

شرح اهمّ بیانات سرکار خانم دکتر زاده مدرس – عضو محترم هیأت علمی، فلوشیپ نازایی و رئیس مرکز پزشکی،
آموزشی و درمانی مهدیه – به مناسبت "هفته سلامت بانوان" در تاریخ ۱۴۰۰/۷/۲۶

موضوع سخنرانی: باروری در سنین بالا و مسائل پیرامون آن

متن سخنرانی:

با توجه به نقش چندگانه ای که یک زن در خانواده و جامعه دارد، اولین وظیفه اش این است که به سلامت خودش توجه نماید و این هفته سلامت بانوان، بهانه ای است برای پرداختن به جنبه های خاص و ضروری زنان، که یکی از جنبه های آن، "مبحث ناباروری در زنان" است که شیوع حدوداً ۱۵ درصدی در سطح جامعه جهانی را داراست و در جامعه ما نیز تقریباً از فراوانی بین ۱۵ تا ۲۰ درصدی برخوردار می باشد. عامل ایجاد آن ممکن است مربوط به خانم یا آقا باشد و یا اینکه خانم یا آقا مشکل جدی در این خصوص نداشته باشند بلکه خانم دچار حالت کم باروری باشد که با اصلاح شیوه زندگی برطرف می شود ولی اگر با کاهش ذخائر تخمدانی (در خانم) مواجه شویم، ممکن است پزشک هم نتواند کار درمانی خاصی برای بیمار انجام دهد. (در حال حاضر) بحث جوان سازی تخمدان ها در مرحله تحقیقاتی است. در اینجا به مهمترین موضوع قابل طرح در این جلسه یعنی "کاهش ذخائر تخمدانی در خانم ها" می پردازیم. اصولاً (از نظر علمی) زوج نابارور به زوجی اطلاق می شود که یک سال از ازدواج شان گذشته باشد و در این مدت یک سال هم، به اندازه کافی روابط زناشویی داشته باشند و ضمناً قصد بارداری نیز داشته باشند، ولی حاملگی صورت نپذیرد که البته این مدت زمانی، در مورد زنان با سن بالاتر، کمتر در نظر گرفته می شود. این سن بالا از نظر علمی تعریف دقیقی ندارد و در منابع علمی، به سنین ۳۵، ۳۸، ۴۰ و یا ۴۵ اطلاق می شود. علت این عدم اتفاق نظر، مربوط است به ژنتیک افراد؛ به این معنی که ممکن است خانمی با سن ۳۵ سالگی از نظر بیولوژیکی دارای ذخائر تخمدان کمتر یا بیشتری نسبت به سن تقویمی اش باشد. اصولاً ذخائر تخمدان در بدن زن، میزان ثابتی است که با افزایش سن، کمتر می شود. با افزایش سن، عوارض و مشکلات باروری نیز افزایش می یابد و این عوارض در تمام طول مدت حاملگی قابل رخ دادن است و درصد رخ دادن آن در یک خانم باردار بالای ۴۰ سال، خیلی بیشتر از خانمی است که در سنین بین ۲۰ تا ۳۰ سالگی، حامله می شود و این موضوع، موربیدیتی (بیماری) و مورتالیتی (مرگ و میر) را نیز شامل می گردد و میزان مورتالیتی خانم باردار بالای ۴۰ سال، هفت برابر خانمی است که در سنین ۲۰ تا ۳۰ سالگی حامله می شود. این عوارض نه تنها دامن گیر مادر بالای ۴۰ سال می شود، بلکه حتی جنین را نیز شامل می گردد که مشکلات کروموزومی، از جمله آن هاست و شایع ترین آن ها، بیماری "سندرم داون" است. البته با پیشرفت علم در زمینه تست های غربالگری، این عوارض به میزان فراوان کنترل شده ولی از میزان شیوع آن کاسته نشده است. با توجه به بالا رفتن سن ازدواج به دلیل ادامه تحصیل و یا اشتغال خانم ها و مسائل و مشکلات اجتماعی و ... و به منظور کاهش عوارض و خطرات ناشی از حاملگی در سنین بالا و کاهش میزان و کیفیت باروری، ایده ای در تمام دنیا به نام Social Fertility Preservation (حفظ باروری اجتماعی) مطرح شده است که عبارت است از فریز کردن تخمک و جنین در زمان طلایی قدرت حاملگی خانم ها یعنی در سنین بین ۲۳ تا ۳۰ سالگی آن ها، و مثلاً ۱۰ سال بعد که این خانم ازدواج کرد و قصد بچه دار شدن داشت، از تخمک فریز شده اش استفاده نماید که البته این راهکار، درمان مشکل نیست چراکه یک خانم حق دارد از جنبه های مختلف زندگی بهره مند شود ولی به هر حال، هم در دنیا و هم در این مرکز توان انجام آن را داریم گرچه در حال حاضر این موضوع در مرکز ما بیشتر در موضوع سرطان در خانم ها در حال اجراست. به هر حال با افزایش سن بارداری، موضوع مراقبت های قبل از بارداری از اهمیت ویژه ای برخوردار است و میزان

