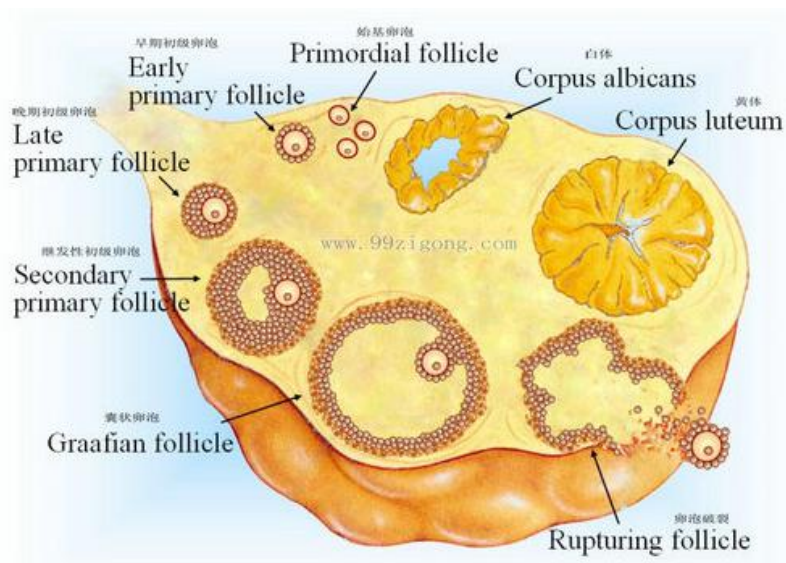


你应该知道的 B 超监测排卵那些事儿

有生育需求、备孕数年却屡屡失败的女性，常常关注这样一个问题——排卵是否正常？有排卵障碍的患者或需辅助生殖技术的不孕患者，更需要动态了解卵泡的发育情况，以指导临床促排卵治疗、指导性生活、人工受精或卵泡穿刺。“备孕数年功，监测几分钟”，以下通过应知问题问答形式为大家解答 B 超监测排卵的那些事儿。

一、什么是排卵？



在月经期，双侧卵巢内可见多个直径 3-5mm 的卵泡。随着月经的推移，在一侧卵巢内，将有 1-2 个卵泡脱颖而出，成为优势卵泡，其他卵泡则逐渐萎缩，优势卵泡以 1-2mm/d 的速度生长，直径达 16-30mm 时成为成熟卵泡，突出于卵巢表面，释放其内的卵母细胞，完成排卵。

二、如何监测排卵？



目前，监测排卵的方法有：**B超监测**、基础体温监测、宫颈粘液监测、排卵试纸监测等，其中**B超监测排卵**是最精准的方法。

三、**B超监测排卵**该做阴超还是腹部超声？

与腹部超声相比，阴道超声探头置于阴道内，距子宫卵巢近，图像更清晰，且无需充盈膀胱，因此，阴道超声为有性生活女性首选检查方法。

四、排卵应何时开始监测？几天监测一次？

排卵一般发生在下次月经来潮前**14**天，排卵日的前**5**天和后**4**天统称为排卵期，排卵监测应在排卵期进行。以月经周期为**28**天的女性为例，一般在月经第**10**天开始监测，每**2**天进行一次超声监测，当卵泡直径达**16mm**时改为每**1**天监测一次，直至优势卵泡消失。

五、如何判断有无排卵？



排卵是一个极其短暂的过程，一般仅需几秒钟就可完成，超声很难观察到排卵瞬间，只能根据以下间接征象判断排卵发生：一是先前逐渐发育的优势卵泡消失；二是卵巢表面因排卵后出血形成黄体；三是由于卵泡液流出，盆腔内出现少量积液。

六、为什么我的卵泡少，隔壁小仙女的卵泡多？



育龄期女性每月发育一批（约 3-11 个）卵泡，一般仅 1 个优势卵泡成熟并排卵，其余卵泡则不同程度退化闭锁，因此，卵泡数目差异较大。当双侧卵巢卵泡总数大于 6-8 个时，则提示卵巢储备功能良好。

四川大学华西第二医院 超声科 陈诗雨