

# 从难生到优生 为不孕夫妻送“好孕”

青岛市市立医院生殖医学科:辅助生殖技术解决“想生生不了”问题

锦旗、喜糖、红鸡蛋……这是一个经常有好消息传出的科室。2024年9月,青岛市市立医院生殖医学科试管婴儿技术通过国家级运行评审一周年,由科主任刘海宁博士领衔的团队为众多家庭铺就了一条迎接新生命的幸福之路。目前,该科室每月实施人类辅助生殖技术接近200个周期,标准人群妊娠率达60%,以领先的生殖医疗技术和优质的服务为患者送去“好孕”。



工作中的刘海宁。



刘海宁耐心倾听患者的诉求。(院方供图)

医学科。综合考虑后,刘海宁为她制定了一个两步走的试管方案:第一步是优化促排卵,采用更利于卵泡发育的方案,添加辅助用药改善卵子质量,以提高获卵数及胚胎数量;第二步是优化冻胚移植方案,在移植前进行宫腔镜检查排除并治疗可能存在的宫腔问题,采用降调节方案改善子宫内膜容受性,提高移植成功率。同时,在医护人员的悉心指导下,王女士进行体重管理、规律作息等身体调理。一切准备就绪后,刘海宁为她启动了试管婴儿流程,让王女士欣慰的是,仅通过一次试管婴儿操作就成功受孕,更惊喜的是,她喜获龙凤胎,一家人沉浸在育儿的幸福中。

在进行试管婴儿的过程中,胚胎培养室如同生命的摇篮,起着关键作用。近日,市立医院生殖医学胚胎培养室通过专业外部质量监测,其所有试剂PH值均处于胚胎生长最佳生理水平,所有操作温度也处于最适温度,让胚胎在这个微小却至关重要的“房子”里茁壮成长。在这里,像王女士这样的例子还有很多。

## 首创 手握“钥匙”解决育龄女性难题

刘海宁指出,慢性子宫内膜炎是导致育龄期女性不良妊娠结局的常见因素,在不孕症患者中发病率占

60—70%。如何治疗慢性子宫内膜炎,提高患者的妊娠率是生殖医学科时刻关注的问题。考虑到口服药物治疗效果不明确、起效慢,刘海宁带领团队化身开拓者,在无任何文献借鉴下,积极创新,首创宫腔灌注治疗——碘甘油宫腔灌注。医护人员利用这把“钥匙”,精准地打开了通往健康子宫内膜的大门。据了解,碘甘油是一种广谱消毒剂,具有杀菌消毒的作用,可以抑制内膜的炎性反应,减少炎性介质的释放。同时,甘油能够起到改善毛细血管的渗透性和滋润内膜的作用,既能增加碘的渗透杀菌作用,又能短期覆盖在内膜表面起到保护作用,让孕育的“种子”顺利“扎根生长”。

33岁的贺女士备孕数年没有结果,后续选择试管,却遭遇了反复移植4次失败,夫妻俩倍感焦虑,怀孕这个梦想似乎变得遥不可及。无助的贺女士找到刘海宁求助。通过问诊及各项检查分析病情,刘海宁发现了关键原因:子宫内膜炎造成内膜环境不佳,从而导致胚胎着床反复失败。在经过了碘甘油宫腔灌注治疗后,贺女士的宫腔微环境得到显著改善,在她第5次试管移植后成功受孕,孕早期HCG翻倍良好,最终梦想成真。

从孕前、孕中到孕后整个过程,生殖医学人如同耕种者,帮助患者播种、培育、收获。“幸孕”是第一步,保证“好孕”是团队始终追求的目标。市立医院生殖医学科从无到有,从有到优,已发展成为青岛市医疗卫生重点学科、山东省生殖健康临床医学研究中心协同创新中心,具备夫精人工授精、一代试管婴儿及二代试管婴儿等诊疗能力,是岛城人民信赖的“助孕绿洲”。

## 建议 高龄者备孕超三个月应尽早就医

近年来,不孕症的发病率在全球范围内呈现逐年上升的趋势,刘海宁指出,平均每五对夫妇中就有一对面临不孕的挑战。随着晚婚晚育现象越来越普遍,40岁以上寻求辅助生殖技术的患者显著增加,而高龄产妇的试管婴儿成功率则面临“断崖式下降”的风险。为何会出现迟迟不孕的情况,生活中应该规避哪些“危险因素”?刘海宁呼吁市民,应通过科学的运动方式和合理的饮食习惯来应对难孕问题。

在运动方面,刘海宁推荐慢跑或超慢跑作为日常锻炼方式,建议每天持续50分钟至1小时,这种运动方式有助于调节机体的免疫力、抵抗力及整体状态,为备孕创造良好条件。在饮食方面,刘海宁指出,当前市民饮食习惯存在诸多不足,如碳水化合物摄入过多,尤其是精制米面、面包、蛋糕等。此外,过量摄入水果导致的果糖过剩也对生殖系统健康构成威胁。因此,刘海宁建议采用“地中海饮食”模式,即增加高蛋白、优质脂肪及适量蔬菜的摄入,减少高糖、高碳水化合物的食物比例,以维护生殖系统的健康。

针对不孕症患者的就医时机,刘海宁强调,应因人而异。对于备孕期的年轻夫妇,可以适当延长观察期至半年到一年;但对于年龄较大、特别是35岁以上的夫妇,如果备孕超三个月仍未成功,则应尽快前往三甲医院进行全面检查和治疗。

观海新闻/青岛晚报掌上青岛 记者 瑛璐儒 摄影 管浩然



刘海宁团队收获多面患者送来的锦旗。管浩然 摄

## 特色

### “量身定制”个性化备孕方案

生殖医学科开展的业务与其他科室有很大不同,每一个环节环环相扣,每一个细节都直接关乎助孕成功率。区别于大部分生殖中心的流水线工作模式,市立医院生殖医学科通过对患者“量身定制”个性化备孕方案、严格的诊疗标准和流程,成就了妊娠成功率的稳步提升。“千人千方,因病施治。关键是药物怎么用,用的方法、剂量不同,效果也就不同,这就是个体化治疗。”刘海宁说。目前,曾在外院接受试管技术未孕后再“转战”市立医院成功受孕的病例,占据科室全部试管婴儿技术患者的四分之一。

在外院,王女士先后经历了3次促排卵和6次胚胎移植,但每次都以失败告终,给她的身心健康造成了影响。经朋友介绍,王女士慕名来到市立医院生殖