علامات تحذير تخص العقم

يقول معظم الأطباء أنه يجب أن لا تقلقي بشأن العقم حتى بعد عام كامل من محاولة إنجاب الأطفال من دون نجاح. ولكن إذا نفذ صبرك بعد تسعة أشهر وكنت تظنين أن هناك شيء خاطئ، لا تترددي في الذهاب إلى طبيب الغدد الصماء التناسلية لبعض الاختبارات. إذا كان هناك سبب فسيولوجي لعدم إنجاب الأطفال، يمكنك البدء في استكشاف الخيارات الخاصة بك، وإذا كانت الاختبارات لم تظهر أي شيء خاطئ، يمكنك الاسترخاء ومتابعة محاولة إنجاب الأطفال.

هل تتساءلين عما إذا كان العقم على الأرجح يؤثر عليك أو على شريك حياتك؟ حوالي ثلث قضايا العقم يمكن أن تعود إلى مشكلة من الشريك. الطريقة الوحيدة للتأكد من هذه القضية هي الذهاب إلى الطبيب كلاكما للحصول على اختبار. في غضون ذلك الوقت، هناك بعض القضايا التي يجب أن تسألي طبيبك عنها:

في الرجال:

العمر فوق ٣٥ سنة: عدد الحيوانات المنوية عند الرجل تبدأ في الانخفاض مع التقدم في السن. أقل حيوانات منوية يعني انخفاضا في فرص الحمل.

مشاكل في المناعة: إذا كان لدى الرجل مشكلة صحية تؤثر على جهازه المناعي، فإنها يمكن أن تؤثر أيضا على حركة الحيوانات المنوية والقدرة على التحرك نحو البويضة واختراقها، حيث أن الأجسام المضادة قد تحاول في الواقع القضاء على الحيوانات المنوية.

مشاكل في الوزن: سوء التغذية، أي نقص الوزن أو زيادة الوزن، يمكن أن يؤثر على عدد الحيوانات المنوية عند الرجل.

في النساء:

حيض غير منتظم والمبيض المتعدد الكيسات: الحيض غير المنتظم – وبالتالي الإباضة غير النظامية – هو السبب الأكثر شيوعا من العقم. قد يرى بعض المرضى أن الحيض يعود إلى طبيعته مع نظام غذائي وممارسة الرياضة النظامية، في حين أن البعض الآخر قد يحتاج إلى أدوية للمساعدة. إذا كنت لا تزالي تواجهين مشاكل، اسألي طبيبك عن كيسات المبيض، أي كيس مملوء بالسوائل ينمو أحيانا على المبيضين

أو داخلهما ويمنع الإباضة. إذا كانت لا تختفي من تلقاء نفسها، وهذا هو الحال في الكثير من الأحيان، قد تحتاجين إلى تنظير البطن لإزالتها.

العمر فوق ٣٠ سنة: على الرغم من أن هذا قد لا يقف مباشرة في طريق العقم، فرصك في الحمل تبدأ في الانخفاض حوالي سن ال ٣٠، كما أن البيض الأقدم سنا لن تستطيع أن تكون مخصبة بسهولة.