

药物避孕 生育调节领域的革命

科技小常识

避孕药的发展走过一段漫长的道路…… 4000多年前,我国就有人用铅、汞等给妇女进行抗生育。

2000多年前,古希腊人用一些植物籽来避孕。其中,有一种名叫“安妮女王花边”的野胡萝卜籽,当时似乎用得较为广泛。以至近数十年,还有人在进一步研究野胡萝卜籽,希望能将其发展成为一种现代的避孕药。

中世纪,西方国家妇女为了预防非意愿妊娠,服用铜、铅、砷、土的宁(番木鳖碱,是由马钱子中提取的一种生物碱)等,常有致死现象。

到了18世纪,国外有人发现,用河狸睾丸浸酒喝,可以避孕。我们现在知道,这种避孕作用主要是河狸睾丸中含有雄激素——“睾丸酮”的缘故。

20世纪30年代,有人了解到,生活在墨西哥的一个印第安部落中,一直用一种薯蓣类植物避孕,效果相当稳定。

公元1953年,美国人平克斯(Pincus)和张明觉(华裔),受印第安部落使用薯蓣类植物避孕的启发,

从300多种药物中筛选出2种有效的孕激素——“异炔诺酮”和“炔诺酮”。于是,这2种孕激素在北美生产为正式的避孕药。平克斯和张明觉也因此而被称为“现代避孕药之父”。

20世纪50年代,甾体激素避孕药(简称“激素避孕药”或“避孕药”)的问世,是人类计划生育科技的一个重大突破,被称之为“生育调节领域的一次革命”。据估计,目前全世界有7000万~8000万育龄妇女采用避孕药作为节育措施。

避孕药的范畴很广,品种繁多,一般可分为以下六类:短效口服避孕药、长效口服避孕药、探亲避孕药(速效避孕药)、紧急避孕药、长效避孕注射剂(包括复方长效避孕针和单纯孕激素避孕针)、缓释系统避孕药(或称“避孕药缓释制剂”,包括皮下埋植剂、阴道避孕药环和透皮避孕贴剂等)。

因长效口服避孕药目前服用的人数甚少,国家人口和计划生育委员会有关职能部门已停止收购这类产品。

(节选自程利南、徐晋勋编著《安全避孕就这么简单》) ■

●避孕环能放多久? 一般情况下,不锈钢金属单环可放置20年以上。塑料型或硅橡胶型IUD可放置5年,塑钢混合环可放置10年。带铜IUD,如铜T380A、铜T220C、悬挂式宫内节育器等可放置10年以上,目前认为不宜超过15年。含铜母体乐375和含孕激素的左炔诺孕酮IUD(曼月乐)可放置5年。药铜165圆环和宫形含铜IUD,待其活性成分释放完后,就如惰性不锈钢金属单环一样,可放置20年。

关于避孕的几个热点问题

程利南

●为什么放了环还会怀孕呢?

IUD放置后个别妇女会发生怀孕现象,主要是由如下情况所致:

- (1) IUD脱落,自己没有察觉。
- (2) 放置IUD时已经怀孕,只是没有发现。这种情况

- 况常发生在闭经时放置。
- (3) IUD放置后位置下移。
- (4) 放置的IUD型号不适合或放置不当,或者是IUD本身质量问题。
- (5) 放置期满未及时更换。
- (6) 子宫畸形,如双子宫等。

●没生孩子就不能放环,是这样吗?

不完全。已有临床资料表明,

尚未生育的妇女放置宫内节育器和已生育妇女相比,并不增加放置后感染的危险,也不会增加今后生育的困难。不过,尚未生育过的子宫比较敏感,放置宫内节育器的脱落率要略高于曾经生育过的子宫。如果结婚后计划在1-2年生育,就不一定要放环,可选用其他避孕方法。如果准备较长时间避孕,在医生指导下,注意观察和随访,可以采用宫内节育器避孕。■



中医认为:燥是秋季的主气。上海的这个季节里还余有夏热,加上天晴少雨,气候干燥,燥易伤肺。因此,在饮食上要多注意。此时养生贵在滋阴敛阳,

少用辣椒、葱、蒜等辛辣之物,多食柔润之品。现代医学认为,“秋燥”应多食富含维生素A、B、C、D、E的食物,如胡萝卜、藕、梨、蜂蜜、木耳、甘蔗、乳品、蛋类、鱼类等,以养血润燥,提高抗“秋燥”和抗病的能力。

