

韩美林为什么 82 岁还能生子?

男人“生”孩子到底有没有

极限年龄

文、图：今日女报 / 凤凰网 记者 李诗韵 实习生 李楚姿 通讯员 王娟 周文奕

说起高龄生子，我们首先想到世界吉尼斯记录保留者——当年 96 岁的印度高龄父亲 Ramjit Raghav 和 70 岁的高龄母亲 Rajo Devi Lohan。然而近日，82 岁“福娃之父”韩美林与 54 岁的妻子也创造了一次“奇迹”。

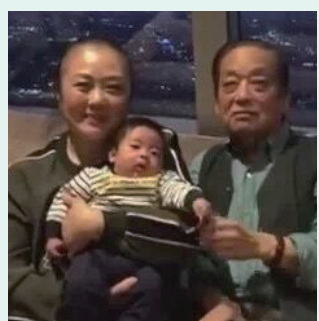
如今，随着“二孩政策”的放开，越来越多高龄夫妻开始关注生娃的话题，那么，到底男人“生孩子”有没有极限年龄呢？



扫一扫，分享健康知识

■热点 82 岁高龄生子引发网友热议

3 月 9 日，2008 年北京奥运会吉祥物“福娃之父”、现年 82 岁的著名画家韩美林，和夫人周建萍一起，通过视频宣布喜得贵子。



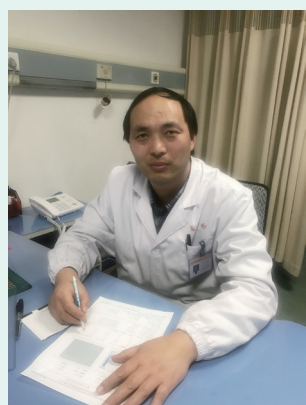
韩美林和妻子通过视频公布得子喜讯。

视频里，周建萍抱着孩子，坐在韩美林身边，满脸喜悦地向大家分享了有儿子的喜悦。她说，这个孩子出生在洛杉矶，孩子已经出生 53 天了。耄耋之年的韩美林激动地说道：“我没想到还能有这么个儿子。他不光是我的儿子，等我回到艺术馆，他也是大家的儿子。”

视频一经发布，在国内网络引发热议。不少网友认为，韩美林的经历给了很多高龄夫妻再造二胎的希望。不过，也有一些网友质疑：“他们是做了试管婴儿吧？男人的生育能力真的这么强大吗？”

■求证 “高龄爸爸”没有年龄极限

人到高龄想当爸，真的只能做试管婴儿吗？带着网友的质疑，3 月 13 日，今日女报 / 凤凰网记者来到湖南省妇幼保健院生殖门诊男科，向主治医师胡子文进行求证。



湖南省妇幼保健院生殖门诊主治医师 胡子文

胡子文说，从医学角度上说，不论男女，确实年龄越大，生育能力越弱、精子或卵子质量越差。不过，从临床经验上看，人体年龄并不是最主要的原因，重点还得看“精子年龄”。

慕尼黑的马克思·普朗克研究中心曾做过一个有趣的实验。他们选出 100 名从 60-89 岁的祖父和 100 名从 24-33 岁的父亲作比较，结果显示老年人的精子并不衰老。只是精液中的精子密度虽高，但活力明显降低。

“也就是说，男人的生育能力是没有年龄上限的。”胡子文说，只是，大部分男性进入高龄后，精液品质会变差，而精子的优劣关系到胚胎素质，太差的精子和卵子形成的胚胎，常引起早期流产，也影响到下一代的身体素质。

■见闻 门诊来了 67 岁的“二胎老爸”

“像韩美林一样高龄当爸的情况，生活中也多见。”胡子文给今日女报 / 凤凰网记者分享了一个有趣的门诊故事。

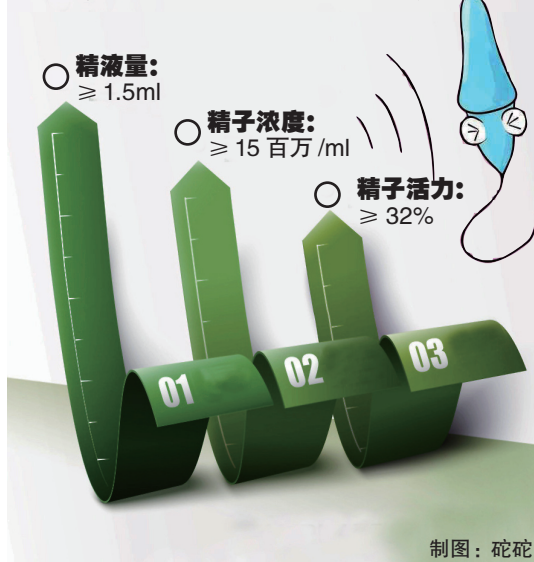
运动背包、球鞋、抹着发蜡的头发……2016 年 4 月，正在接诊的胡子文被眼前这位“潮流老人”惊呆了。刚进门，对方就开门见山：“医生，我要做精液检测，看看我这把年纪还能生孩子吗？”

随着 2015 年“二孩政策”的放开，湖南省妇幼保健院生殖门诊男科迎来了不少高龄男性，可像“潮流老人”这般 67 岁了还想当爸的，并不多见。

结果，“潮流老人”的精液报告一出来，胡子文也愣住了——“精液量多、浓度超过 200 万 / ml，精子活力超过 62%！数据比二十多岁的年轻小伙子还好！”

