

العقم هو مرض يصيب الجهاز التناسلي لدى الذكور أو الإناث، ويُعرف بعدم القدرة على الإنجاب بعد 12 شهراً أو أكثر من الجماع المنتظم لدى الأزواج دون استخدام وسائل منع الحمل.

عادة ما ينتج عن الجماع المتكرر دون وسائل منع الحمل حدوث حمل:

- لدى 50% من الأزواج خلال 3 أشهر
- لدى 75% خلال 6 أشهر
- لدى 90% خلال عام واحد

## حقائق وأرقام

- تشير البيانات المتوفرة من قبل منظمة الصحة العالمية إلى أن 48 مليون من الأزواج و186 مليون فرد يعانون من العقم على مستوى العالم.
- يعاني واحد من بين كل خمسة أزواج، بنسبة تصل إلى 22%، والذين تتراوح أعمارهم بين 30 و39 عاماً، من مشاكل في إنجاب طفلهم الأول، مقارنةً بحوالي واحد من بين كل ثمانية أزواج، بنسبة تصل إلى 13%، والتي يكون فيها عمر المرأة أقل من 30 عام.
- من المرجح أن يواجه الأزواج الذين يبلغ عمر شريكهم الذكر 40 سنة أو أكثر صعوبة في الإنجاب. (مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها - 2019)

## أسباب العقم

هناك العديد من العوامل التي قد تساهم في الإصابة بالعقم لدى كل من الذكور والإناث، كما أن هناك بعض من أسباب العقم التي لا يوجد لها تفسيراً طبيّاً.

### قد يعود سبب العقم لدى الإناث إلى:

- اضطرابات الإباضة التي تؤثر على إنتاج المبيضين للبيوضات نتيجة للاضطرابات الهرمونية مثل متلازمة المبيض متعدد التكيسات.
- تشوهات الرحم أو عنق الرحم مثل الأورام الحميدة والتشوهات في عنق الرحم أو تشوهات في شكل الرحم.
- تلف أو انسداد قناة فالوب الذي يحدث نتيجة لحدوث التهاب (التهاب البوق).
- الانتباذ البطاني الرحمي وهو حالة ينمو فيها نسيج بطانة الرحم خارج الرحم، ويمكن أن يؤثر على المبيضين والرحم وقناتي فالوب.
- قصور أولي في المبايض (انقطاع الطمث المبكر) والذي يحدث بانقطاع دورات الحيض قبل سن الأربعين.
- التصاقات الحوض التي تشير إلى النسيج الندبي الذي يربط الأعضاء بعد العمليات الجراحية أو التهابات الحوض والتهاب الزائدة الدودية والانتباذ البطاني الرحمي.
- الأضرار الناجمة عن مرض السرطان وعلاجاته إذ من الممكن أن تتأثر خصوبة الإناث بسبب الإصابة ببعض أنواع السرطان، وخاصة السرطانات التي تصيب الجهاز التناسلي، كما أنه من الممكن أن تؤثر العلاجات الخاصة بالمرض، بما في ذلك العلاج الإشعاعي والكيميائي، على الخصوبة.
- نقص الوزن حيث تعد النساء اللواتي يعانين من اضطرابات الطعام مثل فقدان الشهية أو الشره المرضي، أو من يتبعن نظاماً غذائياً منخفض السعرات الحرارية أو الأنظمة الغذائية القاسية، من المعرضات لخطر الإصابة بمشاكل الخصوبة.

### قد يعود سبب العقم لدى الذكور إلى:

- انخفاض عدد الحيوانات المنوية الناتجة عن حالة الخصية المعلقة والعيوب الوراثية الذخري أو العدوى مثل الإصابة بمرض الكلاميديا، والنكاف (mumps)، أو فيروس نقص المناعة البشرية (HIV). كما يمكن أن تتأثر جودة الحيوانات المنوية بتضخم الأوردة في الخصيتين (دوالي الخصية).
- التعرض لعوامل بيئية معينة مثل المبيدات الحشرية والمواد الكيميائية الأخرى، والإشعاعات والعادات غير الصحية كالتدخين وشرب الكحول، إلى جانب تناول الأدوية لعلاج الالتهابات البكتيرية، وارتفاع ضغط الدم والإصابة بحالة الاكتئاب، من الأسباب التي قد تؤثر على مستويات الخصوبة.
- التعرض المتكرر لدرجات الحرارة العالية كاستخدام حمامات الساونا أو أحواض المياه الساخنة قد يؤدي إلى رفع درجة حرارة الجسم، مما قد يؤثر على إنتاج الحيوانات المنوية.
- الأضرار الناجمة عن مرض السرطان وعلاجاته بما في ذلك العلاج الإشعاعي أو الكيميائي والذي بدوره قد يؤدي إلى ضعف إنتاج الحيوانات المنوية بشكل كبير في بعض الأحيان.
- الاضطرابات الوراثية مثل متلازمة كلاينفلتر، والتي تحدث عندما يولد الذكور بنسخة إضافية من كروموسوم إكس، وغيرها من الاضطرابات الوراثية الأقل شيوعاً، قد تؤدي إلى توقف إنتاج الحيوانات المنوية أو انخفاض أعدادها.
- زيادة الوزن واتباع نمط الحياة غير صحي قد يؤدي إلى ارتفاع خطر الإصابة بالعقم لدى الرجال بشكل خاص، إذ من الممكن أن تؤثر السمنة على إنتاج الحيوانات المنوية.