暑,又能滋补强身,是秋天适时补品。

防止秋燥 滋阴润肺当道

饮食宜多进滋阴养血、清燥润肺之品。秋燥主要损伤人体津液。比如,肺脏受伤,多有咳嗽,秋天咳嗽,常为干咳无痰或黏痰难咳,谓之“燥咳”。喉、咽也分别是肺之门户和肺气之通道,往往会导致咽干、口渴、音哑等不适。

另外,秋天要特别注意科学饮水。在这个季节,人体每天将消耗约500毫升水分,所以要适时补充。对此,适度饮水是秋天润燥、防燥不可少的保养措施。但是,饮水要讲科学:

3. 山药: 补而不滞,不热不燥,不论男女老幼、有病无病、体健体弱都适合。

4. 白扁豆: 初秋,用白扁豆煮粥或煎汤服,可消余暑、化暑湿、健脾胃、增食欲。

5. 藕: 生藕,能清热生津止渴;熟藕能健脾开胃养血。故有“暑天宜生藕,秋凉宜熟藕,生食宜鲜嫩,熟食宜壮老”的说法。

6. 黄鳝: 入秋食鳝,不但补益力强,对人体血糖还有一定的调节作用,烧鳝段、清炖、炒鳝丝、黄鳝粥等均可。

7. 蛇肉: 蛇肉蛋白质含量高,营养丰富,有轻身耐老、延年益寿的功效。

8. 栗子: 有健脾养胃、补肾强骨的作用。

9. 胡桃: 能补肾固精、温肺定喘,又能益气养血、润燥润肠。

10. 红枣: 秋食红枣,是滋阴润燥、益肺补气的清补食品,如能与银耳、百合、山药共同煨食,效果更好。

(摘自:中国现代健康网) ■

摄影爱好者 塞外清秋 何亚萍 摄



编委会名单 主编: 朱爱存 副主编: 丛蓉 编委: 芦洁 方广虹 王颖 责任编辑: 王颖

上海计生所

Shanghai Institute of Planned Parenthood Research



上海市计划生育科学研究所
世界卫生组织人类生殖研究合作中心

主办

2011年9月28日 (内部交流)
第6期 总第6期



我所与同济大学附属第一妇婴保健院联合承办东方科技论坛 《出生队列与出生人口生物样本资源库的建立与应用》专题研讨会



由我所与同济大学附属第一妇婴保健院联合承办的东方科技论坛第182期《出生队列与出生人口生物样本资源库的建立与应用》专题研讨会于2011年9月16日在上海沪杏科技图书馆召开。本次会议由同济大学附属第一妇婴保健院院长段涛教授担任执行主席，我所所长李元春出席会议并代表承办单位致辞。同济大学校长裴钢院士、上海交通大学 BIO-X 研

究院院长贺林院士、第七届“中华人口奖”获得者中国科学院动物研究所副所长段恩奎研究员、上海市老教授协会副会长亚洲男科学会执行主席王一飞教授等20余位来自国内多所著名大学和中科院科研院所的知名专家，以及我所流行病学与社会医学研究室、生殖医学与生物技术研究室的近20名科研人员参加了会议。会上，复旦大学等单位的5位专家作了大会发言，其中包括我所副所长袁伟研究员所作的“出生队列研究：一个研究健康问题发育

(早期)起源的重要手段”的学术报告。由于多种成人期的慢性疾病(包括糖尿病、高血压、肥胖、肿瘤、骨质疏松、精神疾病等)都与胎儿期的发育状况密切相关，因此，出生队列及其相关生物样本资源库的建立，对于研究出生缺陷，以及糖尿病、高血压等成年胎源性疾病的发生机制及其遗传、环境和营养风险因素都具有重要的价值。围绕上海市建立出生队列

