

جمعیت کشور شد داشته است



معاون بهداشتی وزارت بهداشت می‌گوید: «تعداد فرزندان که یک زن در دوران باروری می‌تواند به دنیا بیاورد، نرخ باروری کلی به حساب می‌آید. اگر تعداد فرزندی که یک زن در طول دوران باروری به دنیا بیاورد ۲/۱ باشد، جمعیت آن جامعه روبه افزایش است و اگر کمتر از این باشد نرخ رشد منفی دارد.» وی افزود: «بین سال‌های ۱۳۹۵ تا ۱۳۶۶ نرخ باروری هر زن ایرانی بین ۶ تا ۷ فرزند بود که با شیب تندی در دهه ۷۰ کاهش یافت و به ۱٫۸ فرزند رسید. در سال ۱۳۹۲ تعداد یک میلیون و ۴۷۱ هزار نفر در کشور متولد شدند که این مساله نشان از رشد جمعیت کشور داشت.»

سیاری با بیان اینکه در سال گذشته یک میلیون و ۵۷۰ هزار مولید داشتیم که اگر میزان مرگ و میر را از آن کم کنیم یک میلیون و ۱۲۰ نفر به جمعیت کشور اضافه شدند، ادامه داد: «در حال حاضر فاصله بین اولین فرزند و ازدواج ۳ سال و نیم است و فاصله متوسط بین فرزند اول و دوم ۴/۵ است.»

۴۰ درصد ناباروری مربوط به مردان است



رئیس دانشگاه علوم پزشکی شهیدبهشتی می‌گوید: «در سال گذشته نرخ رشد جمعیت کشور ۱/۳ و نرخ باروری کل ۱/۸ و در حال کاهش بود که اگر به همین متوال پیش می‌رفت، در آینده‌ای نزدیک جامعه بسیار پیری داشتیم.» وی با بیان اینکه ۲۵ درصد جمعیت کشور را جوانان تشکیل می‌دهند، افزود: «باید زیرساخت‌های افزایش جمعیتی مورد توجه ویژه قرار گیرد. سلامت مردان و مساله باروری آنان یکی از شاخص‌های مهم سلامت کشورها به شمار می‌رود که عدم توجه به آن عواقب سنگینی برای خانواده‌ها و جامعه به دنبال خواهد داشت.»

وی گفت: «۸۰ میلیون زوج در کل دنیا نابارور هستند که بیشتر آنها به دلیل هزینه‌های بالای درمانی، اقدامات درمانی را انجام نمی‌دهند. به طور کلی میزان ناباروری در دنیا ۵۰ درصد افزایش یافته است، به طوری که شیوع ناباروری ۱۰ تا ۱۸ درصد جمعیت جهان را درگیر کرده و در ایران نیز همین آمار وجود دارد.» پیوندی اظهار کرد: «۴۰ درصد علت ناباروری‌ها مربوط به زنان، ۴۰ درصد مربوط به مردان و ۲۰ درصد بین زن و مرد مشترک است و اگر سازمان‌های بیمه گر هزینه‌های درمانی زوجین نابارور را به درستی پوشش دهند، بسیاری از مشکلات آنها برطرف خواهد شد.»

از هر ۶ تا ۷ زوج در ایران یکی نابارور است



محمدعلی صدیقی، متخصص اورولوژی، می‌گوید: «از هر ۶ تا ۷ زوج در ایران یکی نابارور است و در این میان ۵۰ درصد ناباروری‌ها علت مردانه دارد. بیشتر مردانی که دچار ناباروری می‌شوند، در سن باروری قرار دارند و فعالان جامعه هستند و درگیر شدن آنها با مشکلات ناباروری می‌تواند، مسائل جدی در زندگی آنها ایجاد کرده و حتی این مسائل می‌تواند منجر به طلاق شود. امروزه روش‌های درمانی زیادی برای کمک به این افراد وجود دارد، اما این روش‌ها با عوارض متعددی همراه هستند. یکی از مهم‌ترین این روش‌ها این است که مجموعه اختلالات کروموزومی این مردان به نسل بعد نیز منتقل می‌شود و نسل‌های بعدی ممکن است از نظر کروموزومی از وضعیت خوبی برخوردار نباشند.»

نگاه متخصص

عضو هیئت علمی دانشگاه جندی‌شاپور اهواز

امکان فریز اسپرم برای باروری بیماران سرطانی

علیرضا خردمند، عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی جندی‌شاپور اهواز و اورولوژیست در گفت‌وگو با سید از عوامل مختلفی که در ناباروری مردان نقش دارد، می‌گوید که در ادامه می‌خوانید.

