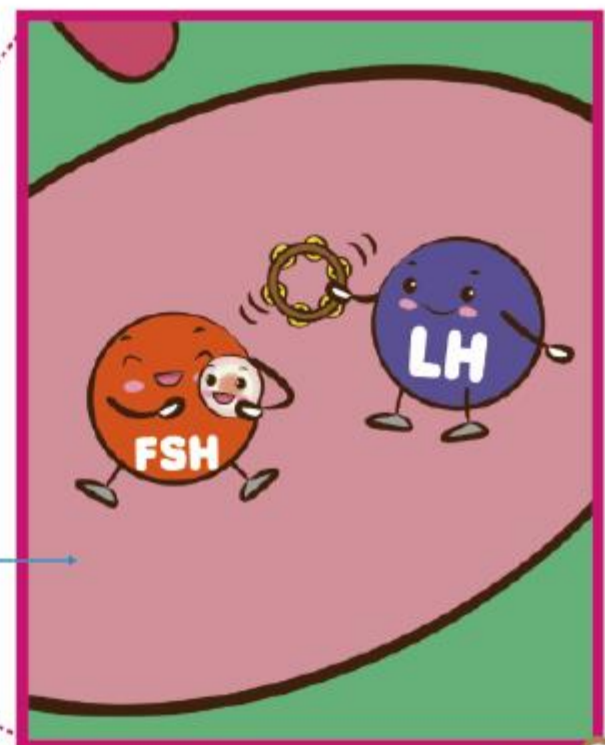


腦下垂體

FSH與LH是刺激卵泡，促使卵泡成熟的激素

子宮

卵巢



女性懷孕有關的激素解釋

健談
havemary.com
圖文創作：健談

AMH(抗穆氏管激素)
與FSH(促濾泡激素)
皆為女性卵子庫存量的
評估指標，其中
AMH是重要的指標



正常

$AMH \geq 2$ | $FSH < 10$



衰退

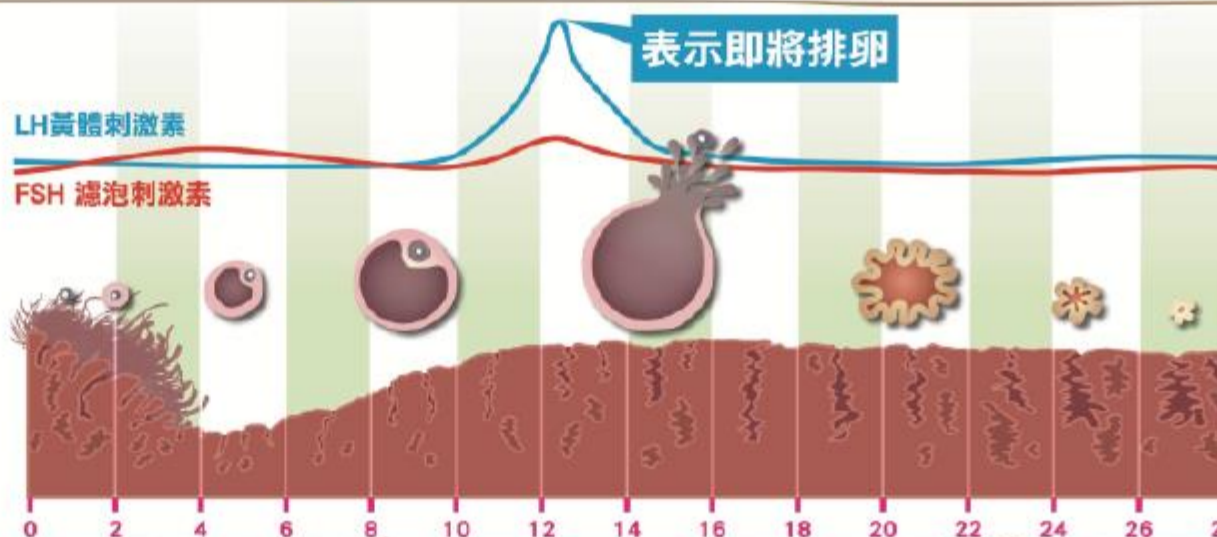
$0.2 \leq AMH < 2$ | $10 \leq FSH < 25$



嚴重衰退

$AMH < 0.2$ | $FSH \geq 25$

LH(黃體刺激激素):
與FSH一樣都是刺激性
腺激素，若低於1.2則
表示不足



女性常見的不孕原因

健談
havemary.com
圖文創作：健談

年齡：35歲以後卵子品質及數量
迅速下降



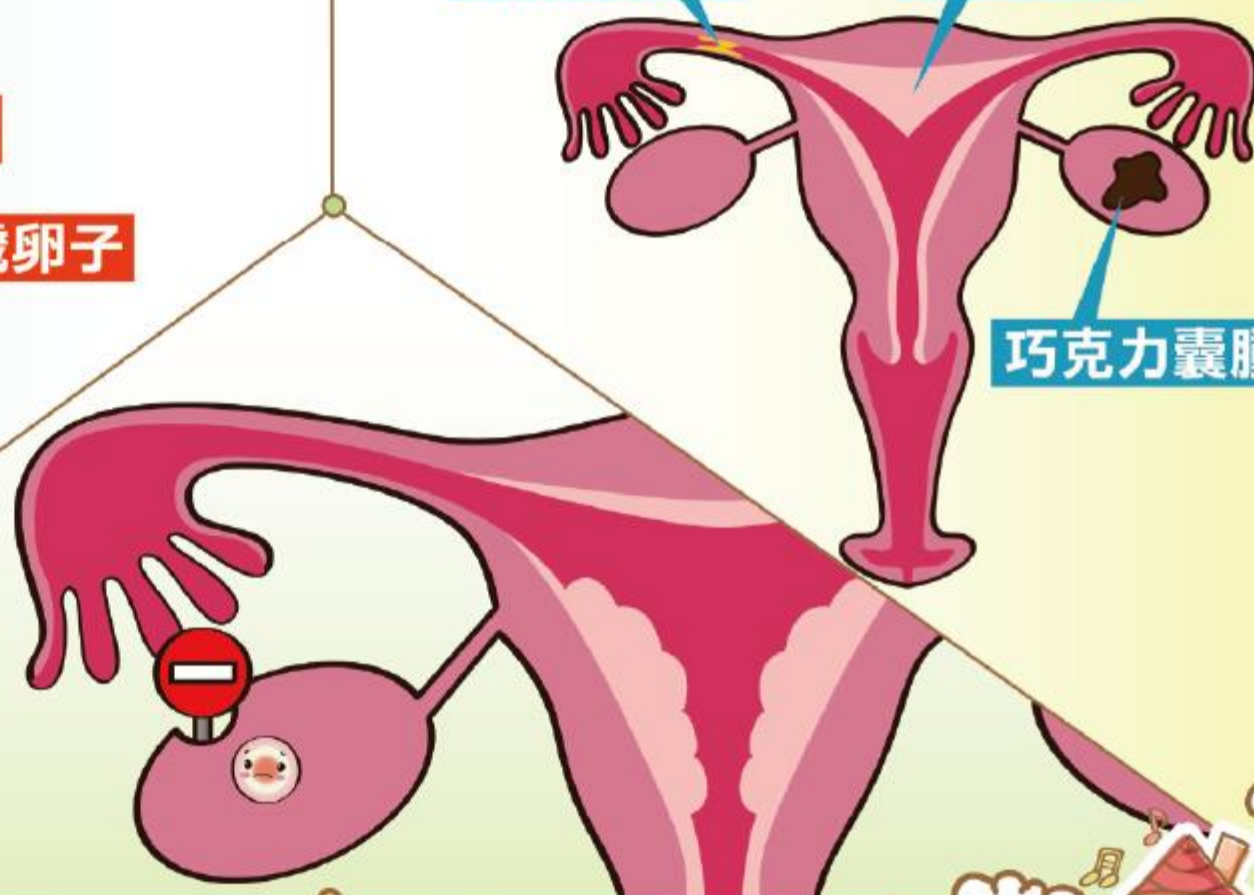
排卵異常

輸卵管與子宮問題

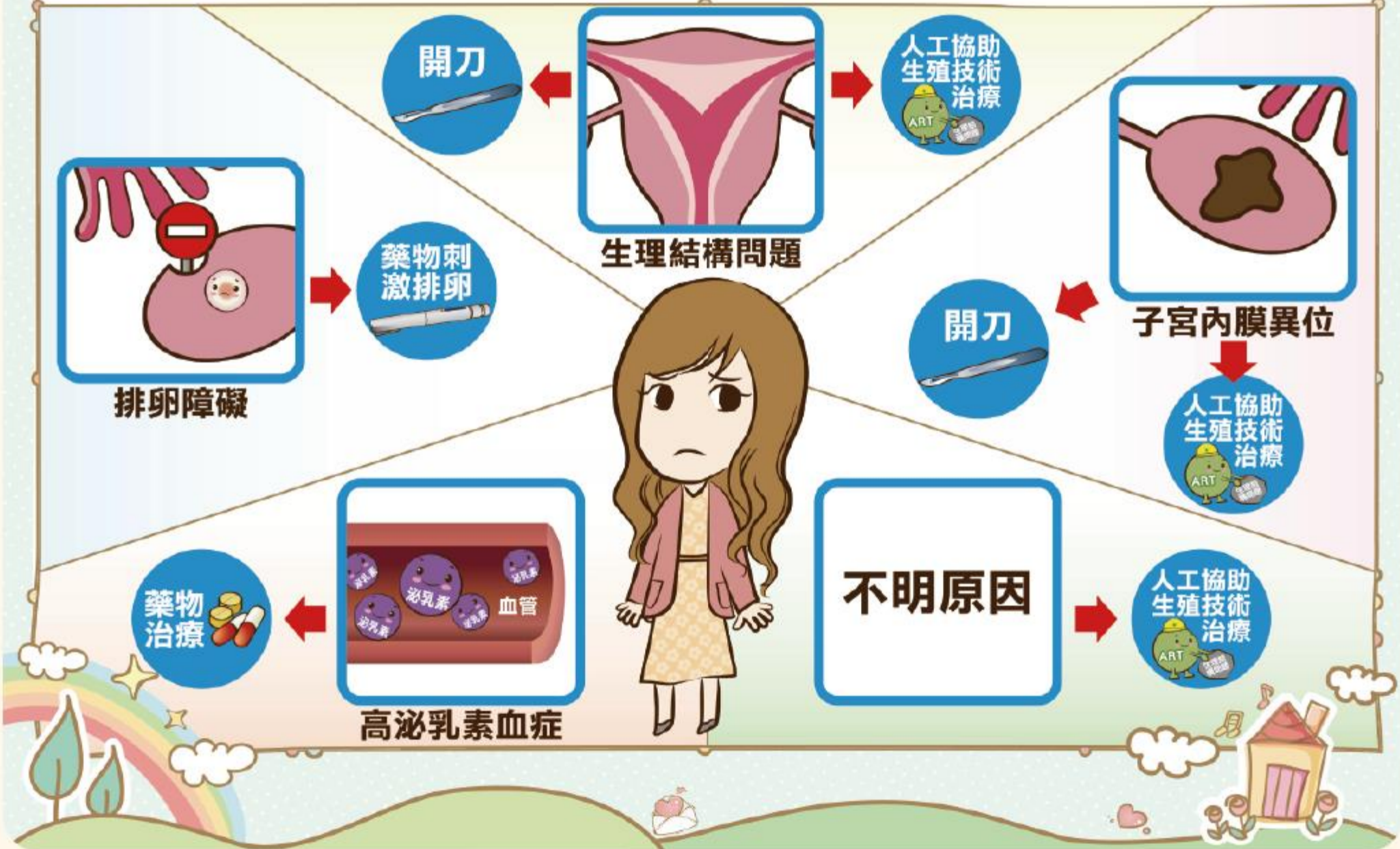
輸卵管阻塞

子宮中隔

巧克力囊腫



女性不孕症診斷與治療