## أنواع العقم



- 1 النوع الأولي: وهو العقم الذي لا يسبقه حدوث أي حالة حمل ناجحة من قبل.
- 2 النوع الثانوي: وهو عدم القدرة على إنجاب طفل أو إتمام فترة الحمل كاملةً بعد التمكن من الحمل وإنجاب طفل من قبل.

## علاج العقم

هناك عدد من التقنيات التي تساعد على الإنجاب بما في ذلك التلقيح الاصطناعي أو الأدوية الخاصة بعلاج العقم، والتي تهدف إلى:

- علاج أسباب العقم، إذا أمكن ذلك
- زيادة احتمالية حدوث الحمل
- تقليل الوقت اللازم لحدوث الحمل

يوصي الأطباء بالأدوية واللجوء إلى التلقيح الاصطناعي لعلاج العقم، ويعتمد ذلك على العوامل التالية:

- عوامل العقم
- مدة العقم
- عمر المرأة
- تفضيلات العلاج بعد مناقشة معدلات النجاح والمخاطر والفوائد المتعلقة بأنواع العلاج

## تقنيات المساعدة على الإنجاب

من الممكن علاج العقم باستخدام تقنية المساعدة على الإنجاب (ART)، والتي تشمل علاج البيوضات والحيوانات المنوية، ويتضمن هذا الإجراء استخراج البيوضات من المبيض ليتم العمل على تكوين الأجنة عن طريق تلقيح البيوضات بالحيوانات المنوية، ومن ثم يتم إعادة البيوضات الملقحة إلى رحم الأم. وتشمل هذه العلاجات التقنيات التالية:

- تقنية التلقيح الاصطناعي: وهو إجراء يتم عبر اختيار الحيوانات المنوية الأكثر نشاطاً، والتي يتم وضعها مباشرة في الرحم
- الإخصاب في المختبر (IVF): وهو الأكثر شيوعاً ونجاحاً في تقنيات المساعدة على الإنجاب (ART) وتتضمن تحفيز المبايض واستخراج البيوضات الناضجة من ثم تخصيبها بالحيوانات المنوية في أطباق الاستنبات وتنمية الأجنة وزرع جنين واحد أو أكثر في رحم المرأة.
- حقن الحيوانات المنوية بالبويضة (ICSI): وهو إجراء شبيه بالتلقيح الاصطناعي، حيث يقوم أخصائي الأجنة بحقن حيوان منوي واحد في كل بويضة مستخرجة، من ثم يعمل الطبيب على نقل الجنين إلى الرحم.



## فيما يلي بعض النصائح للأزواج الذين يسعون إلى الإنجاب قريباً أو في المستقبل:



- الحفاظ على وزن صحي: النساء اللواتي يعانين من الوزن الزائد أو نقص الوزن هنّ أكثر عرضة للإصابة باضطرابات الإباضة.
- الإقلاع عن التدخين: هناك الكثير من الآثار السلبية الناجمة عن استهلاك التبغ، والتي لا تنحصر بالتأثير على الخصوبة، ولكن أيضاً على الصحة العامة للفرد وصحة الجنين.
- تجنب استهلاك الكحول: قد يؤدي استهلاك الكحول بكثرة إلى انخفاض الخصوبة، كما أنه من الممكن أن يؤثر سلباً على صحة الجنين وسلامته.
- التحكم بالتوتر: تشير الدراسات إلى أن التوتر قد يؤدي إلى التأثير بشكل سلبي على الخصوبة، ويوصي الأطباء بالابتعاد عن مسببات التوتر لتعزيز فرص نجاح الحمل.

يمكنكم الاستفادة من باقة البرامج التثقيفية الافتراضية التي يقدمها قسم إدارة الأمراض في الشركة الوطنية للضمان الصحي - ضمان، والتي تسلط الضوء على موضوعات تشمل تقنية المساعدة على الإنجاب (ART)، وذلك بهدف دعم مشتركي برنامج "ثقة" وتعزيز مستويات الوعي والمعرفة حول كيفية التغلب على مشكلات الحمل.

لمزيد من المعلومات عن خدماتنا، يمكنكم التواصل معنا عن طريق إرسال بريد إلكتروني أو الاتصال بنا على:

✉ disease.management@damanhealth.ae

☎ 800 7226