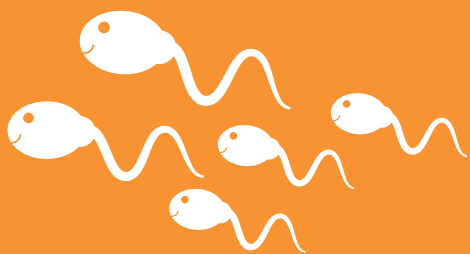


Что

МУЖЧИНА



должен
знать о
БЕСПЛОДИИ?

Я

хочу предупредить
незапланированную беременность.

хочу предупредить передачу
и инфицирование ВИЧ/ИППП
(вирус иммунодефицита человека/
инфекции, передающиеся половым путем).

В. Что такое бесплодие?

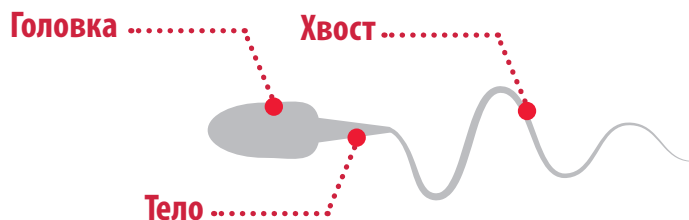
О. Бесплодие – это неспособность произвести на свет детей, которая встречается как у мужчин, так и у женщин. Брак считается бесплодным, если после 12 месяцев незащищенного секса не возникает беременность. Пара может быть бесплодной независимо от того, были ли у женщины беременности в прошлом.

В. Причины мужского бесплодия

О. В большинстве случаев причиной мужского бесплодия является малое количество сперматозоидов в семенной жидкости или их сниженная подвижность, которая определяет способность спермы проникать в фаллопиеву трубу женщины и оплодотворять яйцеклетку. На количество и подвижность сперматозоидов могут влиять следующие факторы:

- Инфекции, передающиеся половым путем (ИППП)
- Болезни, такие как грипп или свинка, могут снижать выработку сперматозоидов
- Экологические токсины
- Курение, употребление алкоголя и наркотиков могут снижать выработку сперматозоидов
- Врожденные проблемы (проблемы, существующие с момента рождения)
- Хромосомные (генетические) дефекты
- Гормональная недостаточность

СПЕРМАТОЗОИД



***Сперматозоид вырабатывается
в семенных канальцах внутри яичка***

ИППП являются основной причиной бесплодия. У мужчин могут быть рубцы или закупорка семенных протоков (придатков яичка – эпидидимис) или уретры из-за нелеченой гонореи или хламидиоза. Другие причины мужского бесплодия включают естественную неспособность вырабатывать сперму вообще или в количестве, достаточном для возникновения беременности. В более редких случаях сперматозоиды оказываются деформированными и погибают до того, как достигают яйцеклетку. Фертильность также связана с возрастом. Имеющиеся доказательства дают основания предполагать, что мужчины с возрастом вырабатывают сперму, менее способную оплодотворить яйцеклетку.

В. Предупреждение мужского бесплодия

0. Существуют определенные действия, которые может предпринять, чтобы повысить свою фертильность (плодовитость), включая следующее:

- Профилактика и лечение ИППП
- Отказ от употребления алкоголя и наркотиков
- Отказ от курения

- Избегание и снятие стрессов
- Употребление в пищу большого количества фруктов, овощей и зерновых продуктов с отрубями
- Ношение свободного нижнего белья
- Избегание экологических токсинов

В. Что вам следует делать, если вы подозреваете, что испытываете проблемы с фертильностью?

О. Бесплодие часто ведет к ситуации, вызывающей тревогу, в результате которой могут возникнуть отчаяние, стыд, депрессия и проблемы в отношениях. Если после 1 года незащищенных половых сношений с вашей супругой не наступила беременность, проконсультируйтесь с вашим медицинским работником. Для установления причины этой проблемы могут быть сделаны анализы спермы на объем и консистенцию семенной жидкости, количество, подвижность и форму сперматозоидов, а также другие диагностические тесты.

ПОГОВОРИМ О ТВОИХ ПРАВАХ И ПРАВАХ ТВОЕЙ СЕМЬИ!

Репродуктивные права, это неотъемлемое право человека – самим добровольно решать сколько иметь детей, как часто и когда. А также располагать для этого качественной информацией и услугами здравоохранения – чтобы планировать свою семью и принимать грамотное решение в отношении своего здоровья.