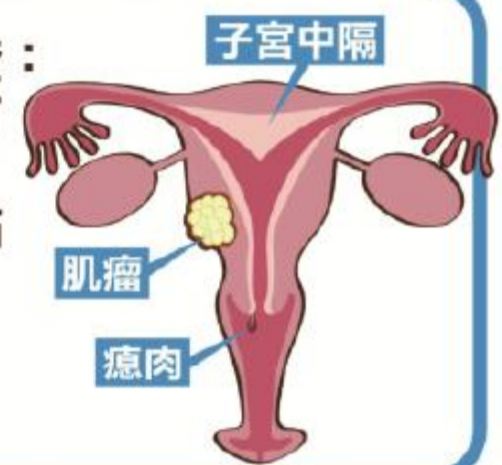


女性檢查流程

抽血檢查：
檢查體內激素
分泌狀況



子宮鏡檢查：
檢查是否有
子宮中隔、
肌瘤、沾黏、
瘰肉等

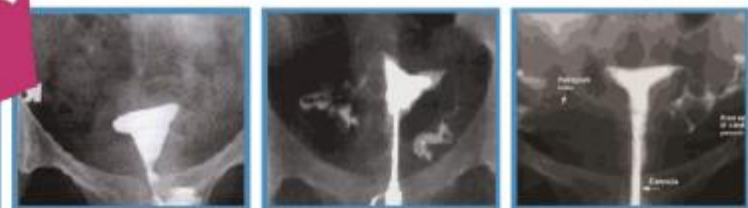


子宮有問題時，
進行進一步的檢查

超音波檢查：
檢查子宮與卵
巢有無問題，
同時可追蹤卵
泡成長狀況



子宮輸卵管攝影檢查：
檢查輸卵管病變或阻塞



完全不通

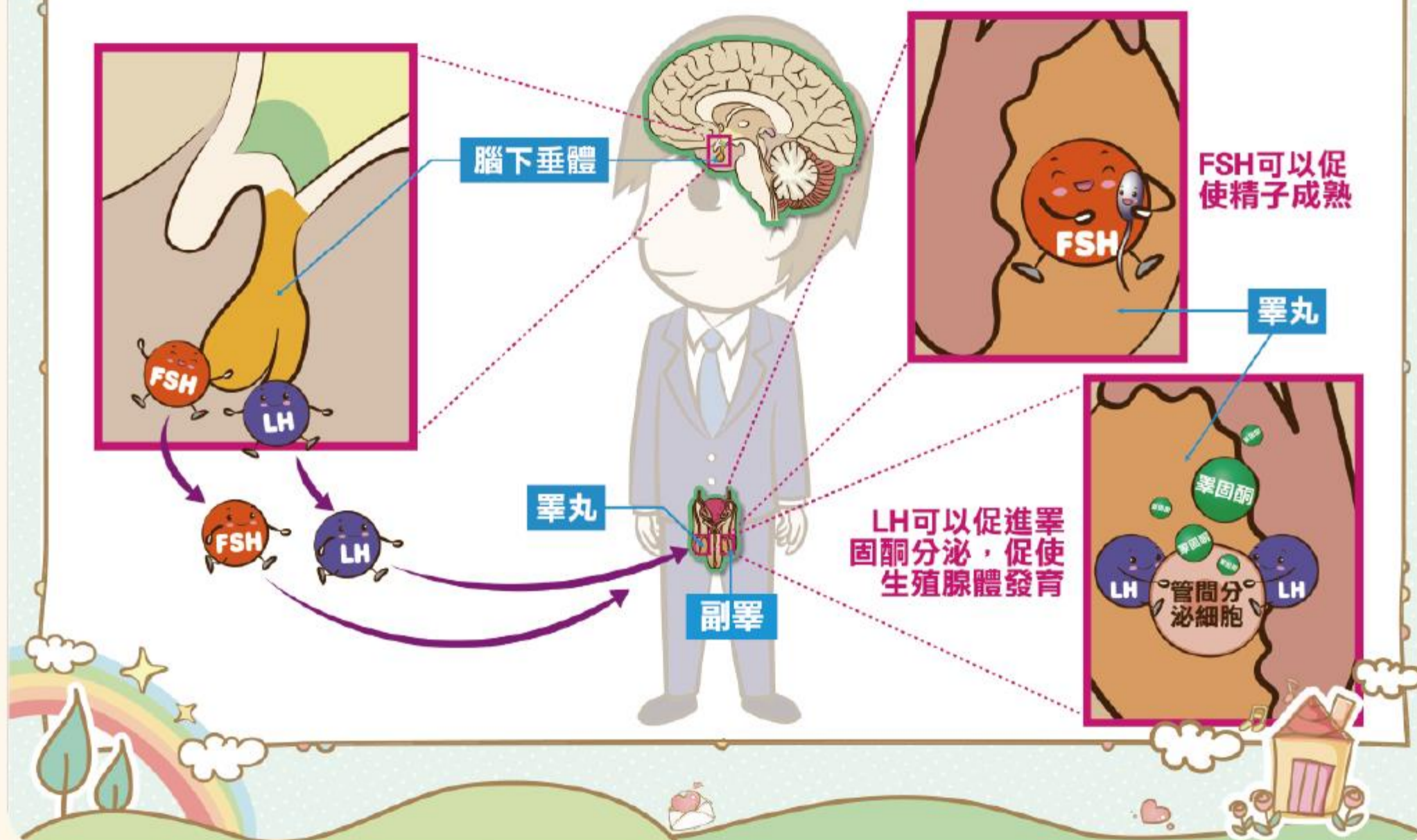
只通一邊

正常

輸卵管有問題時，
進行進一步的檢查

調節男性生殖系統的激素

健談
havemary.com
圖文創作：健談



男性常見的不孕原因

健談
havemary.com
圖文創作：健談

精子製造異常：

先天性睪丸異常、下視丘或腦下垂體疾病、睪丸損傷(外傷)等皆會影響

可能造成無精症或精蟲稀少症



疾病後遺症：

腮腺炎、隱睪症、精索靜脈曲張，都會影響精子生存與品質



精子輸送異常：

輸精管結紮、先天性阻塞、副睪先天或感染阻塞，都可能造成不孕

也可能先天就沒有輸精管



睪丸溫度過高：

常穿過緊不透氣的褲子、泡很熱的溫泉、過度騎腳踏車，可能造成精子活動力不佳或數量減少

