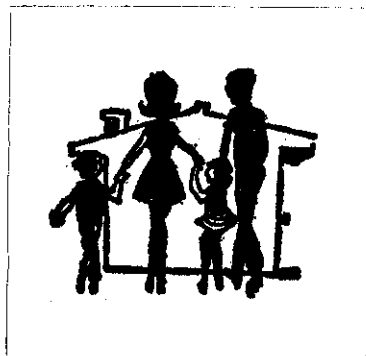


# 男性結紮， 簡單安全

男性輸精管結紮比女性輸卵管結紮手術簡單，安全而且便宜，希望節育，又體貼太太的男士們，在了解男性結紮手術後，主動為太太負起避孕的責任，更可促進夫婦間的情感與生活上的樂趣。經實施輸精管結紮的男性，在心理上，一般均不會有什麼變化，相反的，因為性壓抑的情況降低，在性生活方面，比以前更為快樂。男性實施結紮手術後，每次的射精量約比從前減少約1/10，對性生活沒有影響。

通常接受結紮的男性，只要自己願意，全家也都支持，將不會有什麼問題。但如果個人和太太或家庭關係不太好，則應先將這種不良的關係改善後，再接受結紮，如此才不致因結紮而使彼此間的關係更形惡劣和複雜。接受輸精管結紮手術的男性，最好事先立定主意，也就是無論在任何情況下，都決定不再生孩子。雖然在進步的顯微鏡外科手術下，輸精管有再接通的成功率，但因接通而再有生育能力的例子倒很少見。因此事先應先考慮好，即已決定結紮就不再後悔。



## 出生間隔 3 年 母子身心健康

除了母親的年齡及孩子數外，出生的間隔也是很值得注意的。生產間隔對母親及孩子健康有益，太短或太長（指一次懷孕結束到下次懷孕開始的間隔時間）都會危害健康。

懷孕造成的壓力使婦女身體、精神及情緒憔悴，因此，一次懷孕結束到下次懷孕開始之間的間隔是調節和恢復健康所必需的。為了維持良好健康供懷孕及長期哺乳所需，極需要高品質蛋白質食物，但是世界上許多地方仍然不足。

由於年齡、胎次等其他因素和出生間隔彼此都有關連，因此對母親健康有益的適當生產間隔為 3 年，出生間隔對嬰兒和兒童健康關係更密切。延長生育間隔，以增進母

子健康，是家庭計畫的重要工作。

如果一個家庭能注意母親的年齡、胎次和出生間隔，妥善計畫家庭，必能增進婦女的健康，減少生命危險。

對婦女健康最有益的生育條件是在 20 幾歲初～35 歲左右生產，生育兩個孩子，生育間隔為 3 年。

健康的母親，生產的妥善照顧和社會經濟情況改進，是減低危害健康的重要因素，所以家庭計畫對任何社會階級都是很有利益的。進一步說，家庭計畫幫助人避免意外的懷孕，還可以減少不希望懷孕的危險性墮胎。我們了解最有利的生產年齡，孩子數和出生間隔，就能減少產婦的疾病死亡。（家庭計畫研究所）