

Η Υπογονιμότητα στη Σύγχρονη Εποχή

Η Υπογονιμότητα στη μέρες μας αποτελεί ένα συχνό πρόβλημα λόγω του σύγχρονου τρόπου ζωής και των απαιτήσεων της σύγχρονης γυναίκας. Οι σύγχρονες απαιτήσεις της ζωής οδηγούν τις περισσότερες γυναίκες συχνά να αναβάλουν τη τεκνοποίηση για μεγάλο χρονικό διάστημα έως ότου εκπληρωθούν σημαντικές επαγγελματικές υποχρεώσεις πρώτα.

Παράλληλα, η κρίση που βιώνει ο λαός μας τα τελευταία χρόνια καθιστά απόλυτα αναγκαία την παραγωγική εργασία της σύγχρονης γυναίκας ώστε να μπορέσει να επιβιώσει οικονομικά ένα ζευγάρι, γεγονός που απομακρύνει ακόμα περισσότερο την οποιαδήποτε σκέψη για τεκνογονία. Κατά συνέπεια, η ανασφάλεια που νιώθουν οι νέοι άνθρωποι καθώς και η οικονομική ανέχεια είναι τόσο σημαντική που το όνειρο απόκτησης ενός παιδιού αρχίζει να θεωρείται πολυτέλεια.

Όταν η απόκτηση ενός παιδιού έρχεται δύσκολα, η ανασφάλεια γιγαντώνεται και η «άρνηση» θεμελιώνεται μέσα στο ζευγάρι.

Η υπογονιμότητα αποτελεί ένα *πολυπαραγοντικό πρόβλημα υγείας* με ποικίλες προεκτάσεις:

- Προσωπικές
- Οικονομικές
- Κοινωνικές

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (Π.Ο.Υ) περίπου το 8-10% των ζευγαριών, αντιμετωπίζουν κάποιο πρόβλημα υπογονιμότητας. Ως υπογονιμότητα ορίζεται η αδυναμία επίτευξης εγκυμοσύνης μετά από

προσπάθεια ενός τουλάχιστον χρόνου ή 6 μηνών για γυναίκες άνω των 35 ετών, χωρίς κανένα μέτρο αντισύλληψης και με τακτικές φυσιολογικές σεξουαλικές επαφές.



Τα περισσότερα ζευγάρια θεωρούν, πως η επιτυχής κύηση είναι δεδομένη και στο μεγαλύτερο μέρος της ζωής τους πιθανότατα να λαμβάνουν μέτρα αντισύλληψης, ώστε να την αποφύγουν. Επομένως, όταν συνειδητοποιήσουν, εφόσον επιδιώκουν την τεκνοποίηση, ότι η κύηση δεν έρχεται, αισθάνονται *έκπληξη*.

Αρχικά αρχίζουν να αναρωτούνται, αν κάνουν κάτι λάθος και για αυτό δεν μπορεί να επιτευχθεί η σύλληψη. Αρχικά, προσπαθούν να βρουν «οικιακούς» τρόπους αντιμετώπισης του προβλήματος,

- όπως να μεταβάλλουν τις διατροφικές τους συνήθειες,
- να επιλέγουν να έχουν επαφή συγκεκριμένες ημέρες (γόνιμες ημέρες της γυναίκας) ή

- να δοκιμάζουν διάφορες στάσεις κατά τη σεξουαλική επαφή, οι οποίες ελπίζουν, πως αυξάνουν τις πιθανότητες γονιμοποίησης.

Όταν οι διάφοροι μέθοδοι αποτύχουν, τότε αρχίζουν να διερευνούν το παρελθόν τους για τυχόν αίτια της υπογονιμότητας.

Για την καλύτερη διάγνωση αξίζει να σημειωθεί, ότι ο χρόνος ανίχνευσης και αντιμετώπισης του προβλήματος είναι ιδιαίτερα σημαντικός. Ο καταλληλότερος χρόνος για την αναζήτηση ιατρικής βοήθειας είναι όταν έχει περάσει ένας χρόνος ελεύθερων σχέσεων και δεν έχει επιτευχθεί εγκυμοσύνη και υπό την προϋπόθεση, ότι δεν τίθεται θέμα ηλικίας ή δεν υπάρχει προηγούμενο ιστορικό παθήσεων που να σχετίζονται με την υπογονιμότητα.

Όλες όμως οι περιπτώσεις υπογονιμότητας δεν απαιτούν εξωσωματική γονιμοποίηση. Η σύγχρονη επιστήμη στον τομέα της υπογονιμότητας δίνει την δυνατότητα μέσα από τους ειδικούς αφού διαγνώσουν σωστά, να επιλύσουν προβλήματα που παλαιότερα θεωρούνταν δυσεπίλυτα και με ηπιότερες τεχνικές. Οι ειδικοί αναγνωρίζοντας τις παθολογικές καταστάσεις όπου προκαλούν υπογονιμότητα στα ζευγάρια (όπως η ενδομητρίτιδα, η ενδομητρίωση και η κίρσοκήλη) και μέσω απλών επεμβάσεων, καταφέρνουν να αυξήσουν σημαντικά τη γονιμότητα ενός ζευγαριού.