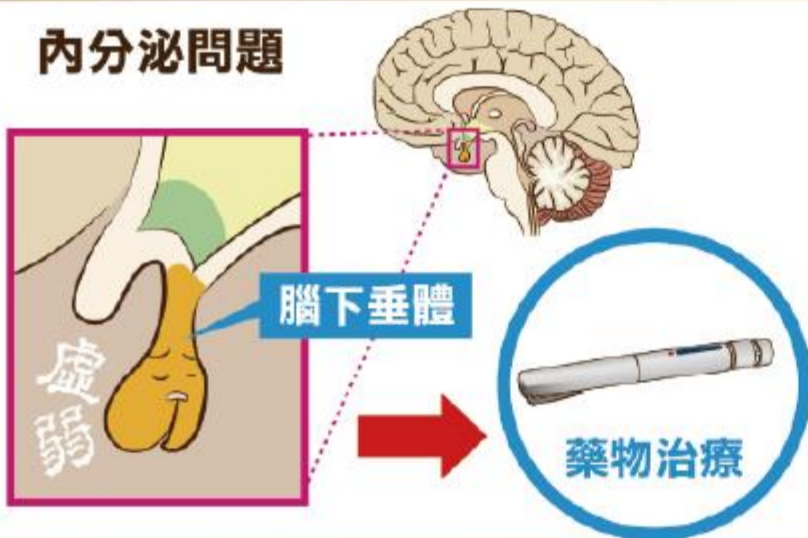


菸酒可能使精子數量降低

男性不孕症診斷與治療

健談
havemary.com
圖文創作：健談

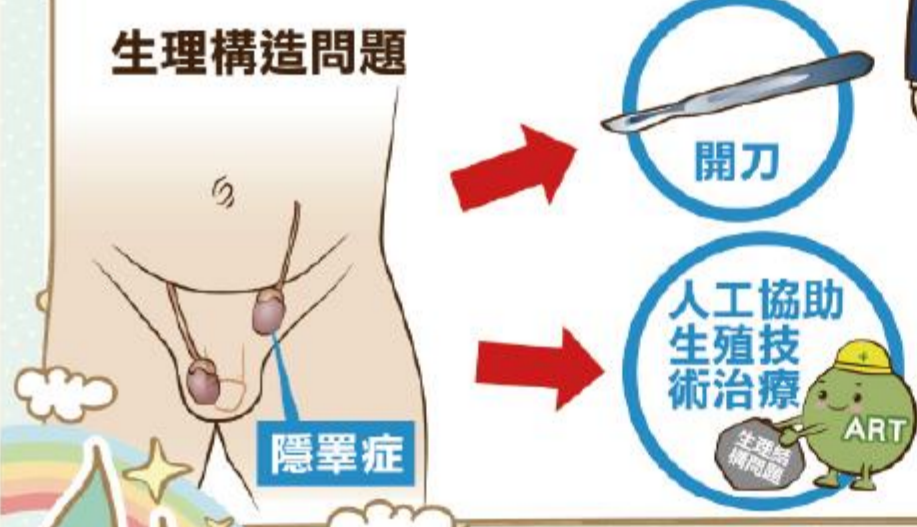
內分泌問題



免疫問題



生理構造問題



不明原因



男性相關檢查

健談
havemary.com
圖文創作：健談



精液容積：正常應 ≥ 1.5 毫升
外觀：正常為乳白色
酸鹼值：pH值 ≥ 7.2



精子活動力至少要有40%，
精子活動力屬於A、B級須有32%以上

精子濃度：每毫升中至少有1,500萬隻精子



液化時間：精液離開人體後會先凝結，正常會在60分鐘內液化

精子形態：正常精子的頭是卵圓形，分叉破損、捲曲、寬度不均勻都是異常。採嚴格標準正常形態精子 $\geq 4\%$



面對不孕，製造好孕

健談
havemary.com
圖文創作：健談

夫妻應共同面對不孕，一起努力治療，並控制好情緒與學習溝通



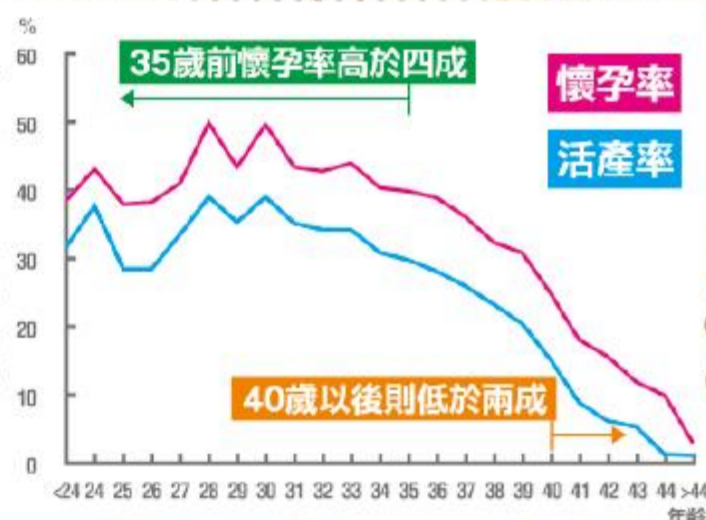
不孕的原因很複雜，治療需依個人狀況不斷調整，相信你的醫師，不要一次不成功就換醫生



