

## مقدمه

میزان ناباروری در کشور ما در مقایسه با سایر کشورها و همچنین با گذشته خودمان بسیار بالا می باشد.

آمار ها نشان می دهند که نرخ شیوع ناباروری در کل کشور ۲۰/۲ درصد است که با میانگین جهانی که ۱۲ تا ۱۵ درصد است فاصله زیادی دارد. هر چند از لحاظ پیشرفت در علم پزشکی و به ویژه درمان مسأله ناباروری ایران جزو کشورهای پیشگام بوده و متخصصان روش های متنوعی را در این خصوص ابداع نموده و با موفقیت هم مواجه بوده اند. لیکن هزینه این بخش از درمان در حال حاضر بسیار بالا بوده و مشمول انواع بیمه ها هم نمی باشد.

ازدواج دیر هنگام و یا تمایل به دیر بچه دار شدن و یا استفاده از روش های پیشگیری از حاملگی به مدت طولانی می تواند باروری را به تعویق انداخته و حتی موجب ناباروری شود. هر چه بارداری و زایمان زودتر اتفاق بیفتد، احتمال نازایی ثانویه، سرطان های تخمدان و پستان، یائسگی زودرس و عوارض مربوط به آن از قبیل پوکی استخوان، بیماری های قلبی و عروقی، فشار خون و ... کمتر می شود.

باید توجه داشت **حق مادر شدن** با توجه به تفاوت های فردی و موقعیت و شرایط جغرافیایی، نژادی، تغذیه، آداب و رسوم از اهمیت ویژه ای برخوردار است. بنابراین تعیین محدوده سنی برای ازدواج و بارداری مغایر با حقوق مادری و تشکیل خانواده می باشد.

آنچه مسلم است تغییرات جدی و محسوس در ابعاد مختلف سبک زندگی در ایجاد و گسترش دامنه این مشکل نه تنها بی تأثیر نبوده بلکه تحقیقات علمی نشان می دهد که تغییر در نحوه پوشش و لباس، مسکن، تغذیه، تفریح، بهداشت، کشاورزی و .... همگی نقش قابل ملاحظه ای در ایجاد ناباروری و زمینه های آن و البته سایر مشکلات جسمی و روحی انسان امروز دارند، در ادامه به تاثیر برخی از این عوامل اشاره خواهیم کرد.

بدون شک ارائه ی يك الگوی صحیح و متناسب با معیارهای اسلامی می تواند مصالح زندگی خانوادگی را تامین نماید و در حفظ سلامت روح و روان اعضای خانواده نقش قابل توجهی داشته باشد.

اما الگوگیری خواسته یا ناخواسته ما از مدل زندگی جهان غرب بدون بررسی و آسیب شناسی موجب شده است که عوارض و مشکلات ناشی از آنها نیز به جامعه ما وارد شده و با سرعت گسترش یابد. متأسفانه در برخی ابعاد، این عوارض و پیامدهای منفی به جهت عدم بومی سازی و تناسب با بستر فرهنگی اجتماعی کشور ما حتی بیش از

آنچه در خود کشورهای غربی بروز یافته، دیده می شود. موارد ذیل که همگی بر گرفته از تحقیقات مستقل علمی و دانشگاهی است نشان می دهد که چگونه تغییر سبک زندگی، جداسدن از سنت های و عادات فرهنگ بومی و استفاده از برخی پدیده ها و ابزارهای مدرن سلامت روحی و جسمی و از جمله سلامت باروری و حتی سلامت نسل آینده را تحت الشعاع قرار داده است.

## آلاینده های زیست محیطی

### آب و خاک و هوا

آلودگی محیط زیست به ویژه هوای آلوده ای که تنفس می کنیم تأثیر مخربی بر سلامت دارند، سرب و سوخت های اکسیژنه جایگزین سرب و آلاینده های ناشی از سوخت ناقص بنزین موجب بلوغ زودرس، افزایش سرطان ها و اثرات سوء در سیستم تولید مثل می شود.

این ترکیبات در تحقیقات علمی در عدم تشکیل نطفه، سقط جنین، عدم رشد مناسب جنین، ایجاد ناباروری و ... مؤثر شناخته شده اند. جذب سرب از راه هوا و آب و غذا موجب عقیمی بزرگسالان، زایمان زودرس، سردرد، خستگی، بی قراری و عدم تمرکز کافی می شود، در افراد مسن لخته شدن خون در مغز و سکنه های مغزی را در پی دارد و در کودکان باعث کاهش توان فکری و ضریب هوشی خواهد شد.