及其相关生物样本资源库的战略需求、主要问题、现有基础和发展策略这一主题，与会专家进行了深入的研讨，并一致认为：出生队列及其生物样本资源库的建立是构筑“人口健康堤坝”的基础工程，是本市占据生命科学和生物技术研究学术高地的重要科技支撑条件，应对的是出生缺陷和糖尿病等重大慢性疾病这些公共卫生问题，面向的是重大的民生需求，也是上海市“十二五”科技发展规划部署的重点研究内容；本市在生物医药领域的研究处于全国先进水平，集中了一大批从事出生缺陷研究的科研机构 and 临床基地，并有开展出生队列随访工作所需的人口计生网络，而且在出生队列和生物样本资源库的建立、运行管理和应用等方面都有较好的前期工作基础，已完全具备开展出生队列及其生物样本资源库研究的条件和基础；专家建议在未得到国家经费支持的情况下，本市相关科研和临床机构可以先成立一个协作网络，多方自筹经费，及时启动出生队列和出生人口生物样本资源库的研究工作，为今后申请本市或国家重大项目的支持奠定基础。(科技部) ■

我所召开党务公开动员大会

9月21日，我所召开党务公开工作动员大会。会议由所长李元春主持，所党政领导班子、全所党员共70余人参加了会议。

会上，所长李元春传达了中共中央、上海市委和市科技党委关于党的基层组织实行党务公开有关精神，并动员部署我所党务公开工作的指导思想、基本原则、主要内容、程序时限、监督保障以及实施步骤。

所长李元春对我所推行党务公开提出了三点要求：一要统一思想，深刻认识党务公开工作的重要意义。通过实践来推动党内基层民主、保障党员民主权利、增强党的基层组织生机和活力；二要突出重点，准确把握党务公开工作的具体要求。紧密结合基层实际，制订公开目录、完善相应形式和程序，最大限度地落实党员的知情权、参与权、选举权、表达权、监督权；三要加强领导，确保党务公开取得实效，促进我所各项工作的发展。(党办) ■

中国药理学会 第七届全国生殖药理学术交流会在遵义召开



日前，中国药理学会第七届全国生殖药理学术交流会在贵州省遵义市遵义医学院召开。

此次会议由中国药理学会生殖药理学专业委员会主办；国家人口和计划生育委员会计划生育药具重点实验室、贵州省遵义医学院及其附属医院、复旦大学上海医

学院、我所及《生殖与避孕》杂志社共同承办。来自全国10余省、市60余名专家和学者参加了本次会议。大会共收到论文近30篇，10位专家作了精彩的大会发言。

与会专家和各参会代表在会上进行了广泛深入的交流和探讨，内容涉及生育调节

药物作用机理，精子特异离子通道，前列腺疾病药物药理，子宫肌瘤、子宫内膜异位、女性肿瘤等女性生殖疾病药物药理，激素和递质的分子生殖药理，更年期退行性变化的药理学，生殖药理学、生殖医学和生殖生物学的新技术、新方法等。(药物室) ■

我所举办回国人员学术报告会

高尔生、程利南研究员为青年科研人员授课

日前，所办公室举办了回国人员学术报告会。本次报告会特别邀请了我所对外交往颇具经验的资深专家高尔生、程利南研究员，为所年轻科研人员介绍了国际相关领域科学研究方向、动态以及对外交流经验和技巧，受到与会者的欢迎。报告会由副所长袁伟主持。

高尔生研究员多年从事“世卫组织生殖健康图书馆（WHO RHL）”中



文翻译工作，对WHO计划生育和生殖健康领域研究方向有较深的认识，他此次授课的主题为：从新版的“生殖健康图书馆

（RHL）”看世界卫生组织研究重点。讲座中，他为年轻后辈们展示了其索引的70个2010年WHO研究项目，并结合所研究方

向，介绍了WHO关注的相关科研重点、发展方向。程利南研究员则以自己的成长经历，为大家讲述了“如何加强国际交流能力”的经验和技巧，鼓励年轻科研人员要抓住各种机会，敢于进行对外交流；在拓宽视野的同时，要坚持自己的专业方向；并注重发挥团队作用，更好地发展自身，提高对外合作的能力和水平。（办公室）■

