



男性不妊症



はじめに

近年、日本では不妊カップルが増えています。その原因の多くは女性の結婚年齢の上昇にあるとされています。男性側に問題はないのでしょうか？一般的には、約半分は男性側に原因ありとされています。ここでは、男性不妊の原因と治療についてふれてみましょう。

男性不妊の原因

精子は精巣で産生された後、精路を通して尿道から射精されることとなります。男性不妊とは、この過程のどこかに障害が存在する状態です(図1)。

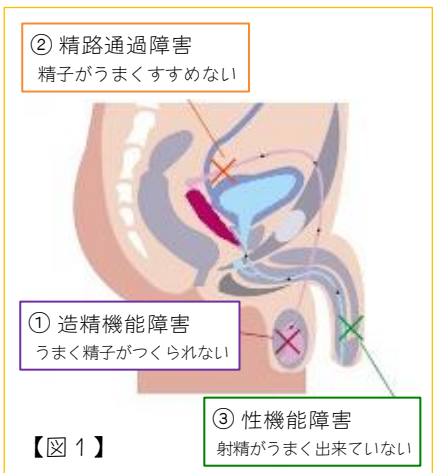
- ①造精機能障害 (質のよい精子が正常につくられない)
- ②精路通過障害 (精子の通り道が塞がっている)
- ③性機能障害 (射精や勃起がうまくいかない)

では、どの原因が最も多いのでしょうか。その約90%を占めているのは「造精機能障害」で、精子が形成・成熟していく過程に何らかの問題があるのです。よく知られている代表が精索静脈瘤ですが、造精機能障害の約60%は原因が不明で、男性不妊の半数がこの原因不明なのです。喫煙、加齢、アルコール摂取、心理的ストレスに因果関係ありとの報告もあります。一方で、精子の質は数十年前と比べると全世界的に悪化しているといわれており、精液検査の正常値も私が不妊治療に取り組み始めた30年前と比較すると低くなっています(表1)。内分泌攪乱物質—いわゆる環境ホルモンやその他の有害物質の曝露、環境の違いやライフスタイルの変化なども関わっているなど、様々な説がでていますが、原因を解明することは容易ではありません。

男性不妊の治療

不妊の原因によっては、薬物治療(ホルモン剤、漢方薬、ビタミン、抗酸化剤)や手術療法(精索静脈瘤手術、精路再建術)などで治療可能な場合もあります。閉塞性・非閉塞性無精子症の場合、精巣から精子を回収する手術(TESE)+顕微授精で子供も生まれています。一定数の運動精子が得られれば、人工授精も可能です。しかし、総運動精子数が500万未満なら顕微授精に進む方がよいでしょう。

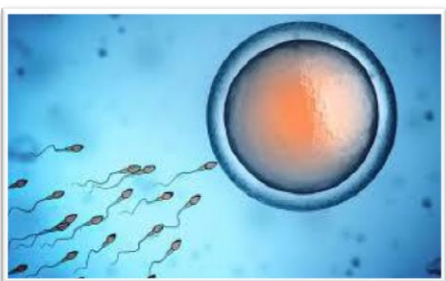
山口県立総合医療センター 副院長 中村 康彦



【図1】

| |
|---------------------------------------|
| 1. 精液量 1.5ml以上 |
| 2. 精子濃度 1500万/ml以上 |
| 3. 総精子数 3900万以上 |
| 4. 総運動率(前進+非前進) 40%以上、 前進運動率 32%以上 |
| 5. 正常形態率 4%以上(奇形率 96%未満) |

【表1】精液検査(WHO基準)



マタニティレシピ



りんかけ豆

| | |
|-----------------|-------------|
| (1人分) | 【1日の推奨量】 |
| ・エネルギー 333 kcal | |
| ・たんぱく質 18.8 g | 【50g】*1 |
| ・カルシウム 341 mg | 【650g】 |
| ・鉄 8 mg | 【6~6.5mg】*2 |

*1 中期 +10g, 後期 +25g *2 初期 +2.5 mg, 中期・後期 +15.0mg

節分の大豆、余っていませんか？
今月は、鉄やカルシウムの多い『大豆』を使ったおやつを紹介しします。ぱりぱりとした食感がおいしいですよ。



【レシピ提供者】
栄養管理部
三輪 しのぶ



材料(2人分)

- ・大豆 50g
- ① ・ミロ 大さじ1
- ・砂糖 大さじ1
- ・水 大さじ2
- ・片栗粉 大さじ1

作り方

1. フライパンに①を入れ、火をつける。粉っぽくなくなったら、大豆を入れて全体にからめる。
2. 全体にからまったら火を止め、片栗粉を入れて全体にからめる。



ミロを使うことで、さらに鉄やカルシウムを強化しています。
ミロの代わりに抹茶やココアで代用してもおいしいですよ♪



つくってみたい!

ココアを使って作ってみました。
ついつい市販のお菓子をつまんでしまいがちですが、これなら簡単に作れて不足しがちな鉄分も摂れるのでいいですね◎(母子健室H)



母乳育児準備教室を開催しています



産後に楽しく子育てができるように
母乳育児について妊娠中から一緒に学んでみませんか？

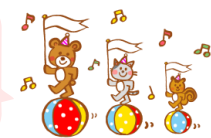


2018年6月より、院内助産院主催の「母乳育児準備教室」を開催しています。教室では、今から子育てをはじめのお母さん方と共に、妊娠中から産後にかけての体や心の変化とその対応などについて学んでいきます。

内容

- * 母乳育児の必要性
- * 母乳が分泌されるまでの経過
- * 妊娠中の乳房ケア
- * 乳房トラブルと対応
- * 新生児について など

今回は、6月頃開催の予定です。
決まり次第お知らせしますので、周産期センターHP
またはFacebookをご確認ください。



開催の様子

センター稼働状況

| | | | |
|-------|-----|----------|-------|
| 分娩数 | 42件 | 緊急帝王切開 | 3件 |
| 母体搬送 | 4件 | NICU稼働率 | 75.0% |
| 新生児搬送 | 1件 | MFICU稼働率 | 95.8% |

(平成31年2月)

「ひなまつり2019」



編集後記

3月に入り、花粉がたくさん飛んでいますね。今年は花粉症デビューする方も多く聞いていますが、皆さん調子はいかがですか？
マタニティレシピでは大豆を使ったレシピを紹介しました。グラノーラ大好きな2才の甥っ子はポリポリと美味しそうに食べていました。たまには安心・安全な手作りおやつもいいですね♪
(C.K☆N.S☆Y.M☆K.H)



周産期センター
キャラクター
マミー&メイ