

## **Мужское бесплодие**

Проблема бесплодия на современном этапе рассматривается не как диагноз, а состояние, при котором несмотря на регулярную половую жизнь без использования контрацептивов, зачатие не наступает в течение 1 года.

Вопреки бытующему мнению, от бесплодия одинаково страдают представители обоих полов. Так, по статистике, в России на сегодняшний день проживают порядка 4 млн. бесплодных мужчин.

### **Причины мужского бесплодия**

В отличие от женщин, симптомы бесплодия у мужчин практически не имеют проявлений – чаще всего мужчина обращается за медицинской помощью, когда партнерша в течение длительного времени не может забеременеть, имея отличные показатели здоровья. Этот факт и породил ложное представление о том, что мужское бесплодие встречается реже женского.

Причинами мужского бесплодия могут стать:

- варикоцеле (варикозное расширение вен яичка, при котором возникает застой крови и повышение температуры в мошонке);
- врожденные аномалии развития половых органов (такие как крипторхизм, который представляет собой неопущение яичка в мошонку);
- инфекционно-воспалительные болезни мочеполовой системы (например, простатит, уретрит и т.д.);
- хирургические вмешательства (операции по поводу паховой грыжи, гидроцеле и т.д.);
- системные заболевания (некоторые заболевания печени, туберкулёз, сахарный диабет и т.д.);
- перенесенный в прошлом эпидемический паротит («свинка»);
- психогенные факторы (стресс, хроническое недосыпание);
- злокачественные опухоли;
- эндокринные (гормональные) нарушения.

Среди дополнительных причин выделяют: злоупотребление алкоголем и никотинсодержащей продукцией, неполноценное питание (недостаток в рационе белка и витаминов), влияние ионизирующего излучения, травмы органов мошонки. Негативное воздействие на состояние репродуктивной системы оказывает работа в условиях профессиональных вредностей, например, при слишком высокой или низкой температуре, либо в токсичной среде.

### **Диагностика**

На этапе планирования беременности мужчина, наравне с женщиной, должен обследоваться на возможные изменения в здоровье в целом и репродуктивной функции в частности. Поэтому представителям мужского пола также необходимо сдать общеклинические анализы и кровь на гормоны, пройти исследования на наличие половых инфекций. Кроме этого, в ряде случаев, после консультации уролога или репродуктолога может понадобиться УЗИ органов мошонки и предстательной железы, которые позволяют исследовать эти области визуально.

В диагностике мужского бесплодия важную роль играет выявление нарушенной способности спермы к оплодотворению. Ключевым анализом на этом этапе будет спермограмма, которая представляет собой полный, развернутый анализ спермы.

### **Лечение**

Тактика лечения бесплодия определяется врачом-репродуктологом по результатам проведенных исследований. Методы лечения принято делить на традиционные (медикаментозные, хирургические) и на вспомогательные репродуктивные технологии. Важно понимать, что в процессе лечения должны принимать участие оба партнера, даже если проблемы со здоровьем имеются лишь у одного.

### **Профилактика**

С целью поддержания репродуктивного здоровья и способности к зачатию ребенка, мужчине любого возраста нужно придерживаться мер профилактики бесплодия, к которым относятся следующие действия:

- ношение удобного нижнего белья из натуральной ткани;
- регулярное соблюдение мер интимной гигиены, причем для обоих партнеров;
- избегание перегрева или переохлаждения органов малого таза;
- регулярные дозированные физические нагрузки;
- правильное питание, направленное, в том числе, на поддержание нормального гормонального фона и контроля веса;
- отказ от вредных привычек;
- полноценный отдых и качественный сон;
- соблюдение всех норм безопасности при работе с ядовитыми веществами, токсичными соединениями, радиацией;
- своевременная диагностика и лечение заболеваний мочеполовой системы (варикоцеле, паховые грыжи, орхоэпидидимит, простатит, гидроцеле и т.д.);
- регулярные сексуальные контакты, желательно с одной, постоянной партнершей.

*Абрамович Арман Арамович*

*врач уролог-андролог*

*БУЗ УР «1 РКБ МЗ УР*

*Кельдибеков Максим Юрьевич*

*врач по медицинской профилактике*

*БУЗ УР «РЦОЗ МП МЗ УР»*