سپید: چه عواملی در ناباروری مردان نقش دارد؟

اینکه فقط زنان در ناباروری نقش دارند، یک تفکر سنتی است. در حالیکه مردان در ۵۰ درصد موارد عامل ناباروری هستند. اما سوالی که مطرح است، اینکه چه عواملی منجر به ناباروری مردان می‌شود؟ دلایلی که برای ناباروری مردان وجود دارد، دو دسته است، یک دسته دلایل سرشتی است که در ایجاد آنها عوامل بیرونی دخالت ندارد. اما دسته دوم دلایلی هستند که هر فرد در جامعه با آنها درگیر بوده و شاید همان‌ها دلیل ناباروری شخص را تشکیل داده است. از مهم‌ترین عوامل محیطی، سبک زندگی فرد است. ما در جامعه‌ای صنعتی زندگی می‌کنیم که آلودگی‌های زیادی در اطراف وجود دارد، گرما و کار در محیط گرم با استفاده بیش از حد از سونا، استفاده از لباس‌های نامناسب و چسبان و فعالیت با آنها، همگی می‌توانند، در تولید اسپرم در مردان موثر باشند. اعتیاد به هرگونه مواد می‌تواند، اختلال در ساخت اسپرم و به دنبال آن ناباروری منجر شود. مقوله ناباروری مولتی فاکتوریال است، یعنی چندین عامل دست به دست هم می‌دهند.

سپید: کدام مواد مخدر در ایجاد ناباروری در مردان تاثیر بیشتری دارد؟

هر نوع ماده مخدری می‌تواند، در ساخت اسپرم اختلال ایجاد کند، عاملی که در مقوله اعتیاد تاثیر بیشتری داشته و در جامعه با فراوانی بیشتری یافت می‌شود، سیگار است. سیگار به طور مشخصی باعث تغییر در تعداد اسپرم، حرکت اسپرم و شکل طبیعی آن می‌شود. انواع مختلف مواد روانگردان‌ها نیز موثر بوده و همچنین مشروبات الکلی هم در ساخت اسپرم اختلال ایجاد کرده و هم اینکه توان جنسی آنها را کاهش می‌دهد. عوامل محیطی از جمله آلودگی هوا و آلودگی‌های شیمیایی که وجود دارد، محیط کاری آلوده و استفاده بیش از حد از موبایل یا قرار دادن آن در جیب کنار دستگاه تماسل مردان نیز موثر هستند. مساله بعدی تغذیه است. دیده شده که استفاده از مواد سالم و غیر فناوری شده و فاقد مواد نگهدارنده به میزان زیادی در کاهش میزان ناباروری نقش دارد.

سپید: آلودگی هوا از چه نوعی در مقوله ناباروری مردان موثر است؟ وقتی عنوان آلودگی به کار می‌رود، نوع آن جدا نمی‌شود. کلیه عوامل محیطی غیرسالم، در اسپرماتوزن نقش دارد اما امکان دارد، آلودگی با فلزات سنگین و مواد رادیواکتیو اثرات بیشتری داشته باشد.

سپید: خواب و استرس هم در این میان نقش دارد؟

استرس‌های روانی در اسپرماتوزن موثر بوده که یکی از ابعاد آن خواب است. کم‌خوابی و بی‌خوابی می‌تواند، در راستای کاهش باروری کمک کننده باشد. از جمله عوامل سرشتی واریکوسل است، واریکوسل شناخته شده‌ترین علت ناباروری قابل اصلاح توسط جراحی است. نمی‌توان گفت، شایع‌ترین است، در واقع شایع‌ترین علت ناباروری شناخته نشده است اما مسائلی ژنتیکی، ضربه‌ها و عفونت‌های بیضه فردامتعد ناباروری می‌کند.

سپید: فاکتور سن هم موثر است؟

در زنان بله. تا جایی که زنان بعداز ۳۵ سالگی به‌طور مشخص از لحاظ توانایی باروری کاهش پیدا می‌کنند. مسلماً با افزایش سن در مردان تغییراتی در تولید اسپرم ایجاد خواهد شد، اما اینکه این تغییر در چه سنی بوده و تا چه میزانی فرد را درگیر می‌کند، در افراد مختلف متفاوت است. لذا با توجه به اینکه سن فاکتور مهمی در باروری است، اما عدد مشخصی برای آن نمی‌توان در نظر گرفت. اما با افزایش سن پدر احتمال مشکلات ژنتیک، بیماری‌های ژنتیک و احتمال سقط هم بیشتر است.