بارداری های پرخطر در حال افزایش می باشد و مراقبت های قبل از بارداری، شامل شیوه زندگی، عادات غذایی، پرهیز از چاقی، کاهش وزن و ... بسیار مهم است و باید کاملاً کنترل شده و صحیح باشد. مصرف سیگار هم در خانم ها و هم در آقایان و هم در خانمی که خودش سیگاری نیست ولی در معرض شوهر سیگاری اش قرار دارد، هم به سلامت آنان لطمه می زند و هم عوارض بارداری را افزایش می دهد. مصرف اسید فولیک طبق تجویز پزشک، یکی از ضروریات است. مراقبت های حین بارداری نیز شامل کنترل و پایش وزن گیری جنین، کنترل آزمایشات، غربالگری های کروموزومی و ... است که باید در زمان مناسب خود انجام شود. از مهمترین عوارضی که متوجه خانم هایی است که در سنین بالا باردار می شوند، می توان به افزایش زایمان زود رس، افزایش فشار خون، عوارض جفتی و عروقی، کنده شدن زود هنگام جفت و افزایش میزان دیابت حاملگی و عوارض ناشی از آن اشاره کرد. البته مطالعات نشان می دهد که افزایش سن پدر نیز می تواند در پروسه حاملگی و نوزاد نیز اثر سوء داشته باشد به خصوص شیوع اتیسم و برخی از سرطان ها در کودکان و همچنین بیماری اسکیزوفرنی. بنابر این جوان نگاه داشتن جامعه و به موقع باردار شدن خانم ها از اهمیت ویژه ای برخوردار است. میزان باروری تأثیر مستقیمی در نرخ رشد جمعیت دارد و آمار کشورمان نشان می دهد که در دهه ۶۰ که موالید، زیاد بوده است، نرخ رشد جمعیت عدد ۲ را نشان می دهد ولی در حال حاضر ۰/۶ است. این رقم در سال ۱۳۸۵ عدد ۱/۲ را نشان می دهد. ضمناً هم اکنون ۴ میلیون زوج نابارور در کشور داریم و اگر همین روند کاهش نرخ رشد جمعیت ادامه پیدا کند، در ۱۵ تا ۲۰ سال آینده، این نرخ رشد به عدد صفر خواهد رسید و از آن پسف نرخ رشد، منفی خواهد شد و این به معنی مسن شدن جامعه از ۱۵ تا ۲۰ سال آینده است. البته طبق آمار، با وجود کاهش نرخ رشد جمعیت، میزان امید به زندگی افزایش یافته است. همچنین طبق آمار، درصد افراد بالای ۶۰ سال در کشور در سال ۱۳۹۰ عدد ۸/۲٪ را نشان می دهد که در ۱۹ سال آینده به رقم ۲۰/۷٪ خواهد رسید و اگر به همین منوال پیش برویم، تا سال ۱۴۸۰ جمعیت کشور به ۳۲ میلیون نفر کاهش خواهد یافت که ۲۵٪ آن را افراد سالخورده تشکیل خواهند داد. بنابر این رسالت ما این است که جوان بمانیم و ایران را جوان نگاه داریم و این آگاهی بخشی را به جامعه منتقل سازیم. نکته آخر اینکه اصلاح شیوه زندگی شامل استفاده از غذاها، میوه ها و سبزیجات تازه و مناسب، ورزش کردن و دوری از استرس، به قدری اهمیت دارد که می تواند میزان ناباروری را کاهش دهد.