選擇適合的療程，建議若做3次人工授精不成功，可考慮積極嘗試試管嬰兒



建議及早做試管嬰兒治療，越堅持治療，累積懷孕率就會越高

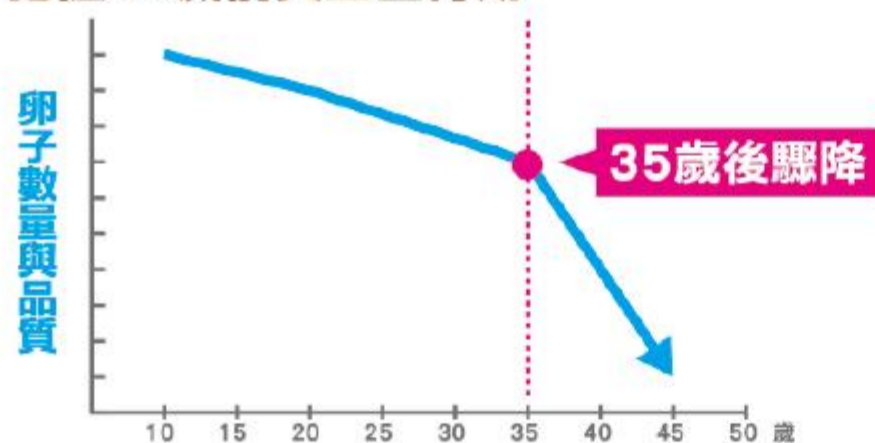


統計資料來源：國健署102年台灣地區人工生殖施行結果分析報告

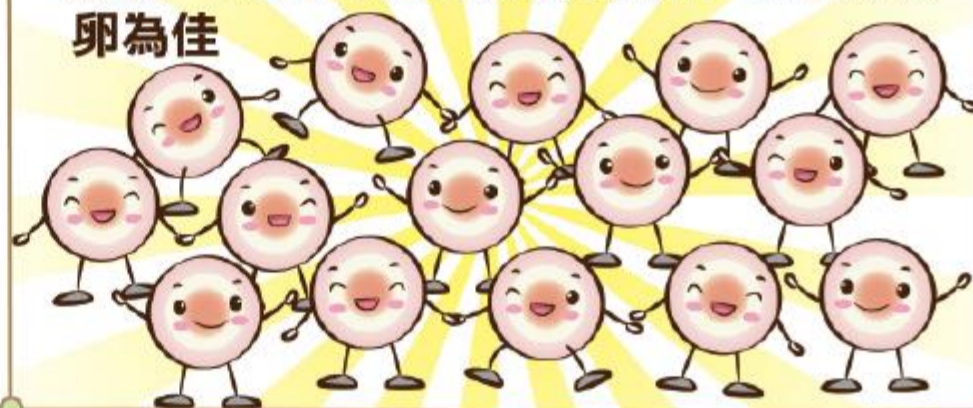
把握好孕四要素

健談
havemary.com
圖文創作：健談

把握35歲前黃金生育期



可透過較穩定的基因工程製劑排卵針刺激排卵，每個治療週期以取得10~15個成熟卵為佳



配合醫師，遵從治療計劃



家人的支持、自己心情的調適，都是對治療有幫助



不孕症治療選對地方助好孕

健談
havemary.com
圖文創作：健談



選擇有國健署認證的生殖醫學中心，比較有保障

生殖醫學中心
查詢網址
<http://ppt.cc/909sj>



介紹生殖醫學中心

健談
havemary.com
圖文創作：健談

晚婚的女性新婚後可以到生殖醫學中心做諮詢與檢查，提早了解身體的狀況，以利懷孕或治療

生殖醫學中心

專業的醫師與儀器，幫助更快釐清不孕症原因並治療



若需要做到試管嬰兒，找有國健署認可的生殖醫學中心，更能保障安全與品質喔



相關查詢網站

健談
havemary.com

國民健康署 人工生殖專區

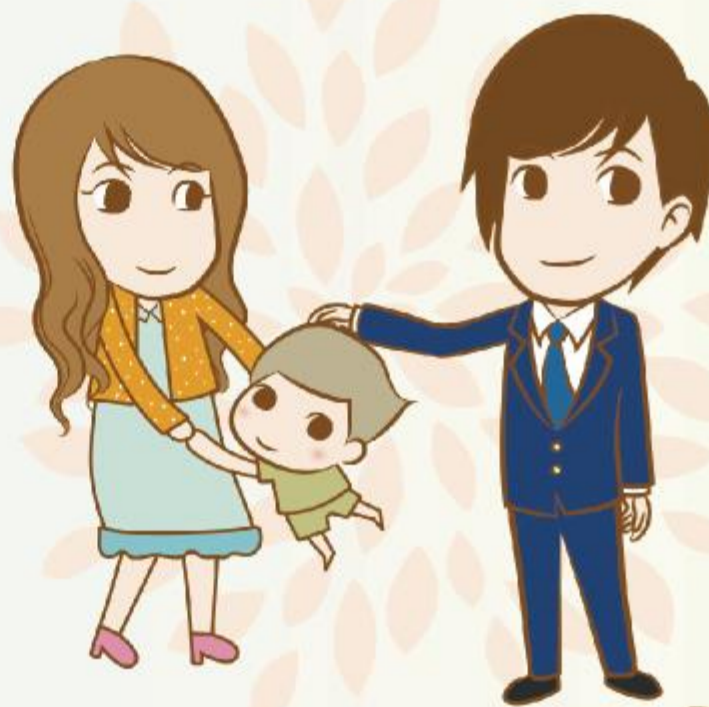
<http://ppt.cc/-jF4>

台灣生殖醫學會

