



عوامل موثر در ناباروری و پیشگیری

نویسنده: محیا بادبارونی

دانشگاه آزاد اسلامی واحد دزفول

Mahyabbrni@gmail.com

چکیده:

ناباروری به معنی تلاش های مکرر و اقدام برای باروری و عدم امکان پذیری و به نتیجه رسیدن این امر میتواند دلایل مختلف زیادی داشته باشد که شامل سن و نحوه سبک زندگی افراد که شامل رژیم غذایی و مصرف دخانیات و... میباشد تا بیماری های زنان و مردان که جلوگیری از باروری میکنند. میتوان با انجام یک سری موارد مانند اصلاح سبک زندگی و عدم انجام کارهای مضر و حفظ وزن و... این مشکل را پیشگیری کرد و با انجام درمان باروری را امکان پذیر کردمانند جراحی و ای وی اف و ..

کلید واژه: باروری، پیشگیری، ناباروری، درمان

می کند. زیرا سن عامل مهمی در قدرت باروری زنان است. به طور طبیعی از سن ۳۵ سالگی قدرت باروری زنان شروع به کاهش می کند، از ۳۸ سالگی تا ۴۰ سالگی روند کاهش توان باروری شتاب می گیرد و پس از ۴۳ سالگی شانس بارداری، به ویژه در زنانی که سابقه بارداری ندارند، بسیار کم می شود. گروه دیگری که نباید یک سال صبر کنند، زنانی هستند که سیکل های قاعدگی آنها نامنظم و دیر است یا مجبورند برای پر یود شدن دارو بخورند. همچنین، زنانی که سابقه جراحی در ناحیه لگن مانند جراحی اندومتریوز، کیست تخمدان، آپاندیس و چسبندگی دارند، باید زودتر برای درمان ناباروری اقدام کنند. مصرف مشروبات الکلی: مصرف الکل ممکن است به طور موقت مانع از تولید استروژن و افزایش سطح تستوسترون شود که این امر می تواند باعث ایجاد اختلال در چرخه قاعدگی طبیعی شود. درست مثل استرس مزمن، سوء مصرف الکل نیز باعث تغییر در عملکرد برخی از پیام رسان های شیمیایی طبیعی و سطح هورمون های بدن می شود که می تواند پیامد

۱- مقدمه: ناباروری معمولاً به باردار نشدن پس از یک سال تماس جنسی منظم برای باردار شدن و بدون پیشگیری بارداری تعریف می شود. در صورتیکه سن خانم از ۳۵ سال بیشتر باشد، باردار نشدن به مدت ۶ ماه به عنوان ناباروری محسوب می شود. تقریباً ۴۰ درصد از ناباروری ها ناشی از عوامل مرتبط با زنان، نظیر بسته بودن لوله ها یا نداشتن تخمک گذاری و... است. حدود ۴۰ درصد ناباروری ها نیز ناشی از عوامل مردانه مانند کاهش تعداد یا حرکت اسپرم واست و در حدود ۱۵ تا ۲۰ درصد عوامل ناباروری نامشخص است. عوامل متعددی وجود دارد که زوج ها را تحت تأثیر قرار می دهد برخی از این عوامل شامل سن، سیگار، فشارروحي، وزن، ورزش سنگین، الکل، تعداد تخمکهای موجود در تخمدا نها، بیمار یها و عوامل زمین های است اگرچه برخی عوامل در طول زمان تغییر می کنند اما در هر حال تعدادی از این عوامل خارج از کنترل انسان هاهستند. سن: اگر سن زن بیش از ۳۵ سال باشد، این مهلت به ۶ ماه کاهش پیدا