2 个月后，胡子文就收到了他将再次当爸的好消息。胡子文告诉记者，“潮流老人”之所以数据很好，最主要与他热爱运动的习惯有关，“不抽烟喝酒，起居时间很规律，再加上酷爱运动，这些习惯都能让男性精子延长寿命”。

小贴士 >> 评判“精子年龄”的三项数据



制图：砵砵

■支招 提高“精子年龄”，需要“双管齐下”

那么，该怎样提高男性“精子年龄”呢？“男性生育能力下降，与环境污染、化学物品、辐射等多种因素有关。”胡子文认为，不良饮食习惯、工作压力大、酗酒、熬夜、久坐等都会对精子造成伤害。代谢性疾病，如高血压、糖尿病对精子质量也都有影响。

那么，“全面二孩”政策实施后，男性如何判断自己“能不能生”、“适不适合生”呢？

胡子文建议，男性生育前的保健也很重要。要生育，男性的“种子”是第一关。男性在生育前要做 3-6 个月育前保健，保持健康的生活习惯，排出身体的有毒物质。避免抽烟、喝酒、久坐、熬夜、温泉浴等，适当参加运动，注意饮食，避免腌制食物，不要接触有毒物质，尽量避免服用化学药物等。

另外，需要澄清的一个误区是，并不是说性能力越强生育能力就越强，男性性能力跟不育没有绝对的关系，“所以一味壮阳补肾对治疗不育来说其实没用”。



健康身边事 >>

卵巢早衰，20 岁姑娘进入“更年期”

今日女报 / 凤凰网 (记者 王静) 卵巢衰老，本不该出现在年轻人的身上，但近日，刚满 21 岁的小林 (化名) 就遇上了这样的问题——月经不规律，绝经提前。去医院检查，医生告知“很难怀孕”。

“我在手术中曾见过一例卵巢已经成薄片，就像 50 岁女性一般。而小林的一侧卵巢也是这样，已经萎缩。”长沙阳光医院不孕科主任刘芙敏介绍，之所以这样，与她爱吃辣条、经常熬夜的习惯有关。

“本以为自己再也不可能怀孕。”小林告诉记者，没想到在医院生殖中心进行促排卵，建立人工周期的治疗后，竟然成功怀孕了。

刘芙敏解释，像小林这样的卵巢功能减退患者，不是绝对不能怀孕，而是需要尽快怀孕，因为绝经的时间会很早。女性卵巢早衰的特征是卵巢不排卵，雌激素水平下降，脑垂体 FSH 水平异常升高。越来越多女性提前进入“更年期”，可能与盲目减肥、生活规律严重紊乱等有关。所以，女性一定要养成良好的作息习惯，及时缓解压力，多吃蔬菜、豆制品、牛奶等。

小科普 >>

如何让湿疹宝宝安然过春

文 / 郑琪 (湖南省儿童医院新生儿四科)

每逢暖春，新手爸妈就感到措手不及——到底多穿点还是少穿点呢？怎样才能把宝宝照顾好？其实，无需紧张，学会以下经验，就能让宝宝安然过春。

很多宝宝一到春天就容易长湿疹，最主要的原因是他们的异常过敏体质，或者是某些食物、温度等因素诱发而成。所以，宝宝要尽量吃清淡食物。而对于不吃母乳的宝宝，如果对牛奶过敏，可改用豆奶。另外，妈妈最好穿纯棉质地、手感柔嫩舒适的衣服。

另外，宝宝的房间要保持通风，洁净卫生。给宝宝穿柔嫩透气的棉服，衣服不要穿得太厚太紧。衣物要用高温的水来烫过。如果不幸患上湿疹，家长应把宝宝指甲减短，以防抓破皮肤引起传染。洗澡时，水温不宜过热，也不要勤洗澡。

孩子常走远路影响身高

文 / 刘少华 (湖南省儿童医院骨科)

鼓励孩子运动、锻炼都是好事，但要适度。儿童不宜参加远距离徒步行走，比如超过 20 公里的行走。

首先，长走对儿童下肢的影响很大，可能导致骨骼早期钙化，影响身高。就儿童而言，有些运动损伤是难以彻底恢复的，严重的会影响到儿童的正常生长发育。其次，正处于生长发育阶段的孩子，关节中的软骨还没有完全长成，长时间过度磨损，还会造成膝关节、髋关节损伤。此外，孩子的心脏组织没有发育完全：一是在呼吸、循环方面，儿童的肺活量相对较小；二是过度运动会使孩子心肌壁厚度增加，限制心腔扩张，影响心肺功能发育。过度运动还会造成意想不到的危害：比如运动后身体脱水，不仅会给心脑血管系统带来负担，还会直接伤及肾脏。

新年·心故事

上一期，我们共同见证了一个“重燃的希望”。有不少网友给小编留言：“在医院这个希望与绝望只有一线距离的地方，遇见好医生、好护士，显得尤为重要。”是啊，心急如焚的你或许只需要一个微笑，就能收获理解与尊重。

所以，今天我们要讲的故事就叫“微笑”，从一名湖南省胸科医院骨中西科护士接到来自郴州的求助电话说起……

