

筆記型電腦是男性不孕的潛藏殺手？

成大醫院泌尿部主治醫師 鄭裕生

結婚是成年男女邁向人生另一重要階段的起點，但是怎麼過了一年，太太的肚子沒聲沒息？！根據統計，約有 15 到 20% 的夫妻有不孕的苦惱，其中屬於男性的因素通常是精蟲的品質不佳或數目不足。根據過往的研究，睪丸的功能和溫度彼此有高度的相關性，睪丸的溫度如果過高已經被證實會對精蟲生成有不良的影響，間接會造成男性不孕症。

正常的情況下，陰囊溫度應該要維持在低於體溫 2-4 度，除了精索靜脈曲張、隱睪症、睪丸緊縮等病態的情形會使睪丸溫度升高之外，隨著工商業社會的來臨，現在也有很多特殊的生活作息型態也會或多或少造成暫時或長期的睪丸溫度過高，如工作溫度太高(高爐工作者)、洗三溫暖、泡溫泉、時常穿著緊身牛仔褲、計程車或長途駕駛司機，這似乎可以解釋越來越多的男性有精蟲品質不良的問題，其實跟生活環境有關。

正逢資訊爆炸的時代，四十歲以下幾乎人人都會使用電腦，更為便利地來處理生活中大大小小的問題，電腦的普及造成價格的下降，以前動輒十多萬的筆記型電腦，現在更滑落到幾乎人人買的起的價格，所以在新的年輕世代裡，我們常常可以看到在餐館、火車上或在校園一角看到年輕人將筆電放在大腿上，國外稱為 **laptop computer users**，他們專注的神情有時不禁令人多看一眼。不過，高效能的筆電其實產熱的能力不容小覷，電腦核心工作溫度通常大於 70 度，為了使眼神專注於方寸之間，雙手恣意在鍵盤上飛奔，通常使用者兩腿需夾緊，維持一個固定的姿勢，使筆電安穩的躺在大腿上，然而根據最近國外發表的一份研究報告筆記型電腦的散熱和兩腿夾緊姿勢會造成這些 **laptop computer users** 陰囊溫度上升 2.6-2.8 度，而根據過往的有力研究，睪丸溫度如果上升達 1 度就會對精蟲生

成造成不利的影響，如果經常重覆處在這種使陰囊高溫的環境，對於精蟲的生成顯然是相當不利的。一項研究指出，如果經常反覆使陰囊接觸高溫 5-7 年會造成 oligoasthenoteratozoospermia(精蟲數目不足、活動力不足及精蟲畸形症)如果接觸達 12-15 年則會 azoospermia(無精蟲症)，這樣當然就算再怎麼努力做人也生不出小孩的。

在台灣的传统背景下，其實發現不孕症的一開始都還是朝向女性的因素來偵辦，如果還有公婆的施壓，媳婦的壓力之大可見一般，但是往往查到最後，竟然是男生的問題。屏除精索靜脈曲張，隱睪症或其他染色體的異常不說，其實健康的生活型態是很重要的，男人除了重視男性雄風的維持，更應該注意睪丸的散熱，而最近這篇關於筆記型電腦使用者的研究，更是提醒大眾，尤其是年輕學子平時使用筆電應更加謹慎。



If you are a male , you have better abandon this habit ! Laptop computer is harmful for your lovely sperm.