سپید: باروری در بیمارانی که مبتلا به سرطان بوده‌اند، چگونه است؟ باید قبول کرد که در جامعه صنعتی شده امروز، عوامل مرگ و میر آن همان عوامل قدیمی نیست. در حال حاضر آنچه بهداشت دنیا را به مخاطره می‌اندازد، بیماری‌های قلبی عروقی و بیماری‌های سرطان است. به‌طوری‌که در آمارهای موارد جدید رخداد سرطان‌ها ۱۴ تا ۱۵ میلیون نفر در دنیا مبتلا به سرطان می‌شوند. در سال‌های اخیر با پیشرفت‌هایی که حاصل شده خیلی از آنها به حیات خود ادامه می‌دهند. به طوری‌که در دهه ۷۰ از هر ۴ نفر یک نفر می‌توانست از سرطان نجات پیدا کند و در حال حاضر به بیش از دو نفر رسیده و امید است در سال‌های آینده این میزان به سه نفر از چهار نفر برسد که ۷۵ درصد از بیماران بعداز سرطان زندگی خواهند کرد. اما یک چهارم افرادی که به سرطان مبتلا می‌شوند، جوان هستند. این افراد با بچه نداشته یا مجرد هستند. حفظ باروری در افرادی که سرطان داشته و از آن عبور می‌کنند، مهم است. بسیاری از درمان‌های سرطان تاثیر ضدباروری داشته و فرد را از بچه دار شدن محروم می‌کند. لذا روش‌های متعددی وجود دارد، تا افراد قبل از اینکه درمان سرطان را آغاز کنند، اسپرم‌شان فریز شود. یعنی اسپرم فریز شده و بعداز آن استفاده کرد.

برای تمام محققان عرصه ناباروری معلوم شده که نازایی فقط یک مشکل زنانانه نیست

مردان عامل ۵۰ درصد ناباروری‌ها



البته این حقیقت دارد که مردان برای چکاب سلامتی خود کمتر به پزشک مراجعه می‌کنند. مطلق در این خصوص می‌گوید: «وقتی زن و مردی که در سن باروری هستند، پس از گذشت یک سال از ازدواج با وجود انجام فعالیت‌های جنسی منظم و صحیح و بدون استفاده از روش‌های پیشگیری، بچه‌دار نشوند باید به مراکز ناباروری مراجعه کنند تا علت این موضوع بررسی شود. یکی از اشکالاتی که در کشور ما وجود دارد، این است که زوجین با گذشت سه سال از ازدواج نمی‌خواهند، بچه‌دار شوند و همین موضوع باعث ناباروری می‌شود. اگر فاصله فرزند اول تا دوم بیش از ۵ سال باشد هم ممکن است به ناباروری ثانویه منجر شود؛ در واقع این فاصله باید بین ۳ تا ۵ سال باشد.» گذشته از فرهنگساز و اطلاع‌رسانی عمومی آموزش در مدارس هم از جایگاه ویژه خود برخوردار است. مطلق در رابطه با کارهای انجام شده در مدارس نیز می‌گوید: «بحث سفیران سلامت هم در دانش‌آموزان و هم در دانشجویان در حال انجام است. همچنین بحث خودمراقبتی و مراقبت برکت که زیر نظر ستاد فرمان امام است، شروع کرده‌ایم و خوشبختانه تعداد زیادی از کسانی که نابارور هستند تحت پوشش قرار گرفته‌اند و منجر به فرزندآوری شده است.»

خانواده‌ها به خیال اینکه اگر ازدواج صورت گیرد با بچه دار شدن مشکل حل خواهد شد، اقدام به این کار می‌کنند در صورتی که زن معیوب را منتقل کرده و کودکی با اختلالات روانی متولد می‌شود که این به ضرر خانواده و جامعه است.

محمداسماعیل مطلق، مدیرکل دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس وزارت بهداشت، در رابطه با باروری می‌گوید: «بهترین روش پیشگیری از ناباروری را تغییر سبک زندگی، محیط زیست و تغذیه است. دلیل بروز ناباروری در مردان بیشتر به خاطر مصرف سیگار و الکل، بیماری‌های تنبدر طولانی، کم‌کاری و پرکاری تیروئید، سابقه انجام جراحی‌های لگنی و سابقه ابتلا به عدم نزول یک‌باهر دیویضه است. البته مصرف فسف‌فودها تاثیر بسیار زیادی بر ناباروری دارد.» وی در خصوص مراکز ناباروری گفت، در تمام مراکز استان‌ها مرکز ناباروری وجود دارد و ۸۰ درصد هزینه‌ها در مراکز دولتی تحت پوشش قرار می‌گیرد. در مناطق محروم نیز همکاری نزدیکی با بنیاد ناباروری در زیر نظر ستاد فرمان امام است، شروع کرده‌ایم و خوشبختانه تعداد زیادی از کسانی که نابارور هستند تحت پوشش قرار گرفته‌اند و منجر به فرزندآوری شده است.»