<http://www.tsrn.org.tw/html/>

中華民國生育醫學會

<http://www.fs.org.tw/>



特別感謝

健談
havemary.com

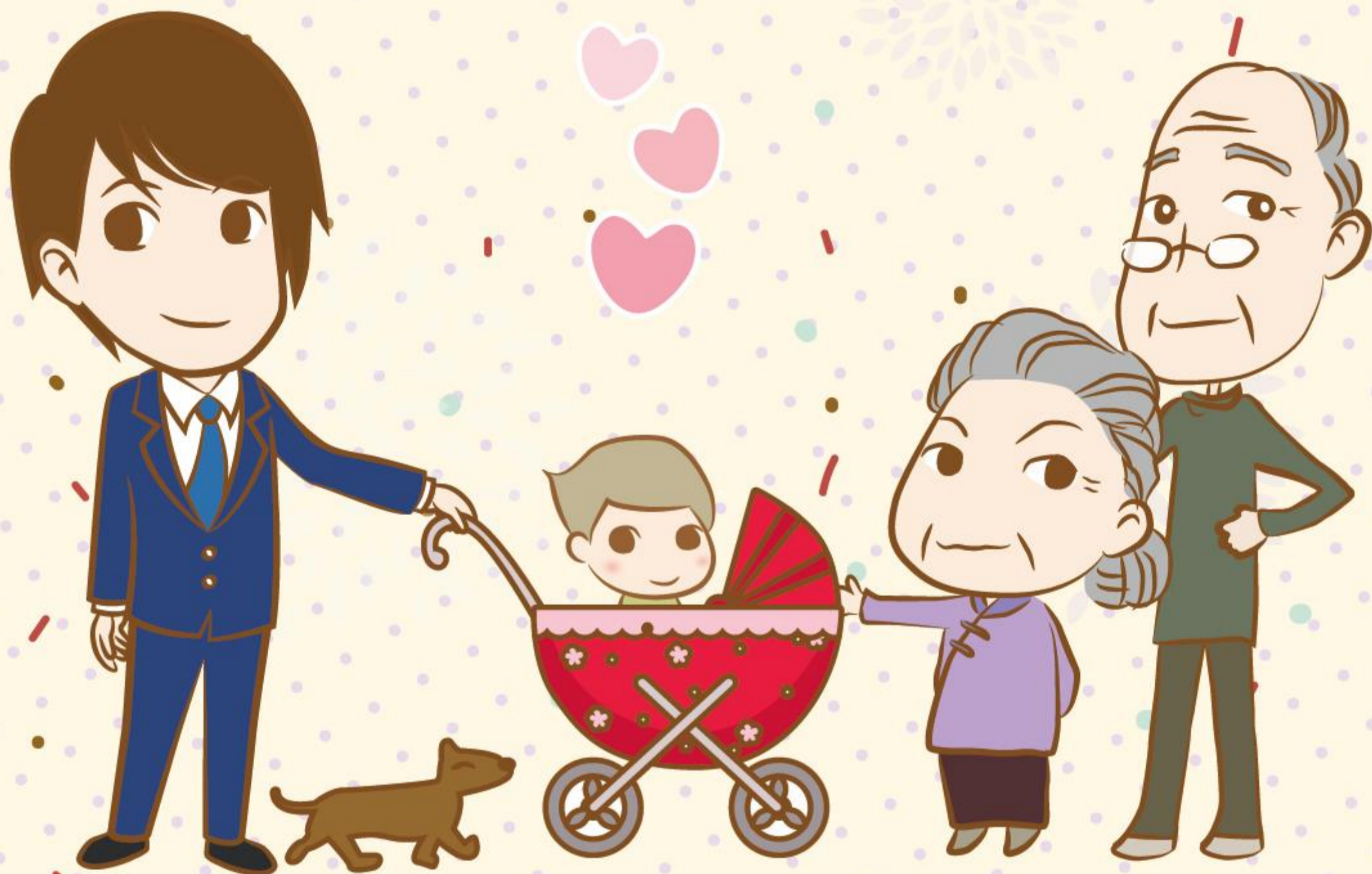
中華民國生育醫學會



台灣生殖醫學會

提供醫學專業諮詢





中華民國生育醫學會



台灣生殖醫學會

享孕
報

本刊主題

不孕症的治療



上期目錄

什麼是不孕症	1
懷孕必備條件：精+卵+子宮環境	
認識基礎體溫	2
調節女性生殖系統的激素	
女性懷孕有關的激素解釋	3
女性常見的不孕原因	
女性不孕症診斷與治療	4
女性檢查流程	
調節男性生殖系統的激素	5
男性常見的不孕原因	
男性不孕症診斷與治療	6
男性相關檢查	
面對不孕，製造好孕	7
把握好孕四要素	
不孕症治療選對地方助好孕	8
介紹生殖醫學中心	
特別感謝	9
相關查詢網站	

下期目錄

什麼是人工協助生殖技術 (ICSI, IUI, IVF)	1
什麼是精子顯微注射 (ICSI)	
什麼是人工授精 (IUI)	2
人工授精 (IUI) 治療流程	
什麼是試管嬰兒 (IVF)	3
試管嬰兒 (IVF) 治療流程	
人工授精 (IUI) VS 試管嬰兒 (IVF)	4
什麼是冷凍技術	
冷凍技術的應用	5
冷凍技術的Q&A	
捐卵，我也可以嗎	6
不孕症迷思-受孕篇	
不孕症迷思-排卵針篇	7
不孕症迷思-療程篇	
胚胎植入數	8
如何減輕治療中的壓力	
特別感謝	9
相關查詢網站	

