

# عوامل تؤخر الحمل قد لا يدركها الأطباء أحياناً!

انت تحاولين الحمل لفترة ، ولكن لا شيء يحدث. لماذا لا تحمليين؟ هناك العديد من الأسباب المحتملة ، بما في ذلك مخالفات الإباضة ، والمشاكل الهيكلية في الجهاز التناسلي ، أو انخفاض عدد الحيوانات المنوية ، أو مشكلة طبية كامنة. بينما يمكن أن يكون للعقم أعراض مثل الدزرات الشهرية غير المنتظمة أو تقلصات الدورة الشهرية الحادة ، إلا أن الحقيقة هي أن معظم أسباب العقم صامتة. العقم عند الرجال نادراً ما يكون له أعراض. فيما يلي أسباب محتملة لم تفهمها بعد.

## [اليك كيف يؤثر صوت الأم على دماغ طفلها](#)

### 1. أنت لا تحاول منذ فترة طويلة بما فيه الكفاية

أول شيء يجب مراعاته هو كم من الوقت كنت تحاول. قد تشعر وكأنك تحاول إلى الأبد! ولكن من المهم أن تعرف أن العديد من الأزواج لن يحملوا على الفور. حوالي 80 في المئة من الأزواج يحملون بعد ستة أشهر من المحاولة. حوالي 90 بالمائة سيصبحون حاملين بعد 12 شهراً من محاولة الحمل. هذا يفترض انكما تقومات بعلاقة جنسية في التوقيت الجيد كل شهر.



## [5 تعقيدات خلال الحمل يجب الانتباه إليها](#)

### 2. أنت لا تقومين بالإباضة

للحمل، يحتاج الإنسان الى بويضة وحيوان منوي. إذا لم تقومي بالإباضة ، فلن تكون قادرًا على الحمل. الإباضة هو سبب شائع لعقم النساء ويمكن أن يحدث بسبب العديد من الحالات. متلازمة تكيس المبايض هي أحد الأسباب المحتملة للإباضة. الأسباب المحتملة الأخرى تشمل زيادة الوزن أو نقص الوزن ، قصور المبيض الأساسي ، قصور الغدة الدرقية ، فرط بروتين الدم ، والتمارين المفرطة.



معظم النساء اللاتي يعانين من مشاكل الإباضة لديهن فترات غير منتظمة. ومع ذلك ، لا تضمن دورات الحيض المنتظمة حدوث الإباضة. إذا

كانت لديك دورات غير منتظمة ، فتحدث إلى طبيبك ، حتى لو لم تكن تحاول منذ عام.

### [3 طرق تساهم في تقوية عظام الطفل!](#)

#### 3. المشكلة بالرجل وليس بك

قد تحمل المرأة الطفل ، لكن الأمر يحتاج إلى اثنين للحمل. يكتشف 20 إلى 30 في المائة من الأزواج المصابين بالعقم عوامل الخصوبة على جانب الرجل. 40 في المئة أخرى تجد عوامل العقم من كلا الجانبين. شيء آخر تحتاج إلى معرفته: العقم عند الرجال نادراً ما يكون له أعراض يمكن ملاحظتها دون تحليل السائل المنوي ، وهو اختبار يقيس صحة السائل المنوي والحيوانات المنوية . عندما تقوم بزيارة الطبيب ، تأكد من اختبار كل منكما .



### [نصائح تساعد الطفل على النطق بسرعة](#)

#### 4. العقم المرتبط بالعمر يسبب مشكلة

بالنسبة للنساء بعد سن 35 ، وبالنسبة للرجال بعد سن 40 ، قد يستغرق الحمل وقتاً أطول. تفترض بعض النساء إذا كانت لا تزال تحصل على فترات منتظمة خصوبتها على ما يرام ، ولكن هذا ليس صحيحاً. العمر يؤثر على جودة البيض وكذلك الكمية. أيضاً ، إذا كان شريك حياتك أكبر منك بخمسة أعوام أو أكثر ، فقد يؤدي ذلك إلى زيادة خطر حدوث مشاكل الخصوبة بعد سن 35.



### [6 طرق للمساعدة في الحفاظ على وزن طفلك الصحي](#)

#### 5. المشاكل الطبية الكامنة

يمكن أن تؤدي الظروف الطبية الأساسية إلى العقم لدى الرجال والنساء. على سبيل المثال ، خلل في الغدة الدرقية أو مرض السكري غير المشخص يمكن أن يؤدي إلى العقم. على الرغم من عدم فهمه جيداً ، إلا أن الاكتئاب يرتبط بالعقم . بعض أمراض المناعة الذاتية ، مثل مرض الذئبة أو مرض الاضطرابات الهضمية غير المشخص ، يمكن أن تسبب العقم.



إقرأ المزيد:

[8 أشياء لا يجب عليك فعلها أبدًا أمام أطفالك](#)

[أفضل وقت للحمل بحسب برجك](#)

[إليك كيف تزيد من خصوبتك في الربيع](#)