می‌شود، در مردان هم در ناباروری تاثیر گذار بوده و تولید اسپرم و تعداد اسپرم وقتی تحت تاثیر استرس قرار می‌گیرد، باعث ناباروری می‌شود. همچنین ثابت شده استرس و اضطراب و عوامل محیطی در مردان بر روابط زناشویی تاثیر گذار است و باعث کاهش اسپرم می‌شود و برخی از مردانی که در معرض استرس روانی قرار می‌گیرند، نابارور هستند. سبک زندگی، تغذیه مناسب، آب و هوا، انواع استرس‌های روانی که روزانه با آنها مواجه هستیم و در معرض انواع و اقسام آنها قرار داریم، باید در مواجهه با آنها مدیریت خوبی داشته باشیم، تا درصد ناباروری در مردان را کاهش دهیم. بعضی از بیماران روانی که بیماری آنها حاد است، به خاطر عوامل ژنتیک خیلی راحت بیماری خود را از طریق ژن به نسل بعدی منتقل می‌کنند و نزدیک به ۵۰ درصد ممکن است، بیماری خود را به فرزندان‌شان منتقل کنند و به همین دلیل از لحاظ بهداشت روانی اگر مزدوج شدند، حتی امکان نباید بچه دار شوند و باید حتما قبل از ازدواج مشاوره داشته باشند تا در صورت بچه دار شدن کودکی با کمترین عارضه متولد شود. متأسفانه جامعه اصلا توصیه‌های بهداشتی و روانی را جدی نمی‌گیرد و فرهنگ سازی نشده و

■ سمانه جعفری

امروزه با پیشرفت علم و تکنولوژی، برای تمام محققان عرصه ناباروری معلوم شده که نازایی تنها یک مشکل زنانه نیست، بلکه فاکتورهای مردانه نیز در این امر دخالت دارند و با وجود آنکه در گذشته عنوان می‌شد که بخش عمده‌ای از علل ناباروری را باید در زنان جستجو کرد، پزشکان امروز اذعان دارند که نقش زوجین در این امر یکسان است و زن و مرد هر دو حدود ۳۵ تا ۴۰ درصد از علل ناباروری را شامل می‌شوند. اگر زوجی طی تلاش یک ساله خود برای فرزندآوری، موفق به این امر نشوند، باید قدری جدی‌تر مشکل خود را پیگیری کنند و برای پی بردن به علت نازایی لازم است هر دو فرد (زن و مرد) از نظر وجود عوامل احتمالی نازایی مورد بررسی قرار گیرند. پژوهش‌ها نشان می‌دهد، استرس، شرایط محیط و شیوه زندگی در ناباروری مردان تاثیر مستقیم دارد. تولید اسپرم، تولید تخمک، سیکل قاعدگی در خانم‌ها، بسیار تحت تاثیر استرس قرار می‌گیرد و زنانی که دارای استرس هستند، بیشتر مواقع دچار عادت‌ماهانه‌های نامنظم می‌شوند. ثابت شده در مردان هم به این صورت است و همان‌طور که عوامل استرس‌زا در زنان موجب اختلال