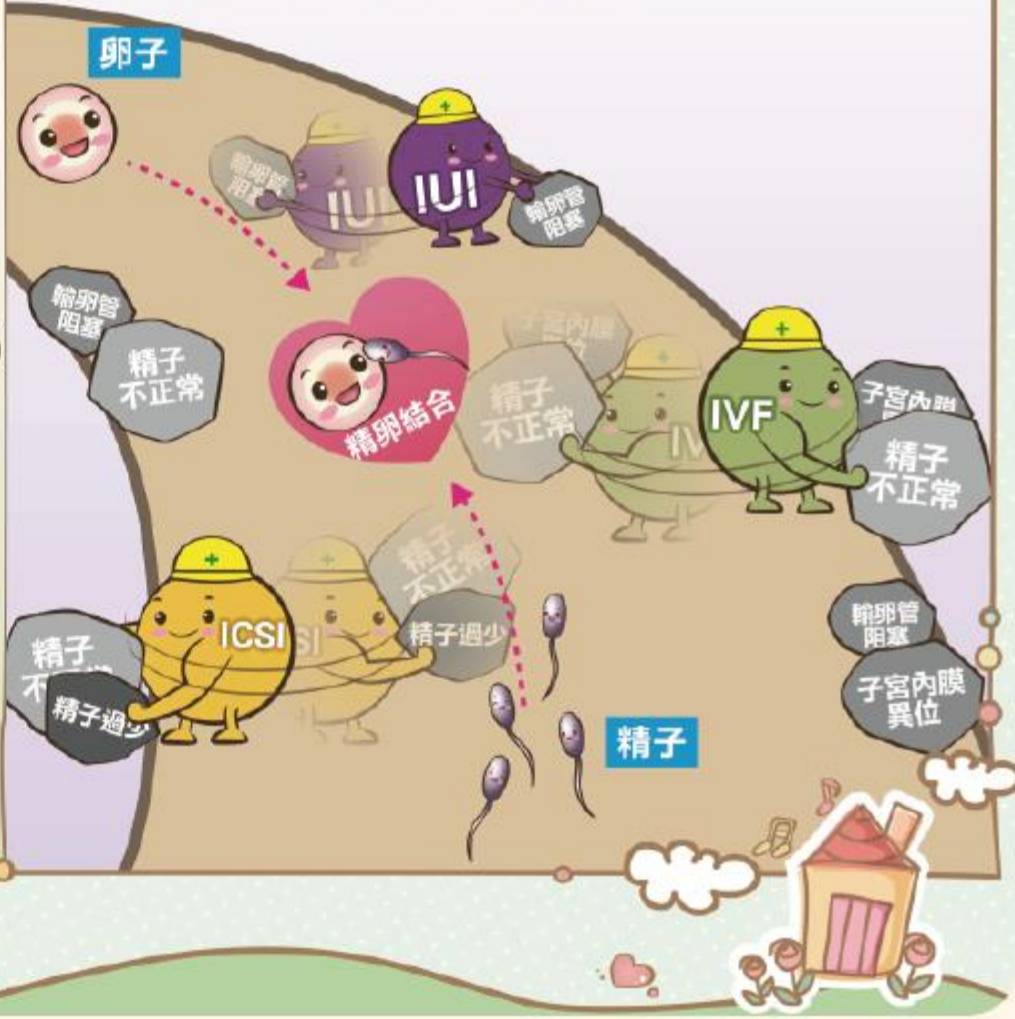
什麼是人工協助生殖技術(ICSI, IUI, IVF)

健談
havemary.com
圖文創作：健談

人工協助生殖技術，簡稱ART (Assisted Reproductive Technologies)，是許多治療方式的總稱



ART是透過醫學方式協助排除不孕因素，達到成功懷孕的目的

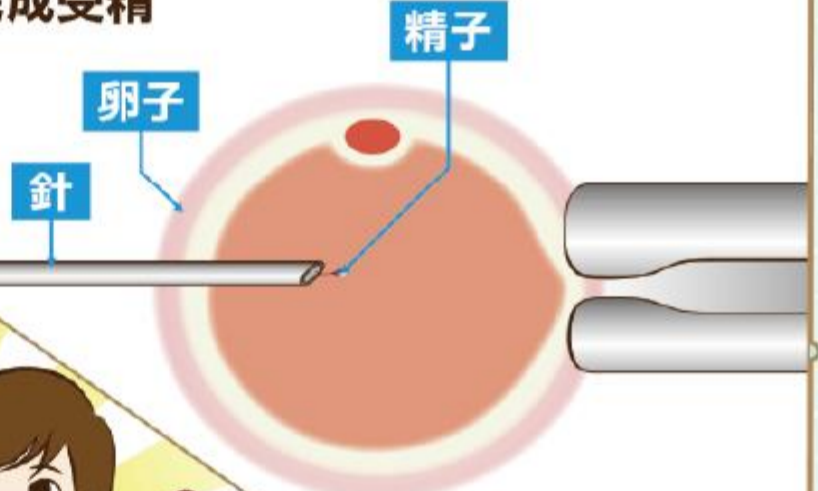


什麼是精子顯微注射(ICSI)

健談
havemary.com
圖文創作：健談

精子數目太少或活動力太差，而無法受精，可採用此法

方法是將顯微鏡下篩選出一隻精子，直接用注射針送入卵子細胞質內部，完成受精



目前是治療男性不孕較有效的方式之一



什麼是人工授精(IUI)?

健談
havemary.com
圖文創作：健談

人工授精是在排卵時，將男方精液取出並處理後，注入女方子宮內受精

未處理的精液



注入子宮受精



挑出活動力好的精子

嘗試簡單治療或口服排卵藥後，仍無法受孕者，可以盡快嘗試人工授精



不適合使用IUI的族群：

- 1. 精蟲品質太差
- 2. 輸卵管阻塞
- 3. 子宮內膜異位症



先天性無睪丸、睪丸萎縮、無精症者也不適合

人工授精懷孕的機會約有8~17%，女性35歲以上，或嘗試兩~三次無效者，可改用試管嬰兒



口服排卵藥配合IUI，懷孕率約為8.3%
施打排卵針配合IUI，懷孕率約為17.1%

人工授精(IUI)治療流程

健談
havemary.com
圖文創作：健談



用超音波及抽血檢查濾泡成長狀況與雌激素濃度，並預測排卵時間



濾泡夠大時，注射破卵針使卵子成熟



將活動力好的精子用細導管注入子宮腔內，以便受精

精子

人工授精約兩週後驗孕



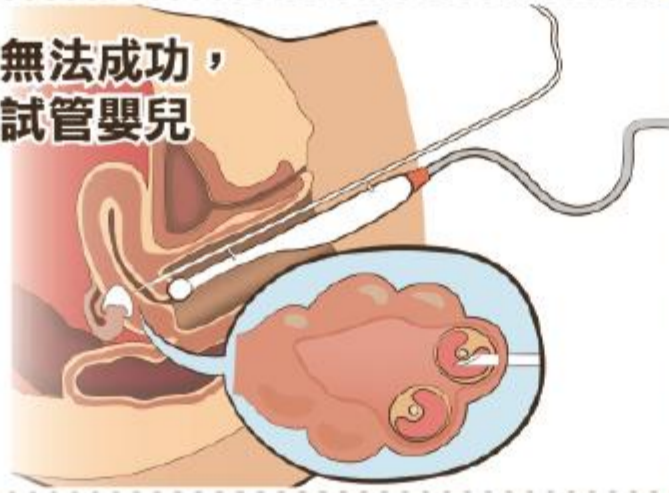
連續注射排卵針，刺激卵巢濾泡成長



什麼是試管嬰兒(IVF)

