

## پنج شنبه / ۲۴ خرداد - پیشگیری و تشخیص به هنگام ناباروری در مردان

مقدمه:

یکی از اهداف و شیرینی های زندگی زناشویی مادر و پدر شدن و نعمت داشتن فرزند و بقای نسل است که سبب استحکام خانواده ها می گردد. از این رو ناباروری یکی از مسائل آزاردهنده زندگی به شمار می رود.

تعریف ناباروری:

طبق تعریف به زوجینی که پس از یک سال ارتباط زناشویی منظم و بدون استفاده از روش های جلوگیری قادر به بچه دار شدن نباشند زوجین نابارور می گویند. ناباروری می تواند اولیه یا ثانویه باشد. تقریباً ۴۰ درصد ناباروری ها ناشی از عوامل مرتبط با زنان، نظیر بسته بودن لوله ها یا نداشتن تخمک گذاری است. حدود ۴۰ درصد ناباروری ها نیز ناشی از عوامل مردانه نظیر کاهش تعداد یا حرکت اسپرم است. در حدود ۱۵ تا ۲۰ درصد موارد علت ناباروری نامشخص است. به عبارت دیگر علیرغم طبیعی بودن آزمایش ها دلیل قطعی برای باردار نشدن وجود ندارد.

علل ناباروری:

عوامل متفاوتی از علل ناباروری به شمار می روند که می تواند مربوط به زن یا مرد یا هر دو باشد. حدود ۴۰ درصد از مشکلات ناباروری مربوط به مردان، ۴۰ درصد مربوط به زنان و حدود ۱۰ درصد مربوط به هر دو است. در حدود ۱۰ درصد از زوج ها نیز عامل ناباروری مشخص نیست به عبارت دیگر در این زوج ها هر دو نفر با توجه به انجام آزمایش های موجود مشکلی ندارند ولی به علل نامشخصی بچه دار نمی شوند. فراوانی نسبی علل مختلف ناباروری در جوامع مختلف، متفاوت است و در ب سیاری موارد یک علت خاص برای ناباروری در ارزیابی ها پیدا نمی شود و در تعداد بسیاری محدودی از زوجین می توان به طور مطلق علل مادرزادی، اکتسابی غیر قابل برگشت و یا عدم وجود سیلول جنسی را عامل مشکل ناباروری اعلام نمود. در بین علل ناباروری برخی از آنها شیوع بی شتری داشته و چنانچه زودتر تشخیص داده شده و درمان شوند هم ناباروری کاهش پیدا می کند و هم عوارض ناشی از این علل کاهش خواهد یافت. آشنیابی با برخی علل شیعی و آموزش به گروه هدف در خصوص پیگیری برای تشخیص و درمان این عوامل امکان درمان موثر و کاهش احتمال ناباروری را فراهم خواهد ساخت.

**برخی عوامل موثر در افزایش احتمال ناباروری مردان:**

عوامل مختلفی می تواند باروری مردان را تحت تاثیر قرار دهد که می توان به موارد زیر اشاره کرد: چاقی / تغذیه نامناسب، مصرف سیگار، قلیان، مواد مخدر، الکل، مصرف زیاد کافئین، استرس، امواج رادیوفرکانس، آلودگی هوا، مواجهه با گرما، کم خوابی، برخی داروها، سموم محیطی آفت کش ها و سرب، حشره کش ها، بیماری هایی مانند اورپون، مشکلات هورمونی، رادیوتراپی یا شیمی درمانی و....

**توصیه ها:**

با توجه به اهمیت بارداری در زمان مناسب برای خانواده و برای پیشگیری و کاهش مشکلات ناشی از به تاخیر انداختن آن موارد زیر را مد نظر قرار دهید:

در زوجینی که به مدت یک سال خواهان فرزند بوده و نزدیکی منظم بدون استفاده از روش پیشگیری از بارداری داشته اند و باردار نشده اند بایستی بررسی از نظر ناباروری صورت گیرد. در خانم های بالاتر از 35 سال، این بررسی باید بعد از 6 ماه صورت گیرد.

تاخیر در فرزندآوری با عوارض بارداری و زایمان همراه است و خانواده هایی که در سنین بالا اقدام به فرزندآوری می کنند باید به این مسایل دقت داشته باشند و از مراقبت های لازم برخوردار شوند.