أسباب تأخر الحمل العديدة وطرق علاجه

ان أجمل ما تتكلل به العلاقة الزوجية هو الحمل والإنجاب لتكتمل العائلة ولبناء أسرة متكاملة.

ويسعى الزوجان بعد فترة وجيرة أو فترة معينة من الزواج الى الحمل، لتأسيس العائلة وتكوين أسرة ولكن في العديد من الأحيان يواجه الثنائي مشاكل تتعلق في تأخر الإنجاب أو عدم قدرة المرأة على الحمل.

يتأخر الحمل من جراء عدة أسباب، بعضها بسبب الرجل وأخرى من وراء المرأة، وعليك مراجعة طبيبك للتأكد ما هو السبب الرئيسي لعدم الحمل وكيفية معالجة هذه المشكلة. ولكن من جهة أخرى يوجد العديد من الأسباب التي تؤدي الى تأخر الحمل ويمكن علاجها بطرق طبيعية، تعرفي اليها:

أبرز أسباب تأخر الحمل:

- السمنة المفرطة لدى المرأة تؤدي الى عدم الحمل أو تأخيره.
- النحافة الشديدة.
- مرض السكري، بالنسبة للمراة.
- نقص هرمون الإستروجين الذي يؤدي الى خلل في انتظام الدورة الشهرية.
- ضعف التبويض أو عدم انتظام الإباضة أو ضعف في نشاط المبيض.
- التقدم في العمر بالنسبة للمرأة.
- خلل في وظائف عنق الرحم.
- خلل الهرمونات.
- سوء التغذية الحاد.
- فقر الدم لدى المرأة.
- وجود أكياس على المبيض.
- الحالة النفسية والاكتئاب وتعاطي المخدرات، بالنسبة للرجل.
- مشاكل في الجهاز التناسلي لدى الرجل.
- خلل في انتاج الحيوانات المنوية بطريقة طبيعية.

علاجات طبيعية للمرأة تساعد على معالجة تأخر الحمل:

- شرب البردقوش والميرمية كل صباح بشكل يومي.
- شرب كوب عصير العنب مساءً.
- شرب كوب من زهورات الزنجبيل كل صباح.
- تناول خليط بودرة من القرفة والحبة السوداء والحلبة.
- تناول الورقيات الخضراء.
- التخفيف من مشتقات الألبان.
- تناول طلع النخيل.
- تناول العسل.
- الابتعاد عن الوجبات السريعة والمشروبات الغازية والزيوت المهدرجة والمأكولات المقلية والمأكولات المالحة والحلويات والسكر.
- اتباع نظام غذائي غني بالفيتامين E.
- الابتعاد عن الكافيين مثل القهوة والشاي وغيرها.
- الابتعاد عن الرياضة المتعبة والكثيفة.
- الحد من الضغوطات النفسية.