### مصرف مواد مخدر

ورود و توزیع مواد مخدر در کشورمان به عنوان یکی از ابزارهای تخریب و تحدید نسل جوان و نابود سازی سرمایه های انسانی در سال های اخیر رشد حیرت آوری داشته است! نگاهی به آمارهای رسمی و غیر رسمی حکایت از افزایش ۴۰ برابری کشت مواد مخدر از زمان تهاجم نظامی آمریکا و غرب به افغانستان در سال ۲۰۰۱ میلادی دارد. در سال ۲۰۰۱ که اولین سال حضور



ناتو در افغانستان بود میزان کشت خشاش در این کشور ۱۸۵ تن بود و امروزه به ۷۰۰۰ تن رسیده و سطح زیر کشت آن بخش اعظم افغانستان را در بر گرفته است.



متأسفانه با افزایش حجم و تنوع این مواد و ساخت انواع صنعتی آن مانند کراک و شیشه و عرضه با قیمت ارزان، دامنه گسترش آلودگی و اعتیاد به این مواد بسیار وسیع شده است. علاوه بر تخریب روحی و روانی، از مهم ترین عوارض مصرف این مواد حتی به صورت جزئی، ایجاد ناباروری می باشد. سیگار نیز به دلیل داشتن نیکوتین همین اثرات تخریبی را به دنبال دارد.

## محصولات آرایشی



«باریم» عنصری از گروه فلزات قلیایی است که بسیاری ترکیبات و املاح آن به شدت در انسان ایجاد مسمومیت می نماید این عنصر در صنعت کاربرد وسیعی دارد و در ساخت پلاستیک ها، صابون ها و همچنین برخی از محصولات آرایشی از جمله رژ لب مورد استفاده قرار می گیرد که مستقیماً از طریق منافذ پوست و یا دهان و تنفس وارد بدن می شوند. تأثیرات منفی این ترکیبات در جلوگیری از لانه گزینی جنین در رحم، سقط جنین و انواع بیماری های قلب و عروق به اثبات رسیده است. همچنین فتالات ها (یا مختل کننده های آندوکرینی) که در واقع حالت دهنده لاستیک های قابل انعطاف می باشند کاربرد وسیعی در لاک ناخن، مرطوب کننده ها، اسپری مو و شامپوها دارند. این ترکیبات که نسبت به متابولیسم مقاوم هستند سبب اختلالات هورمونی و عوارض در سیستم تولید مثل می گردند.

## چاقی و تغذیه نامناسب

آمارهای سازمان غذا و دارو نشان می دهد که چاقی در ایران ۱۰ برابر آمار جهانی است و قابل توجه اینکه چاقی یکی از مهم ترین عوامل ناباروری می باشد. استفاده از رژیم های نامناسب غذایی، غذاهای صنعتی همراه با انواع نگاهدارنده، فست فودها در زندگی امروز بسیار رواج یافته است. غذاهای چرب، موجب تغییر در سیستم هورمونی و اختلال در سوخت و ساز بدن می گردد.



## تأثیر عوامل محیطی

و

### سبک زندگی در ناباروری



تهیه و تنظیم:

معاونت پژوهش شورای فرهنگی اجتماعی زنان و خانواده

موجود در امواج روی تعداد نطفه تأثیر دارد. در نتیجه در افرادی که بیشتر در معرض آلودگی های صوتی و غیر صوتی قرار می گیرند، امکان ناباروری بیشتر خواهد بود. همچنین کاربرد روزافزون تلفن های همراه در زندگی روزمره انسان و انتشار برخی گزارش های علمی در مورد اثرات نامطلوب امواج مایکروویو ساطع شده از آنها بر برخی فرآیندهای رشد و نمو، نظیر عملکرد سیستم عصبی مرکزی باعث نگرانی های بسیاری در مورد اثرات احتمالی این امواج بر سلامت انسان شده است.

اثرات امواج الکترومغناطیس با فرکانس پایین بر غدد تناسلی و باروری توسط پژوهشگران بسیاری مورد مطالعه قرار گرفته است که نتایج این تحقیقات بیانگر کاهش باروری و اختلال در اندام تناسلی مردان می باشد.