健談
havemary.com
圖文創作：健談

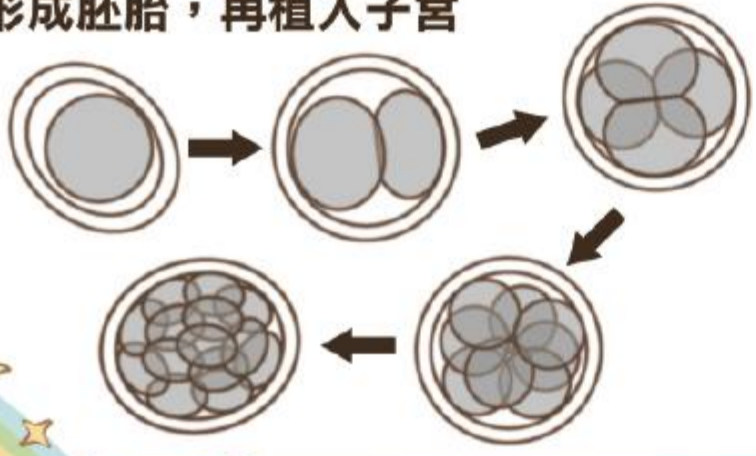
人工授精若無法成功，建議及早做試管嬰兒



將卵子與精子取出後，在體外完成受精



受精3~5天後，受精卵開始分裂形成胚胎，再植入子宮



除了受精與胚胎培養外，寶寶仍然是在媽媽的子宮內成長



試管嬰兒(IVF)治療流程

健談
havemary.com
圖文創作：健談



用超音波及抽血檢查濾泡成長狀況與雌激素濃度，並預測排卵時間



濾泡夠大時，注射破卵針使卵子成熟



濾泡成熟後取卵

等胚胎培養成熟後植入胚胎



驗孕，看是否成功



體外培養3-5天後，植入胚胎



連續注射排卵針，刺激卵巢濾泡成長



人工授精(IUI) VS 試管嬰兒(IVF)

健談
havemary.com
圖文創作：健談

	自然受精	人工授精(IUI)		試管嬰兒(IVF)
濾泡刺激方式	口服排卵藥	口服排卵藥	施打排卵針	施打排卵針
取卵	不需要	不需要	不需要	需要
差異	自然受精	注入精子	注入精子	植入胚胎
懷孕率	5.6%	8.3%	17.1%	35.8%
活產率	無官方統計數據	無官方統計數據	無官方統計數據	26.4%
適用時機	簡單治療	嘗試過簡單治療，如：口服排卵藥自然受精失敗		1.嘗試過簡單治療，如：口服排卵藥或人工授精後，仍無法受孕者 2.輸卵管阻塞、嚴重子宮內膜異位症、卵巢機能衰竭 3.精子數量或活動力太差

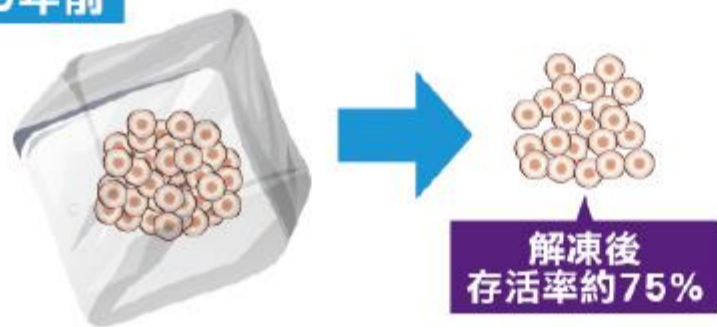
* 數據資料來源：美國生殖醫學委員會統計資料及國健署102年台灣地區人工生殖施行結果分析報告