Ακόμα και στη περίπτωση που οι συνθήκες είναι τέτοιες ώστε να επιβάλουν την πραγματοποίηση της εξωσωματικής γονιμοποίησης οι πιθανότητες επιτυχίας μπορεί να φτάσει και στο 50%.

Άρα, η σωστή και έγκυρη διερεύνηση του περιστατικού, η εφαρμογή σύγχρονων μεθόδων, η επιλογή σωστού πρωτοκόλλου, προσαρμοσμένο στη κάθε ασθενή, καθώς και η επιλογή ειδικού αποτελούν τα σημεία-κλειδιά προκειμένου να φτάσουμε στο επιθυμητό αποτέλεσμα. Όταν δεν τηρούνται αυτά έχουμε σαν αποτέλεσμα να υπάρχουν γυναίκες όπου έχουν υποβληθεί σε πέντε ή και πολύ περισσότερες από δέκα προσπάθειες, χωρίς όμως επιτυχία.

Υπάρχουν ακόμα περιπτώσεις όπου εξαρχής το ζευγάρι μπαίνει σε έναν αγώνα με ιδιαίτερα κακές πιθανότητες. Σε αυτή τη περίπτωση το ζευγάρι θα πρέπει έγκυρα να ενημερωθεί ώστε να μην υποβληθεί σε πολλές και άσκοπες προσπάθειες με φρούδες ελπίδες. Όσο πιο γρήγορα ενημερωθεί για τις εναλλακτικές του επιλογές τόσο πιο γρήγορα θα μπορέσει να οδηγηθεί προς την επίτευξη του στόχου του. Άρα αυτό που είναι σημαντικό είναι να υπάρχει καλή συνεργασία ανάμεσα στο ζευγάρι και το θεράποντα ιατρό καθώς και με όλη τη θεραπευτική ομάδα, ώστε να διερευνηθούν τα αίτια της υπογονιμότητας και να βρεθεί αποτελεσματική λύση για το εκάστοτε ζευγάρι.

Κατά συνέπεια, απαραίτητη προϋπόθεση για την επιλογή της καταλληλότερης θεραπευτικής αντιμετώπισης του προβλήματος είναι η διερεύνηση των αιτιών τόσο της ανδρικής όσο και της γυναικείας υπογονιμότητας. Επίσης, σημαντική είναι η εκτίμηση της προσωπικότητας και των αντιλήψεων του κάθε ζευγαριού καθώς το θέμα συχνά απαιτεί αντιμετώπιση των ψυχοκοινωνικών και συναισθηματικών αναγκών των ζευγαριών.

Για την υπογονιμότητα ενός ζευγαριού ευθύνονται πλήθος παραγόντων, όπως επίκτητα γενετικά προβλήματα, το σύγχρονο τρόπο ζωής, τις διατροφικές συνήθειες και το άγχος.

Γυναικείος Παράγων Υπογονιμότητας



Τα κύρια αίτια της γυναικείας υπογονιμότητας είναι τα προβλήματα υγείας. Τα σημεία που εντοπίζονται τις περισσότερες φορές τα αίτια της γυναικείας υπογονιμότητας αφορούν:

- ❑ Ενδοκρινολογικές διαταραχές: στον υποθάλαμο, την υπόφυση, (διαταραχές περιόδου, σακχαρώδη διαβήτη, διαταραχές του θυροειδή αδένου)
- ❑ Ωοθήκες, (15-20%, έλλειψη ωοθυλακιορρηξίας, φλεγμονές)
- ❑ Σάλπιγγες, (25-30%, σοβαρές λοιμώξεις, δυσπλασίες, εμφράξεις)
- ❑ Κόλπο, (φλεγμονές, διαπλαστικές ανωμαλίες, νεοπλασματά, κακοήθη ή καλοήθη)
- ❑ Τράχηλο της μήτρας [5-10%, ινομώματα, οι ενδομητρικές συμφύσεις, η ενδομητρίωση (20-50%)]
- ❑ Το σώμα (κιά)
- ❑ Προηγούμενες χειρουργικές επεμβάσεις

- ❑ Τόσο η ανατομική, όσο και η λειτουργική τους τελειότητα είναι απαραίτητες στην επιτυχία της σύλληψης.

