

گزارش یک مورد درمان ناباروری به وسیله تغییر سبک زندگی

فلورا تاجیکی^۱

۱- لیسانس مامایی، Flora.taj.2200@Email.com

چکیده

ناباروری یک مساله چند علیتی محسوب می شود و می تواند عواقب مخربی در سطح خانواده و جامعه داشته و سبب سست و لرزان شدن پایه های خانواده شود. سبک زندگی، یکی از عوامل مهمی است که سلامتی را تحت تأثیر قرار می دهد. سلامت و پیشرفت هر جامعه تا حدود زیادی بر سلامت زنان استوار است و بارداری و زایمان، تأثیر چشمگیری بر سلامت و بهداشت زنان دارد و از شاخص های مهم سلامت ملی محسوب می شود. فرد مراجع پس از طی یک دوره ۶ ماهه و انجام روشهای پیشنهادی با وجود اینکه از سایر مراکز پیشنهاد آی وی اف مجدد یا تخمک اهدایی شده بود اما به پیشنهاد ما فقط از روش اصلاح سبک زندگی و موارد پیشنهادی ما استفاده نمود که نتیجه مناسب حاصل شد و میزان AMH نیز افزایش قابل ملاحظه ای پیدا کرد. این خانم علاوه بر اینکه باردار شدند، بعد از مدت سپری شده زایمان را نیز با موفقیت انجام دادند.

کلید واژه- ناباروری، زنان، زایمان و نازایی، سبک زندگی، آی وی اف

۱- مقدمه

جنسی و زناشویی می شود که در یک عبارت می توان کاهش سلامت روان و سلامت اجتماعی از آن یاد کرد. ناباروری معمولاً به دلیل مشکلات اورگانیک و یا غیر اورگانیک زنانه و یا مردانه به وجود می آید (۲). همچنین یکی از کارکرد های اصلی هر خانواده تولد فرزندان است که اگر این مهم برنیاید روابط بین زوجین و به طور کلی شالوده خانواده دچار مشکل می شود و ممکن است که در آینده زوجین نابارور به طلاق و جدایی روی آورند. درمان ناباروری راهی است که معمولاً زوجین نابارور به آن رجوع کرده تا مشکل خود را حل کنند. پروسه درمان ناباروری نیز یک دوره طولانی مدت، پرهزینه، نیازمند صبر و شکیبایی و همچنین همراهی و همکاری همسر و همچنین خانواده های زوجین می باشد. به نظر می رسد برخورداری از سلامت اجتماعی و روانی فرد در فرایند درمانی دارای اهمیت بسیاری باشد (۳). ناباروری یکی از مهمترین بحرانهای دوران زندگی است که منجر به بروز مشکلات روانی و تجربیات استرس زای جدی برای افراد مبتلا می شود (۴). نتایج تحقیقات نشان داده است که ناباروری افراد را مستعد افسردگی و اضطراب با شدت بالا می کند. عدم توجه به اختلالات هیجانی زوج های نابارور و علائم ثانویه به ناباروری (اشکال در روابط بین فردی، عدم رضایت زناشویی و کاهش تمایلات جنسی سیکل معیوبی ایجاد می کند که احتمال درمان ناباروری را نیز کاهش می دهد. بروز رفتارهای تکانشی و

یکی از عوامل مهمی که سلامت روان زنان را دچار آسیب جدی می کند و به تبع آن دیگر ابعاد سلامت وی (سلامت اجتماعی، سلامت جسمانی و سلامت معنوی) را تحت تاثیر قرار می دهد ناباروری است. هزینه های گزاف درمانی، نگرانی مداوم در مورد نتیجه درمان، خستگی ناشی از رفت و آمد به مراکز درمانی، پرس و جوی مکرر و مداوم اطرافیان (فشار اجتماعی)، ترس از هم گسیختگی خانواده، از دست دادن علاقه همسر و تنش های بالقوه ناشی از درمانها به خصوص داروهای هورمونی، سبب ایجاد تنش و تنیدگی فراوان در فرد و همسر وی می شود. نتایج پژوهشها نشان می دهد زنان بیش از مردان بر اثر مشکلات ناباروری دچار تنیدگی و عوارض حاصل از آن می شوند. همچنین توقع اطرافیان از زنان برای آوردن فرزند بیش از مردان است (به عبارتی فشار جامعه در این خصوص بر زنان بدون بچه بیشتر از مردان است) (۱). نتایج مطالعات دیگر نشان می دهد ناباروری موجب پدید آمدن طیف وسیعی از مشکلات روحی از جمله اضطراب، افسردگی، سرخوردگی، انزوای طلبی، کاهش اعتماد به نفس، نارضایتی، ترس از تنهایی، احساس گناه و شرمساری، تنش هویتی شخصی و جنسی، فقدان کنترل شخصی، مشکلات