



## STRES A PŁODNOŚĆ

**Myślisz o dziecku? Przeczytaj ten tekst! Podczas pierwszej Śląskiej Konferencji Płodności zaprezentowano bowiem wyniki kampanii społeczno-edukacyjnych „Zdrowa mama” i „Zdrowy tata”, które pokazały mało optymistyczne dane na temat stanu płodności Polaków.**



Jak się okazuje aż 62% mężczyzn, którzy wzięli udział w akcji, może mieć problem z poczęciem dziecka. Ponadto specjaliści zaobserwowali, że parametry nasienia obniżają się wraz z wiekiem badanego pacjenta.

„Przyjmując, że obniżenie płodności mężczyzn może być powodowane nieprawidłową wartością już tylko jednego z przebadanych parametrów ustalono, że kłopoty z poczęciem dziecka może mieć 62% pacjentów, którzy wzięli udział w akcji prozdrowotnej. 38% przebadanych osób w

zakresie siedmiu kluczowych markerów płodności uzyskało wyniki co najmniej powyżej dolnej granicy normy WHO 2010” – wyjaśnia dr n. biol. Wojciech Sierka, specjalista Gyncentrum z Katowic.



### **20-latki też mają problemy z płodnością**

Wbrew przyjętej opinii problem niepłodności nie jest domeną kobiet po 30-stce, ale dotyczy także młodych dziewczyn. „Wyniki badań uzyskanych podczas kampanii Zdrowa mama wyraźnie pokazują, że z obniżoną rezerwą jajnikową, mogącą wskazywać na problemy z zajściem w ciążę, mamy już do czynienia w przypadku bardzo młodych kobiet” – wyjaśnia dr n. med. Dariusz Mercik, specjalista ginekolog z Gyncentrum z Katowic.

Ponad to wyniki wykazały występowanie znacznie obniżonej rezerwy jajnikowej w każdej grupie wiekowej, także 20-25 lat. „Potencjał rozrodczy kobiety z każdym cyklem maleje. Prawie każdej trzydziestolatce pozostaje do dyspozycji zaledwie 12 proc. maksymalnej rezerwy jajnikowej. A u kobiet po 40 r.ż. ta liczba spada do 3 proc.” – wyjaśnia prof. nadzw. dr hab. n. med. Jacek Józwiak ze Śląskich Laboratoriów Medycznych.

„Celem badań profilaktycznych powinno być zatem wyłonienie młodych pacjentek z obniżoną rezerwą jajnikową i skierowanie ich do dalszej, bardziej zaawansowanej diagnostyki” – dodaje dr Mercik.



### **Stres jedną z głównych przyczyn niepłodności**

Wszyscy zaproszeni prelegenci zgodnie stwierdzili, że stres jest winowajcą problemów z płodnością. Wynika to z naszej natury pierwotnej. Reakcja stresowa ma bowiem przygotować organizm ludzki do walki lub ucieczki.

„We współczesnym świecie w czasie stresu psychologicznego nie możemy ani walczyć, ani uciekać, a nasz organizm odczytuje zewnętrzne bodźce w taki sposób, iż warunki są niekorzystne do rozwoju potomstwa. W efekcie powoduje to, na zasadzie neurohormonalnej reakcji, zahamowanie funkcji rozrodczych” – tłumaczy dr n. med. Dariusz Mercik, specjalista Gyncentrum.