市科技工会至我所进行“劳动关系和谐职工满意企事业单位”实地考察



9月15日下午，市科技工会常务副主席王震等前来我所进行“劳动关系和谐职工满意企事业单位”实

地考察。所长李元春，副所长王健、袁伟，所工会主席周维谨等参加了实地考察工作汇报会，副所长王健作

了“劳动关系和谐职工满意企事业单位2010-2011年创建工作汇报”；其后，科技工会领导就我所申报工作召开职工代表座谈会，听取了职工代表的意见和建议；最后，考察组对我所实地考察的情况给予了反馈。考察组认为：研究所有明确的发展目标和规划，有较完善的民主管理和决策制度体系；班子团结、关心职

工、有较强的凝聚力和执行力。同时，考察组在综合考察整体情况后也提出了希望和建议：希望我所进一步改善和优化科研环境，更好发挥所医院、家计中心的积极作用，为所未来更好地服务社会奠定坚实的基础。

作为科技系统仅有的两家申报单位之一，此次共有128名职工完成了测评调查问卷。在职工满意度的因素评价中，职工工资待遇和福利、个人发展机会、单位发展前景分别居前三位；在对单位内部管理评价中，85.55%的职工认为我所领导与职工间的沟通和交流是顺畅的，领导能及时听到和了解基层职工的意见和呼声；在需要进一步改进方面，得分最高的三个因素分别是，进一步提高职工的福利待遇；对单位内部的分配制度透明化，实施对优秀员工一定的奖励措施；及时告知职工我所发展状况和未来发展方向。此次测评显示，职工对本单位总体满意度为85.25%。（工会）■

我所代表参加第九届泛长三角地区女性合作发展联席会议

9月5-7日，第九届泛长三角地区女性合作发展联席会议在江苏省南京市召开。全国妇联、江苏省有关领导出席会议。来自泛长三角地区的江苏、浙江、安徽、上海三省一市和所属29个城市的妇联主席及女科技工作者、女企业家代表近200人参加会议。我所药物室副研究员朱焰作为上海女性科技代表之一参加了此次会议，并在会上与合作方制药企业南京白敬宇药业公司负责人签约。

该项活动旨在以“巾帼科技牵手，助力创业创新”为

主题，通过女性人才交流、科技成果发布、项目推介、产学研对接等丰富多彩的形式，诠释了女性发展与科技进步的关系，激励广大妇女为“十二五”建功立业。（妇委会）■



中心简讯

家计中心召开工作协调组第二次会议

9月2日下午，家计中心召开了工作协调组第二次会议。我所所长李元春，副所长王健、袁伟，市、区人口计生委有关领导，家计中心主任周小萍出席了会议，会议由所长李元春主持。

会议首先听取了周小萍主任关于家计中心自今年7月成立以来主要工作进展的情况汇报；其后就市家计中心派遣至社区的职工的管理问题进行了协调并达成一致意见，同时签署了合作协议书；最后，所长李元春等领导对家计中心前期工作给予了肯定，对今后的工作提出了要求。

家计中心各项目组工作开展顺利

截止9月16日，家计中心各项工作正按照上级单位有关要求平稳有序地开展。家计中心各试点区项目组的工作进行顺利，且各具特色。

徐汇项目组工作主要是：围绕做好“幸福的起点”——徐汇区新婚家庭健康宣传计划的项目工作要求，开展了相关活动；虹口项目组则赴各街道、镇进行指导服务工作，包括在凉城新村街道指导药具仓储信息化建设，对广中路街道的药具管理网操作系统进行指导培训，以及对该区域免费药具发放自取点规范化进行检查等；闵行项目组工作重点放在了以闵行区“开展创建幸福家庭活动”为工作平台，开展闵行区创新型家庭计划指导服务工作。■

我所举办中秋联谊会



9月9日下午,我所工会举行了2011年迎中秋联谊会,全所150余名职工欢聚一堂,共迎中秋佳节。所长李元春、副所长王健、党委副书记朱爱存等领导出席并向全所职工及其家人致以节日的美好祝愿。

中秋联谊活动内容丰富多彩。开场游戏踩气球,拉开了联谊会的序幕,带动了全场的气氛,在场的职工都感受到浓浓的节日氛围。如果说经典游戏拷贝不走样考验了队员的想象力和表演力,吹蜡烛回答问题反映