Создание здоровой семьи является неотъемлемым правом человека:

- С кем и когда создавать семью?
- Сколько детей мы желаем?
- Как часто и когда?
- А также получать информацию для грамотного решения в отношении своего здоровья и здоровья семьи.

Пары должны откровенно обсуждать тему предохранения от нежелательной беременности и обратиться к врачу в центр и кабинет репродуктивного здоровья, если возникают проблемы со здоровьем, и чтобы правильно выбрать подходящий для вас метод предохранения.

У каждой пары есть право знать о том, что:

- Интервалы между родами должны быть не менее 2-2,5 лет; это позволяет женщине восстановить силы для будущих родов, сохранить свое здоровье и здоровье будущих детей.
- Аборт не является методом планирования семьи, и его можно избежать, применяя современные методы контрацепции. Также существует взаимосвязь между абортом и вторичным бесплодием.
- Решение об использовании того или иного метода лучше принять после того, как вы узнаете обо всех контрацептивных средствах и проконсультируетесь со специалистом.
- Инфекции, передаваемые половым путем, часто являются причиной бесплодия у мужчин и женщин. Презерватив поможет Вам избежать заражения и одновременно предохранит Вас от нежелательной беременности.

Существующие услуги репродуктивного здоровья в Туркменистане

В Туркменистане существуют 95 центров и кабинетов репродуктивного здоровья для женщин и мужчин во всех велаятах. Здесь все пары и индивидуальные лица могут обратиться за следующими услугами:

- Планирование семьи и выбор для вас подходящего метода контрацепции
- Профилактика рака шейки матки
- Профилактика и лечение инфекций, передающихся половым путем
- Подростковое репродуктивное здоровье
- Андрология – репродуктивное здоровье мужчин
- Нарушение менструального цикла
- Бесплодие

Женщины в группе риска могут также получить рекомендуемые методы контрацепции для планирования здоровой беременности.

Кто входит в группу риска?

- Инфекционные заболевания (туберкулез, ВИЧ, вирусы гепатита)
- Онкологические заболевания (груди и шейки матки)
- Анемия 3-й степени
- Заболевания эндокринной системы (заболевание щитовидной железы, сахарный диабет, ожирение 3-й степени)
- Сердечно-сосудистые заболевания (гипертензия)
- Хронические заболевания органов дыхания (бронхиальная астма)
- Девочки и девушки 15-19 лет
- Женщины, имевшие 8 и более беременностей
- Другие заболевания (по совместной рекомендации и решению семейного врача и репродуктолога).

Литература:

Всемирная Организация Здравоохранения и Институт Джона Хопкинса;
Фонд ООН в области народонаселения (ЮНФПА).

Я знаю, что делать!

БУДЬ НАСТОЯЩИМ МУЖЧИНОЙ В ВОПРОСАХ ПЛАНИРОВАНИЯ СЕМЬИ, ПОЗАБОТЬСЯ О СЕБЕ И О СВОЕМ БЛИЗКОМ ЧЕЛОВЕКЕ!

Для получения более подробной информации обратитесь в центры репродуктивного здоровья, где вы можете проконсультироваться по вопросам планирования семьи:

- Национальный центр: НКЦ охраны здоровья матери и ребенка, г. Ашхабад, ул. Героглы 80; тел.: 36 82 01; 36 82 06; 36 82 17; 36 92 03; 36 82 08; 36 97 11
- г. Ашхабад, ул. Гараджа Бурунова 29, при детской городской больнице; тел.: 92 72 14
- Ахалский вেলাят, г. Ашхабад, Безмеин этрап, ул. Аркадаг 15 «А», при веляятском госпитале охраны здоровья матери и ребенка, тел.: 33 53 44
- Балканский вেলাят, г. Балканабат, квартал 189, больничный городок, при веляятском госпитале охраны здоровья матери и ребенка, тел.: 5 97 20; 5 97 24
- Дашогузский вেলাят, г. Дашогуз, ул. Ашхабадская 2/3, при веляятском госпитале охраны здоровья матери и ребенка, тел.: 2 22 34
- Лебапский вেলাят, г. Туркменабат, ул. Мола-Непеса 44, при веляятском госпитале охраны здоровья матери и ребенка, тел.: 9 14 42
- Марыйский вেলাят, г. Мары, ул. Битараплык 32, при веляятском госпитале охраны здоровья матери и ребенка, тел.: 5 25 66

