

吸烟也会导致不孕不育

黄 丽

四川省成都市送子鸟不孕不育医院 610000

【中图分类号】R173

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2021) 01-083-01

吸烟是许多人的爱好，大多数人们对吸烟造成的危害仅认为是影响肺部。但经研究发现，吸烟可能会导致不孕不育，并会对人们的性功能、内分泌、生殖机能造成危害。吸烟女性患不孕不育比不吸烟者高 2.7 倍，而夫妻双方都吸烟患不孕不育比不吸烟者高 5.3 倍。

一、吸烟对男性生殖功能的影响

长期吸烟的男性更容易发生精索静脉曲张，因为他们的血液中儿茶酚胺含量通常很高，这会导致睾丸中的静脉血停滞，并会在一定程度上阻止精子再生并导致性交时排出精子量减少并且精子活力也会下降，从而减少精子与卵子结合的可能性，导致出现不育现象。

(一) 吸烟影响精液质量

男性吸烟会直接影响精子密度、精子锌含量、精子的形态和精子活力等，并且还会损害精子的膜功能，根据国外研究，吸烟者的正常精子率和精子密度比不吸烟者低得多。吸烟者与不吸烟者相比，吸烟者的精子密度降低 15% 至 17%，精子活力降低约 20%。在不孕不育的吸烟男性中，精液严重氧化损伤，这也大大降低了精液的质量。在一项国内研究中，吸烟者有活动力的精子的比例、正常形态的精子比例以及精子的存活率均低于不吸烟者。此外，吸烟还会损害人类的精子 DNA 和人类的胚胎细胞。烟草中存在着大量的尼古丁，尼古丁可以促进精子中双链 DNA 的裂解，同时损害 DNA 的完整性。根据另一项研究，倘若母亲吸烟也会降低儿子精液的质量，这是长期和间接性的影响，倘若母亲在怀孕期间，每天抽 10 支以上的香烟，儿子精液的精度将会降低大约 48%。香烟中有着诱发细胞畸形并阻止淋巴细胞合成 DNA 的物质，并且会导致精子畸形的概率增加，并可能造成男性不孕不育。

(二) 吸烟影响男性生殖功能

根据国外研究，吸烟会损害男性的睾丸并对其生殖功能造成影响，烟草中含有许多有害物质长期吸烟会降低睾丸酮的能力，并可能改变精子发生的过程。根据国内研究，男性大量吸烟会增加人体血液中有毒物质的浓度，同时会影响睾丸的微循环，最终导致睾丸变形、水肿、淤血、坏死等。吸烟可以破坏男性动脉，尤其是会导致动脉粥样硬化。动脉粥样硬化后，阴茎的血压指数会显著下降，血液输入显著下降，并导致阳痿。

(三) 吸烟对男性性功能影响

与不吸烟者相比，吸烟更容易遭受性功能障碍和勃起功能障碍的困扰。随着吸烟者年龄的增长，尤其是在 40 岁时，这种情况变得更加明显，将来，吸烟者将更可能遭受来自性功能障碍的痛苦。一些研究表明，吸烟会促进人体动脉硬化，改变海绵体的血流量，并影响阴茎勃起的程度。此外，吸烟会对阴茎静脉闭合的功能造成损伤，这也是吸烟者遭受勃起功能障碍的主要因素，需要引起注意。

(四) 吸烟影响男性内分泌

香烟中的尼古丁，可能会对人体丘脑 - 下部脑垂体产生

干扰，同时改变男性体内激素水平，大幅度降低男性的生殖能力，甚至造成终身不孕不育。

二、吸烟对女性生殖的影响

抽烟会影响女性的临床生殖能力并增加流产的可能性，并根据相关的国家研究，有证据表明抽烟会导致女性不孕不育。并研究相关文献综述表明，吸烟的不利影响涉及女性生殖的许多方面，特别是那些已达到生殖年龄的女性，建议不能抽烟，这主要是因为吸烟会影响女性的卵泡功能和生育功能，并可能间接导致女性不孕不育。另外，据报道，吸烟对生殖有不利影响，并可能女性增加流产的可能性。

(一) 吸烟影响女性月经

国内的一项调查是通过北京六个区县的年龄适育的女性进行调查，了解了受试者的生活方式、健康状况、吸烟史，吸烟量、生活环境、月经周期和痛经等状况。女性月经不调和痛经与职业和家庭间接吸烟显著相关，也就是说，间接吸烟也会对女性在生殖期的月经造成一定的影响。

(二) 吸烟影响女性生殖功能

根据相关研究，吸烟会损害女性生殖细胞。在长期吸烟后，烟草中各种有毒物质的积累会破坏人类的 DNA，并导致胚胎和卵母细胞发生变化。同时，吸烟还会影响纺锤体功能、卵泡和激素参数，并会不利于女性生殖。

(三) 吸烟会影响女性的内分泌系统

香烟中含有着包含许多有毒物质，例如尼古丁，会影响女性卵巢功能。一方面，烟草的某些成分会与人类生殖细胞发生相互作用，从而影响卵巢功能。另一方面，它会影响女性雌性激素的分泌，从而影响女性的内分泌系统。

吸烟会对女性卵泡产生影响，从而诱发不孕不育，甚至还会出现畸形胎儿，因此，倘若有生宝宝的计划，不管是备孕的男性还是女性，虽然现代生活压力较大，但也要学会用其他的方式自我释放，例如，看书、听音乐、钓鱼等等，逐渐养成健康良好的生活习惯，每天保持愉悦心情。并提醒广大烟民朋友们，尤其是年轻的朋友，不要盲目追求时尚，众所周知，吸烟有害身体健康，且在无形当中为身体器官增加了压力，长时间吸烟还会导致不孕不育。为了实现生育的美好愿望，一定要尽可能少的摄入香烟，最好是彻底戒烟，如果吸烟已经对自己的身体造成伤害，请及时到正规医院接受治疗，以免遭受不孕不育所带来的严重后果，遗憾终生。

总而言之，吸烟可能会造成不孕不育，由于烟草中含有尼古丁，该物质本身在胆碱酯酶障碍和血管肾上腺素释放方面都对人体有害。因此，若是夫妻双方准备要生宝宝，想要保持婴儿健康，就必须停止吸烟的不良习惯。此外，吸烟会导致卵巢功能障碍，在我国，吸烟的女性人数明显少于男性，但还是不乏有吸烟女性的存在，不言而喻，吸烟对身体有害，尤其是未婚女性，只有确保自己的健康并消除吸烟习惯，才能保护宝宝的健康。