

男性生殖健康系列之二

输精管结扎后复通能否再生育

输精管切除术被视为永久性绝育的方法，但复通输精管后是否能如愿生育子女？



医生执笔

李经政 国大医院泌尿科 男性与生殖医学部主任 高级顾问医生 林琬绯 / 译

卓先生到男性生殖诊所来向我求诊。他40出头，我们是第一次见面。卓先生育有两个儿子，小儿当时8岁。他一见面就问：“医生，我在七年前做过输精管结扎术，但是我和太太现在想多生一个小孩，你能不能帮我？”

对于希望能自由享受性生活却不想承受服用避孕药的不便与风险的夫妇，以及那些不想再有小孩或决定不生育的伴侣，节育最好的方法就是输精管结扎术，或称输精管切除术。

输精管切除术是男性结扎的方法，将输精管的部分组织切除结扎，阻止精子通过输精管从睾丸汇入精液，从而阻断精子受精的可能性。这项节育程序安全且近乎百分百可靠，往往被视为永久性绝育的好方法。

输精管切除术的功能

输精管切除术与阉割（切除睾丸）是截然不同的两个概念。输精管切除并不会影响男性的睾酮激素分泌、性欲、性功能或其他肌肉功能，也不会增加心脏疾

病、前列腺癌、睾丸癌的风险，或导致其他与健康相关的问题。切除睾丸则带来睾酮激素不足的并发症。

卓先生之所以来求诊，是因为大儿子不幸在几年前因病离世后，他和太太便渴望能再生一个孩子重建家庭。我评估检查了卓先生的健康状况之后，为他动了输精管复通显微手术。手术相当成功，几个星期后，卓先生的精液里又有精子了。夫妻俩正在努力争取自然受孕。

男性一般会在几种情况下要求复通输精管，例如丧子、夫妻感情变质另结新欢再娶。术后是否还能成功受孕，取决于好些因素，包括与输精管切除术时隔多久，女伴的年龄，以及是否存在其他不利于受孕的客观因素。

输精管重建术的成功率介于

40%至90%。距离输精管切除术的时日越长，成功重建复通的概率越低。即使重建成功，精子再次透过输精管汇入精液，也无法保障一定能生育，因为女伴的年龄等其他因素都会影响受孕概率。

重建内腔使精子流通

输精管复通术的方法是，外科医生透过皮肤开个微型开口，找到输精管切断的两端；谨慎地去除疤痕组织之后，把两侧的输精管切断的两端缝合，重建内腔，重新使精子流通。

输精管复通术后出现并发症的概率偏低，极少时候可能发生阴囊出血导致血栓，引发疼痛肿胀。手术过程也可能引起感染，须使用抗生素缓解。

有些患者会要求在复通术过

程中也把精子冷冻储存起来，以备万一复通手术失败后还能派上用场。这一般上是不需要的。

输精管复通术成功后，精子快则在几周内在精液中恢复，慢则可拖上一年或更久。而能否受孕，还得取决于多个因素，如精子的数量与质量，以及女伴的年龄。

输精管复通术也可能在集几种情况下失败，例如睾丸内的精子生产本来就存在问题，或者疤痕组织在术后对输精管造成新的阻隔。

也有一些男性在第一次复通术失败后二度动手术，其他人则选择利用冷冻精子进行人工受孕，而冷冻精子则是在复通手术过程中直接从睾丸或附睾汲取精子，或是择日再进行。



不要小看行走或运动时小腿发出的疼痛警钟。(iStock图片)

正视周边动脉血管问题

别忽略小腿抽筋

走路或爬楼梯感觉小腿酸痛、抽筋，休息几分钟后疼痛消失，人们常把这现象误解为运动强度太高或走路过多使然，医生警告，有这问题的千万别延医。

康秀金 / 报道

khoonsk@sph.com.sg

不要忽略下肢疼痛或小腿抽筋，这或是周边动脉血管疾病（Peripheral Artery Disease，简称PAD）的警钟。

所谓的周边动脉血管疾病，简单来说，就是发生在非心脏部分的周边血管疾病。相对心脏病和三高，周边动脉血管疾病常被忽略，即使发现小腿在步行或运动时会感觉到酸痛或有点疼痛，也常被误解为运动强度太高或是走太多使然，以致延医。

哈雷街心脏和血管中心心脏专科高级顾问医生柳家骏接受联合早报访问时指出，周边动脉血管疾病与冠状动脉血管疾病（Coronary Artery Disease）一样，都对健康具一定的威胁性。可是，却因为人们对周边动脉血管疾病的认知不足，不知道它与冠状动脉血管疾病一样，都是动脉血管窄化所致，也会提高心血管疾病和中风等风险。

脂肪囤积在血管内壁

柳医生说，周边动脉血管疾病名副其实就是严重的血液循环问题。血液内的脂肪囤积在血管内壁，影响供血功能，限制血液流到负责活动的肌肉以致出现不适。常见的流向腿部的血流受阻，明显症状是走路和爬楼梯时，会感觉到小腿酸痛或是抽筋，也容易感到腿部疲乏无力。可是，坐下来休息几分钟后，疼痛通常又会消失。如此周而复始，经常被误认为是双脚无力或是普通的慢性疼痛而延迟求诊。

“严重的情况下，坐下或躺下休息也会感觉到腿部疼痛。在亚洲，多数病患就因为动脉阻塞，导致下肢的血流减少，出现严重的足部局部缺血，如足部溃疡、伤口无法愈合或脚趾局部坏死，最后不得不截肢保命。”