什麼是冷凍技術

健談
havemary.com
圖文創作：健談

過去的慢速冷凍技術容易產生冰晶，對精子、卵子、胚胎造成破壞

2005年前



玻璃化冷凍技術的出現，將精子、卵子與胚胎解凍後的存活率提升至95%

2008年後



冷凍技術，可以將精子、卵子、胚胎冷凍，等到以後要用時再解凍

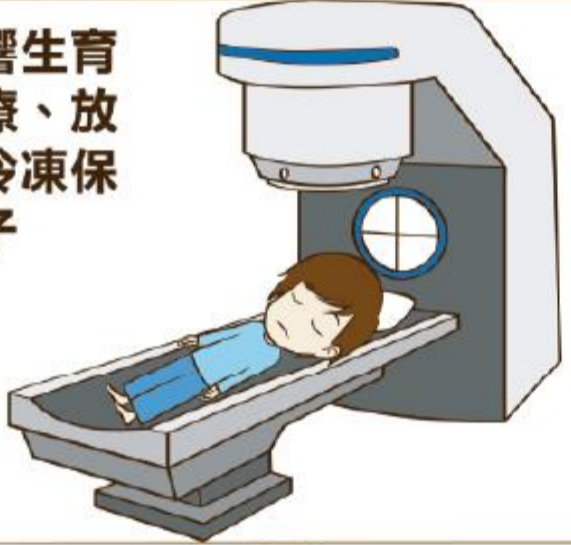


透過快速降溫的方式冷凍，並用液態氮保存



冷凍技術的應用

接受可能影響生育的手術或化療、放療之前，可冷凍保存精子或卵子



夫妻分隔兩地工作，可透過冷凍精子，等排卵時以人工授精方式注入



成功了！懷孕了！



短期無生育計畫或對象者，可冷凍保存卵子，供未來使用



做試管嬰兒時，多餘的胚胎也可透過冷凍保存，若著床失敗或想再懷孕，都可拿出來使用



冷凍技術的Q&A

Q1 冷凍精子、卵子、胚胎的懷孕率與胎兒健康會不會比較差？



A1 不會，並無顯著差異



Q2 冷凍的精子、卵子、胚胎可以保存多久呢？



保存期限：？

A2 精子、卵子無保存年限，但胚胎依照法規只能保存10年

若離婚或一方死亡，胚胎也須銷毀



Q3 冷凍卵子後，是不是就可以晚生育呢？



A3 高齡產婦的風險與畸胎率都比較高，建議盡早生育較好



捐卵，我也可以嗎

當女方因為疾病、先天問題等，造成無法生育時，可接受他人捐贈的卵子



目前台灣需求卵子者多，但捐贈者少，捐卵不只成就一個生命，更是圓一個夢



至經國健署核可之生殖醫學中心做相關檢查，符合後即可捐贈卵子



捐卵並不會提早更年期，只是將原本要排掉的卵先取出並捐出，不必擔心



不孕症迷思 - 受孕篇

Q1 男人會射精，就有生育能力嗎？



A1 不一定，沒有精子也可以射精，所以要看精子品質、數量、活動力



Q2 體重會影響懷孕率？



A2 體內有30%的雌激素由脂肪細胞生成，體脂不正常時，可能影響內分泌，降低懷孕率



Q3 生過一胎，就很容易懷下一胎？



A3 不一定，有些夫妻雖然曾順利懷孕，後來卻診斷出續發性不孕症



不孕症迷思 - 排卵針篇

健談
havemary.com
圖文創作：健談



排卵針是讓原本無法長大的卵泡成熟排出，並不會提早更年期

打排卵針
會不會提早
更年期？

打排卵針
會不會致癌？

打排卵針
會不會變胖？



依據國際現有的研究，無證據指出排卵藥、排卵針會致癌

現在已有筆型
排卵針，操作
方式很簡單



雌激素有保水作用，會造成暫時性水腫，療程結束後就會恢復，並不會變胖

不孕症迷思 - 療程篇

健談
havemary.com
圖文創作：健談

Q 試管嬰兒療程期間要完全臥床？



A 試管嬰兒療程期間，可照常上班、活動，不必完全臥床

Q 不孕治療一定會懷上多胞胎？



A 可與醫師討論胚胎植入數量，以降低多胞胎機率

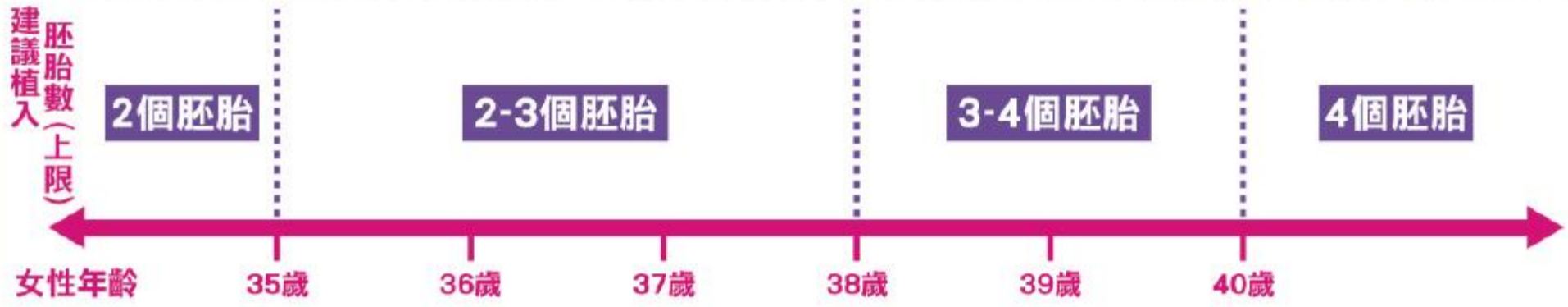
Q 試管嬰兒的小孩會不會比較不健康？



A 試管嬰兒與一般胎兒的智力發展或身體發育等均無太大差別



胚胎植入數



雖然一次植入多個胚胎懷孕率較高，但也可能造成多胞胎

法律規定一次最多只能植入四顆胚胎

搭配冷凍技術，可將胚胎冷凍，一次植入1-2顆胚胎，分多次植入

多次植入累積懷孕率較高，且可以降低多胞胎的機率，避免風險

如何減輕治療中的壓力？

夫妻一同面對不孕症治療，為未來做好安排，以減輕壓力

治療時女方承受較大的風險與後遺症，男方陪同治療，可給予較多心理支持

治療並非一定成功，失敗也不要太沮喪，可和醫師討論原因，並積極進行下一次治療

轉移注意力，出門旅遊或安排活動，暫時不去想不孕的事

當另一半無法給予支持，也不想找朋友談時，可尋求心理醫師協助



相關查詢網站

國民健康署 人工生殖專區

<http://ppt.cc/-jF4>

台灣生殖醫學會

<http://www.tsrn.org.tw/html/>

中華民國生育醫學會

<http://www.fs.org.tw/>



特別感謝

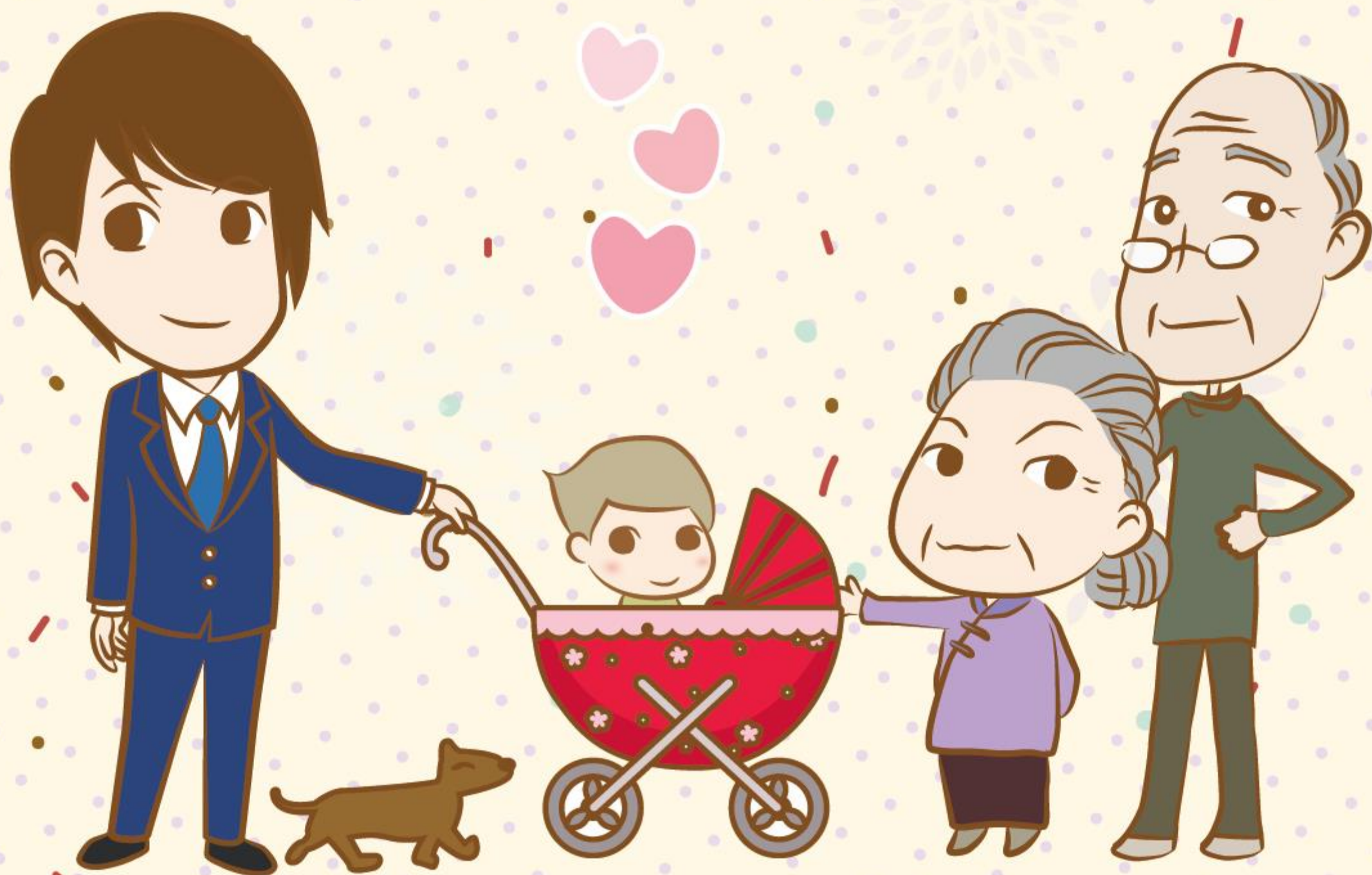
中華民國生育醫學會



台灣生殖醫學會

提供醫學專業諮詢





中華民國生育醫學會



台灣生殖醫學會