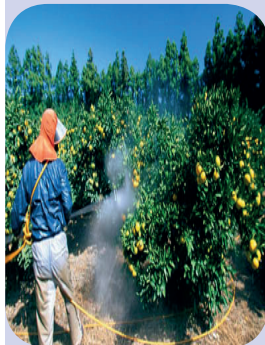
رایانه های کیفی نیز به عنوان یکی از منابع میدان های الکترومغناطیسی شناخته شده اند. بسیاری از افراد، این رایانه ها را در هنگام استفاده روی پاهای خود قرار می دهند. به تازگی گزارش هایی در مورد خطرات گرمایی گذاشتن رایانه های کیفی روی پاها منتشر شده است.

مطالعه ای که در سال ۲۰۰۵ میلادی روی تغییرات درجه حرارت اندام تولیدمثلی مردان در هنگام استفاده از رایانه های کیفی روی پاها صورت گرفته است، نشان می دهد که میدان های مغناطیسی تولید شده از طریق تأثیر بر میزان تحرک اسپرم ها، قابلیت های تولیدمثلی را دچار اختلال می نمایند.

مسلماً استفاده از تکنولوژی زمانی برای انسان مفید است که سلامت روانی و جسمی را به مخاطره نیندازد.

#### استفاده از آفت کش ها و سموم و کودهای شیمیایی در کشاورزی

مصرف متوسط سالیانه آفت کشها در کشور برابر ۲۷۰۰۰ تن می باشد کل اراضی مرزوعی حدود ۱۸۵۰۰،۰۰۰ هکتار است که در نهایت سرانه مصرف آفت کشها به ازاء هر کیلومتر مربع اراضی برابر ۱۴۶ کیلوگرم خواهد بود. آفت کش ها و سموم شیمیایی با توجه به استفاده وسیع آنها در کشاورزی و منازل



عامل مؤثری در ناباروری می باشند؛ به طوری که میزان ناباروری در مردان کشاورز یا شاغل در صنایع تولیدکننده آفت کش ها ۱۰ برابر بیشتر از جامعه نرمال بوده و میزان سقط جنین به علت نقایص مادرزادی در مادران مجاور مزارع کشاورزی مصرف کننده این مواد ۴۰ تا ۱۲۰ درصد افزایش داشته است. این مسئله می تواند ناشی از تغییرات هورمونی وابسته به آفت کش ها و نیز واکنش های خود ایمنی ناشی از تولید آنتی بادی های خطرناک باشد.



استفاده از انواع هورمون ها و داروهای گوناگون در پرورش دام و طیور نیز موجب شده است که انواع گوشت قرمز و حتی گوشت سفید مرغ و ماهی نیز از سلامت کافی برخوردار نبوده و بقایای



این هورمون ها در محصولات لبنی هم دیده شود که موجب اختلالات هورمونی، افزایش موهای زائد، ایجاد انواع کیست ها و امثال آن به ویژه در دختران می گردد که تمام این موارد از جمله موارد مؤثر در ایجاد ناباروری می باشند.

#### پوشش و لباس های تنگ

پوشیدن لباس های تنگ و چسبان به ویژه شلوارهای جین از نمادهای ترویج مدها و الگوهای غربی در کشورمان می باشد. این لباس ها در مردان و زنان هر دو موجب اختلال در خون رسانی به اعضای تولید مثل می شود که موجب انواع عفونت ها و تولید کیست و بیماری های قارچی و نهایتاً کاهش قدرت باروری می گردد همچنین در خانم ها با تغییر حجم لگن زایمان طبیعی را دشوار یا غیر ممکن می سازد.



#### امواج و تشعشعات الکترومغناطیسی

توسعه سریع علم و تکنولوژی و پیشرفت در صنعت برق، موجودات زنده و انسان را تحت تابش طیف وسیعی از میدان های الکترومغناطیسی حاصل از وسایل برقی، از جمله خطوط انتقال نیروی برق با ولتاژ زیاد، کامپیوتر شخصی، فر برقی، تلویزیون، یخچال و... قرار داده است.

آنتن های BTS تلفن همراه نیز به دلیل آنکه تشعشعات الکترومغناطیسی از خود ساطع می کنند، برای انسان خطرناک هستند و قرار گرفتن در معرض امواج این آنتن ها برای مدت طولانی و در فواصل کوتاه، خطرناک است و عوارض ثابت شده ای از جمله سردرد، سرگیجه، افزایش فشار خون، مشکلات و تحریکات عصبی برای فرد به وجود می آورد.



از طرفی این امواج می توانند بر تولید نطفه تأثیر گذار باشند. تحقیقات نشان می دهد، تغییر فرکانس های