所以，柳医生提醒，轻度周边动脉血管疾病患者也可以是无症状或是间歇性跛行，因此，不要小看行走或运动时小腿发出的疼痛警钟。因为它不但会提高心



柳家骏 医生

“严重的情况下，坐下或躺下休息也会感觉到腿部疼痛。在亚洲，多数病患就因为动脉阻塞，导致下肢的血流减少，出现严重的足部局部缺血，如足部溃疡、伤口无法愈合或脚趾局部坏死，最后不得不截肢保命。”

——柳家骏医生

脏病和中风的风险，也会伴有冠状动脉血管疾病。

柳医生也指出，周边动脉血管疾病也会影响男性患者的勃起功能，其他症状包括：  
• 做某些活动后，会感觉到臀部、大小腿肌肉疼痛或抽筋；  
• 双脚麻木或无力；  
• 受影响的腿部会感觉到冷；  
• 脚趾与足部的局部组织因为缺血而转为暗紫色；  
• 脚趾毛脱落或生长突然变缓，也会影响脚趾甲的生长速度；  
• 双脚皮肤突然出现斑块；  
• 下肢的血管脉搏微弱等。

糖尿病患者肥胖皆高危

糖尿病、高血压、高血脂、肥胖、心脏病患者和吸烟者，是周边动脉血管疾病的高危患者。

在亚洲包括我国，糖尿病是不可忽视的危险因素。因为糖尿病患者的末梢动脉血液循环变

差，容易引发周边动脉血管疾病。另外，肾病患者也是不能掉以轻心。

柳家骏医生也指出，随着糖尿病和高血压等慢性疾病患病有年轻化的趋势，原本多数发生在60-70岁长者身上的周边动脉血管疾病，也会威胁50岁男女的心血管健康。所以，建议糖尿病和肥胖的中年人，要控制好血糖和维持健康体重。

如果已被诊断出患有冠状动脉血管疾病，柳医生建议也同时检测周边动脉血管，因为两者通常是难兄难弟。当然，年龄超过70岁的男女，患病的风险也相继提高。

好好管理血糖血压血脂

要如何避免呢？柳医生坦言，就是把血糖、血压、血脂和体重管理好：“不要抽烟，定期运动，饮食要健康，营养要均衡。”

在饮食摄取上，柳医生建议可以效仿地中海饮食，即多摄取蔬果、五谷杂粮、豆类、鱼、鸡肉和橄榄油等，红肉则要限量。研究显示，地中海饮食有助保护血管，可降低患心脏病和中风的风险。

四种诊断方法

趁早诊断周边动脉血管疾病至关重要，因为这有助降低缺血性心脏病和中风的风险。

目前的诊断方法包括：

- 踝肱血压指数（Ankle Brachial Pressure Index），测量小腿与上臂（肱骨）的血压比值。如果小腿血压比上臂低，显示可能有周边动脉阻塞；
- 周边血管超音波；
- 血管脉搏触诊，上下肢体温差和皮肤色差等。

治疗方式不外通过药物（阿司匹林和他汀类药物）和手术，以疏通血管，促进血液流通，从而改善病情为目标。当然，不可或缺的是配合健康饮食和良好的生活习惯，包括戒烟、运动、控制三高以及定期检测。至于手术则包括气球扩张术和血管绕道术等。

《健康No.1》第42期出版

箍牙促使少女走上从医路

由报业控股华文媒体集团推出的最新《健康No.1》第42期，现已出版，于全岛Buzz、报摊，及书局热卖中，每本售价5元。

第42期的封面人物是矫齿专科牙医容翠薇。她在高二那年被父母带去箍牙，看到矫齿牙医用手灵巧的手处理牙箍、结扎弓丝，觉得自己找到了能结合理想和兴趣的事业道路。

她说，小孩发育前若有发现口腔问题，及时加以矫正，将起着事半功倍的功效。箍牙也没有年龄限制，若有牙齿咬合、叠合等问题，影响发音和咀嚼功能，孩子小学时就应该找矫齿牙医治疗。

解读哮喘和血液问题

本期的焦点为读者解读哮喘问题，请来医学专家探讨哮喘病因、基因关系与食疗法。专题以血液为主导，揭开常被漏诊周边血管疾病，也分解血液透析和腹膜透析的不同，探索血癌最新疗



第42期《健康No.1》封面。

方，更告诉你尿液中白蛋白、心脏病的潜伏信号等课题。

名医系列里，访问我国妇产科医生钟耀伦。他对能以双手第一个迎接新生命降临世间感到无上的荣耀外，也因为能亲手接生自己三个孩子感到光荣。此外，他也是女性尿失禁治疗的先行者

之一，帮助许多妇女缓解漏尿所带来的不适。

本期也访问娱乐圈出名的健康宝贝和运动健儿郭威乐。他建议懒于运动的人，可以尝尝看些自己感兴趣的运动视频来激励自己。

探索日常保健课题

第42期涵盖的保健范围也很广，包括陈美娥中博士探讨姜护胃肠道的秘诀，防失智症的健脑食物，吃多少蔬果才可防便秘，骨髓的再生能力，解热祛湿花茶，小腿半夜抽筋，腹胀与消化不良的区别等，也请健康达人潘秀霞提供一周两天轻断食养生食谱，沈希师傅护肺和养肺汤，甜点导师苏美臻分享可爱又精致的健康蒸馒头法。

3份护肤礼包送读者

本期《健康No.1》也准备了3份护肤礼包送读者，每份价值\$235.20，让幸运读者拥有美丽健康的肌肤。

Advertisement for ICON Cancer Centre featuring a doctor and text about lung cancer treatment. Text includes: '晚期肺癌疗法改善存活率大为提高', '请教专家', '我被诊断出患有晚期肺癌...', '现代疗法副作用不严重', '晚期肺癌治疗方案'.