Ανδρικός Παράγων Υπογονιμότητας



Παρότι, παλαιότερα επικρατούσε η αντίληψη, ότι η γυναίκα ευθύνεται περισσότερο για την αδυναμία τεκνοποίησης, πρόσφατα ερευνητικά δεδομένα καταδεικνύουν, ότι και ο άνδρας είναι υπεύθυνος, αποκλειστικά στο 20% των περιπτώσεων υπογόνιμων ζευγαριών και συνυπεύθυνος στο 40-50%. Οι κυριότερες αιτίες ανδρικής υπογονιμότητας αφορούν:

- ❑ Ενδοκρινολογικές διαταραχές (3-6%, ο υποθάλαμος, η υπόφυση, το πάγκρεας, τα επινεφρίδια και ο θυροειδής αδένου)
- ❑ Τοπικά νοσήματα του ουρογεννητικού συστήματος (διαταραχές σπερματογένεσης, αδυναμία των ανδρών να παράγουν ικανοποιητικό αριθμό υγιούς και καλής ποιότητας σπέρματος, ασπερμία, η αζωοσπερμία)
- ❑ Η κισσοκήλη (10%)
- ❑ Γεννητικές ανωμαλίες
- ❑ Επιδράσεις από το νευρολογικό σύστημα
- ❑ Ψυχολογικά αίτια.

Άλλοι Παράγοντες Υπογονιμότητας



Συνδυασμός διαφόρων άλλων παραγόντων που είναι κοινοί και για τα δυο φύλα σχετίζονται στατιστικά σημαντικά με την υπογονιμότητα των ζευγαριών, όπως:

- ❑ Η προχωρημένη ηλικία τεκνοποίησης
 - Όλο και περισσότερα ζευγάρια επιλέγουν να δημιουργήσουν οικογένεια σε μεγαλύτερη ηλικία, όπου η αναπαραγωγική ικανότητα είναι μειωμένη.
 - Κατά τις τελευταίες δεκαετίες έχει παρατηρηθεί αύξηση του μέσου όρου ηλικίας τεκνοποίησης των γυναικών λόγω επαγγελματικών υποχρεώσεων και της προσπάθειας να αποκτήσουν οικονομική ασφάλεια.
 - Ωστόσο, έρευνες έχουν δείξει υψηλή συχνότητα υπογονιμότητας σε άνδρες νεότερης ηλικίας 15-44 χρόνων, το οποίο κυρίως αποδίδεται στο σύγχρονο τρόπο ζωής.
- ❑ Δημογραφικοί παράγοντες, όπως η κοινωνικοοικονομική κατάσταση συμπεριλαμβανομένου και του μορφωτικού επιπέδου αποτελούν παράγοντες που υποθάλπουν την αναπαραγωγική ικανότητα των ζευγαριών.
 - το υψηλό μορφωτικό (και οικονομικό) επίπεδο επιτρέπει την έγκαιρη αναγνώριση, αποδοχή και αντιμετώπιση του προβλήματος καθώς φαίνεται να έχουν ευκολότερη πρόσβαση σε διαγνωστικές και θεραπευτικές μεθόδους υποβοηθούμενης αναπαραγωγής.
 - το χαμηλό μορφωτικό επίπεδο ευθύνεται για την απροθυμία έγκαιρης αναζήτησης ιατρικής βοήθειας.
 - τα άτομα χαμηλότερου εισοδήματος λόγω υψηλού κόστους της διάγνωσης χάνουν πολύτιμο χρόνο για την εντόπιση των αιτιών υπογονιμότητας.
- ❑ Το άγχος που βιώνουν τα σύγχρονα ζευγάρια (επαγγέλματα που συνεπάγονται υψηλής έντασης άγχους λόγω ευθυνών και υποχρεώσεων).
- ❑ Οι στάσεις ή πεποιθήσεις του ζευγαριού προς την αδυναμία τεκνοποίησης.
- ❑ Οι σεξουαλικές διαταραχές είναι δυνατόν να ευθύνονται για την υπογονιμότητα και μπορεί να είναι αποτέλεσμα ιατρικών προβλημάτων ή ακόμα και των σχέσεων του ζευγαριού.
- ❑ Η φύση του επαγγέλματος είναι δυνατόν να επηρεάσει τη γονιμότητα των ζευγαριών (στους άνδρες, η πολύωρη καθιστική εργασία, η έκθεση σε ακτινοβολίες και κυτταροτοξικά φάρμακα, η επιτέλεση της εργασίας υπό κακές συνθήκες, όπως υψηλή θερμοκρασία

και η αυξημένη σωματική δραστηριότητα αποτελούν παράγοντες κινδύνου υπογονιμότητας).

- Προβλήματα διατροφής, υπερβολική αύξηση ή μείωση του σωματικού βάρους.
- Ψυχογενή αίτια.
- Περιβαλλοντικοί παράγοντες (τόπος διαμονής, αγροτικές-βιομηχανικές περιοχές).
- Μόλυνση του πλανήτη
- Το κάπνισμα
- Χρήση αλκοόλ ή αναβολικών