۹۰ درصد ناباروری‌ها قابل درمان هستند



آبچه بسیاری از عموم مردم از آن مطلع نیستند این است که بیش از ۹۰ درصد ناباروری‌ها قابل درمان هستند. برخی از این درمان‌ها در مراحل اولیه بدون دارو، برخی با داروهای ساده و سری دیگر با جراحی و نهایتاً تنها حدود ۳۰ درصد آنها با روش‌های ART قابل درمان هستند. تنها ۵ درصد از زوجین نابارور کامل هستند. برای آنها هم اهدا گزینه مناسبی است. به همین علت به جرات می‌توان گفت قابلیت فرزندآوری در زوج‌های نابارور ۱۰۰ درصد است. به همین علت کنگره‌های سالیانه باروری و ناباروری به مدت ۹ سال است با موضوعات بهداشت باروری برگزار می‌شود. اهمیت این مسئله از آنجا است که به جمعیت کشور ارتباط پیدا می‌کند. بهداشت باروری همچنین به شعار و هدف کلی فرزند سالم، خانواده سالم متصل است و در سخنرانی‌های گردهمایی اسامال نیز به دلیل پر اهمیت بودن، به دو مبحث جمعیت و جمعیت سالم پرداخته شده است. علت تمرکز اسامال روی ناباروری مردان نیز از سیاست‌های کشوری در این حوزه نشأت می‌گیرد و تلاش شده است از دیدگاه‌های مختلف مردمی، علمی و اجتماعی به این مسئله نگاه شود. متأسفانه در کشور ما هنوز یک نگاه سنتی وجود دارد و همیشه تقصیر ناباروری برگردن زنان انداخته می‌شود. در صورتی که ناباروری در زوجین ۵۰ در ۵۰ است و ما باید این نگرش منفی به سمت زنان را اصلاح کنیم. همچنین بسیاری از بیماری‌های سیستمیک مانند دیابت، رماتیسم و غیره نقش مهمی در ناباروری مردان دارند که به این مسئله نیز بی‌توجهی زیادی شده است. موضوع دیگر بحث شیوع انواع سرطان‌ها است که طی سال‌های اخیر افزایش بسیار چشمگیری داشته است. بیماران نیز برای درمان اغلب تحت درمان‌های شیمیایی و رادیوتراپی قرار می‌گیرند که ناباروری می‌شود و در نتیجه باید برای حفظ باروری آنها از فریز کردن تخمک و اسپرم استفاده کرد که در آینده بتوانند صاحب فرزند شوند. چالش‌های ملاحظات اخلاقی اجتماعی این حوزه نیز در این است که زمانی که زوج و به خصوص مرد نابارور است، چه دیدگاهی نسبت به ناباروری دارد و ما باید به چه افرادی اجازه دهیم که برای فرزندآوری اقدام کنند. همچنین نقش آقایان در حاملگی‌هایی که منجر به سقط جنین می‌شود، چیست و مرز اختیارات تا کجا است. ■

عدم توجه مسئولین به سلامت مردان



اگرچه در کشورهای جهان سوم با وجود اقدامات بسیاری که انجام شده و می‌شود هنوز هم سلامت زنان به خوبی مورد توجه قرار نمی‌گیرد، اما سلامت مردان نیز به شدت مورد غفلت واقع شده است و توجه به آن ضرورت جدی دارد. همواره زنان محور سلامت در جوامع متعدد بودند که البته این مسئله صحیح هم است اما این روند، سبب بی‌توجهی به سلامت مردان شده که با توجه به مشکلاتی که این مسئله ایجاد کرده و هنوز هم می‌تواند به وجود بیاورد، باید نگرش‌ها تغییر پیدا کند. در حوزه سلامت مردان در کشورهای جهان سوم چالش‌هایی در نظام سلامت وجود دارد. به عنوان مثال مردان به‌عنوان نان‌آوران خانواده همواره کارهای زمخت و سختی را متقبل می‌شوند. همچنین شرایط کاری اغلب مردان نامناسب است و همین مسئله باعث بروز و ابتلای آنها به بیماری‌های ناشی از کار می‌شود. این مسئله در کنار چالش‌های اقتصادی جامعه سلامت مردان را تهدید می‌کند. مصرف سیگار و اعتیاد به مواد مخدر نیز چالش دیگری در حوزه سلامت مردان است که گرچه گرایش زنان به مصرف این مواد اخیراً زیاد شده است اما هنوز این مردان هستند که بیشترین میزان مصرف مواد دخانی را دارند و بیشتر افرادی هم هستند که از این طریق آسیب می‌بینند. همچنین بیماری ایدز به دلیل روابط نامتعارف جنسی، افزایش سرطان‌ها به ویژه سرطان ریه، معده و پروستات و نیز بروز عوارض بیماری‌های غیرواگیر مانند دیابت از دیگر چالش‌های حوزه سلامت مردان به شمار می‌روند. از سوی دیگر به این نکته باید توجه کرد که مردان دیرتر برای درمان مراجعه می‌کنند و معاینات دوره‌ای پزشکی را انجام نمی‌دهند. وضعیت بهداشت روان مناسبی نیز ندارند و میزان ابتلا به افسردگی در مردان به دلایل مختلف مانند فشارهای اقتصادی بیشتر است و آنها بیشتر از زنان دچار پیری زودرس و عوارض و ناتوانی‌های ناشی از آن می‌شوند. ناتوانی‌های جنسی و ناباروری مردان نیز از دیگر عوامل و چالش‌های حوزه سلامت مردان است. این مسئله نمود بیشتری در کشورهای جهان سوم از جمله ایران پیدا می‌کند و به همین علت نیاز دارد تا توجه بیشتری به آن صورت بگیرد. ■