

青春未必無敵！

社會新鮮人生育力提早衰老？！

成大醫院婦產部主任暨生殖內分泌科主任
吳孟興醫師

不孕不再是高齡生育專屬的問題，年輕夫妻不見得就能夠順利懷孕。臨床上發現許多年輕女性卵子的品質不佳、庫存不足，甚至可能導致不孕。日前成大醫院有一名 20 多歲的志願捐卵者，經過檢測之後，卻意外發現該名年輕女性的抗穆勒氏管賀爾蒙（AMH）濃度只有 1.36（ng/dL），成大醫院婦產部主任暨不孕及生殖內分泌科主任吳孟興醫師提醒該名捐卵者，卵巢中的卵子庫存量明顯衰退，預測她 41 歲將提早步入更年期，甚至最早可能於 34 歲就面臨停經，如果有生育的打算，需要提前做好準備！吳孟興醫師指出，AMH 的數值與卵子的庫存量有關，過低代表卵子庫存量不足，如果婚後遲遲沒有受孕，建議經醫師評估後，可安排 AMH 濃度檢測。

吳孟興醫師解釋，想要順利受孕的條件有很多，除了男性的精子數量與品質外，女性的卵子數量與品質也很重要。目前檢測卵子數量的方法除了超音波檢查，亦可透過 FSH 跟 AMH 濃度檢測，其中 AMH 檢測數值相對穩定，可預測性也較高。一般來說，正常生育年齡女性的數值應該落於 2 到 6（ng/dL）之間，如果 AMH 數值過低，代表卵子庫存量不足，受孕成功的機會就會降低，並可能提早進入更年期；相反地，如果 AMH 數值過高，將可能與多囊性卵巢症候群有關，導致卵巢不排卵，以致月經不規則、遲來的症狀，亦會降低患者的受孕率，或可能使用藥物後發生卵巢過度刺激症候群。

過去認為女性把握 35 歲前生育即可，而今の思維應將卵子的庫存數量一同列入考量，近年研究也指出，AMH 數值背後的意義隱藏著「生育密碼」，與女性何時進入更年期有密切關聯；透過 AMH 濃度高低，以及當時的年齡，就可以推估該名女性更年期大約會在多久後來臨，「預言」其生育年齡何時結束。舉例來說，如果一名 28 歲女子，AMH 數值為 2（ng/dL），將可預測其停經年齡發生於 50 歲前後；倘若 AMH 數值只有 0.7 時，停經年齡將提早發生於 40 歲前後，若 AMH 濃度過低而不加以改善，生育年齡甚至恐提前於三十多歲就結束，如果有生育計畫的女性，不得不正視這個問題。

吳孟興醫師提醒民眾，如果婚後有生育計畫的夫妻，若於一年內無法自然受孕，建議可尋求醫師協助，透過檢查找到原因，不管是男性無精症、精蟲數量稀少、精子品質不佳，或者是女性卵子數量不足、品質不佳、輸卵管阻塞或是排卵異常等，目前都有方法改善，且越年輕接受治療，成功受孕的機會越大。吳孟興醫師也補充想要懷孕的夫妻，平時要注意飲食、運動，懂得適度地抒發

壓力，這樣也能夠幫助自己擁有好「孕」！