

## در آرزوی فرزند (ناباروری)

- آیا می دانید در کشور ما شیوع عمری ناباروری در زوج ها ۲۰/۳ درصد می باشد. می توان گفت که در کل کشور ۳۲۶۸۱۱۵ زوج ایرانی در طول عمر خود هر نوعی از ناباروری اولیه و یا ثانویه را تجربه می کنند.
- براساس آخرین مطالعه انجام شده در ایران در سال ۱۳۹۸، میزان شیوع عمری ناباروری اولیه و ثانویه در زنان ایرانی در هر ازدواج در کل کشور به ترتیب ۱۱/۹ و ۱۵/۳ درصد بوده است.
- تاخیر در بارداری سبب از دست رفتن فرصت تشخیص زودرس ناباروری خواهد شد.
- خانم هایی که تولد فرزندان خود را به تاخیر می اندازند ممکن است با عوارض بارداری، جنینی و ناباروری مواجه شوند.
- آیا می دانید احتمال باروری با افزایش سن کاهش می یابد.
- آیا می دانید مادران جوان، بارداری های سالم تری را تجربه می کنند.
- آیا می دانید با تاخیر در فرزندآوری امکان تشخیص به موقع ناباروری و درمان آن را به تعویق خواهید انداخت.
- افزایش سن ازدواج، افزایش فاصله فرزندآوری از زمان ازدواج و تمایل به کاهش تعداد فرزندان و تک فرزندی، شیوه زندگی ناسالم که منجر به چاقی شده، استفاده از دخانیات، افزایش آلاینده های ناشناخته موثر بر سیستم تولید مثل همگی از عواملی هستند که احتمال بروز ناباروری های اولیه و ثانویه در کشور را افزایش خواهد داد.
- آیا می دانید در اغلب استان های کشور مراکز تخصصی درمان ناباروری با امکانات روش های پیشرفته درمان ناباروری وجود دارد.
- زوجین نابارو می توانند در سال ۱۴۰۱ از خدمات درمانی ناباروری با پوشش بیمه ای استفاده نمایند.
- اغلب مراکز ناباروری با بیمه های تامین اجتماعی، خدمات درمانی و نیروهای مسلح برای ارائه خدمات ناباروری قرارداد دارند.
- تحقیقات نشان داده استفاده از رژیم غذایی مبتنی بر طب سنتی ایرانی در زنان نابارور نه تنها می تواند میزان موفقیت آی-وی-اف یا لقاح آزمایشگاهی را بیشتر کند بلکه موجب بارداری خود به خودی در تعدادی از زنان نابارور می شود.
- داشتن سبک زندگی سالم، بر اساس اصول ضروری زندگی از دیدگاه طب ایرانی مانند تغذیه، ورزش، هوای سالم، خواب و بیداری و دوری از استرس، نه تنها می تواند از ناباروری پیشگیری کند؛ بلکه در درمان ناباروری هم موثر است.
- استفاده از ظرفیت طب های سنتی و مکمل مانند طب ایرانی در کنار طب رایج؛ رویکردی است که در سراسر دنیا در حوزه های مختلف از جمله پیشگیری از ناباروری و درمان آن به کار می رود.