了选手的临场发挥和应变能力,那么吸乒乓球游戏则不仅考量了大家的肺活量也考察了队员们细致与速度的协调程度。最后各队的能工巧匠和业余模特展示的“服装设计秀”将整场联谊活动推向了高潮。

整场联谊会上,各队队员都生龙活虎、精力充沛,激情投入到每一场比赛中。经过激烈的角逐,药物室、机关、基础室工会小组分获一、二、三等奖。本次中秋联谊活动不仅增进了职工间彼此的团结和友谊,也为大家送去了一份节日的快乐。(工会) ■

心肺复苏 护理操作竞赛在所医院举行

9月23日下午,由徐汇区卫生工作者协会、徐汇区民营医疗机构工会主办的“徐汇区民营医疗机构‘心肺复苏’护理操作竞赛”在上海计生所医院拉开帷幕。徐汇区卫生局副局长朱福等有关领导出席本次竞赛,竞赛由徐汇区卫生工作者协会书记姚秀明主持。来自7家民营和民办非企医院的17名护理人员参加了本次竞赛。

徐汇区卫生局副局长朱福宣读比赛规则并讲话。他在讲话中强调,培养高素质的护理人员是当前乃至今后较长时期医疗界的一项任重而道远的艰巨任务,通过此类竞赛,可以进一步提高医务人员的护理技术、操作水平以及服务质量,从而更好地为社会服务。竞赛分为两个部分:理论知识和实践操作。经过激烈的比拼,我所医院门诊护理护士杜欢和手术中心护士任勤荣获了竞赛的三等奖。

竞赛结束后,徐汇区卫生局有关领导表示,在本次比赛中,护理人员表现出的扎实的理论知识和熟练的护理技术,是与日常理论学习和实践能力的培养密不可分的;并强调,护理水平的不断提高是医改发展的需要、是社会办医发展的需要、是星级医院评审相互配套的需要、是护理自身技术发展的需要。此外,徐汇区卫协也将继续为社会办医打造一个良好的平台,为护理技术的不断提高、相互交流提供机会。同时,希望社会办医也能不断提高护理水平,在确保医疗安全的基础上,提升整个徐汇区社会办医的能力。(所医院) ■



我所代表队参加第三届“万达信息杯”青年羽毛球团体赛

9月23日,市科技团工委在华东师范大学举办了第三届“万达信息杯”上海市科技系统青年羽毛球团体赛。我所和市科委、中图公司、708所四家单位队参加了当日的第一轮初赛。

此次我所共派出职工和在读研究生10人组成参赛团体,分别参加了男单、女单、男双、女双和混双5个比赛项目。秉承“友谊第一、重在参与”的理念,我们与兄弟单位的健将们进

行了一场又一场激烈而愉快的比赛。队员们表示,比赛不仅锻炼了队员们强健的体

魄,也锻炼了大家的心理素质,而这些都是支撑科研活动所必须的素质。(团委) ■



采用妇科阴式手术治愈患者收效显著

日前,一位年轻的女患者,被诊断为阔韧带肌瘤,肌瘤大小为八公分。因患者担心术后腹部留下疤痕,因此不愿接受手术。所医院的主任医师王凤玲接诊后,发现该患者子宫肌瘤生长在子宫体侧面向阔韧带两叶腹膜之间伸展处,建议采用阴式手术去除肌瘤。

阴式手术是近年来妇

科治疗肌瘤的一种微创手术方式。该手术无需开腹,经阴道摘除肌瘤,对腹膜损伤极小。同时腹部无切口,腹壁上不留任何疤痕,且不会对子宫造成伤害。而经阴道手术闭合瘤腔的缝合、止血也较为彻底,患者术后疼痛较轻,更易恢复。该患者接受此微创手术后,效果非常理想。

阴式手术的出现,无

疑成为患者新的、较为安全的治疗手段。但该手术对妇科的医生要求较高,因手术视野局限,操作困难,所以术者必须具备非常扎实的手术基本功。我所医院王凤玲等医生多年来在此类手术中积累了丰富的经验,时至今日,已通过阴式去除肌瘤为数百名患者送去了健康。

(所医院) ■