പുരുഷ വന്ധ്യതയെ മറികടക്കാം ഒരുമിച്ച്

വന്ധ്യത ചികിത്സാരംഗത്ത്, ചർച്ചകൾ പലപ്പോഴും സ്ത്രീകളുടെ ആരോഗ്യത്തെയും പ്രത്യുൽപാദന വെല്ലുവിളികളെയും കേന്ദ്രീകരിച്ചാണ്. വന്ധ്യത ഒരു വ്യക്തിയുടെ മാത്രം പ്രശ്നമല്ലെന്ന് ഓർത്തിരിക്കേണ്ടത് അത്യാവശ്യമാണ്. പുരുഷ വന്ധ്യതയും സ്ത്രീ വന്ധ്യതയെപ്പോലെ തന്നെ ദമ്പതികളെ ബാധിക്കുന്നു. ഒരു മൾട്ടി ഡിസിപ്ലിനറി ഹോസ്പിറ്റലിലെ വന്ധ്യതാ വിദഗ്ധർ എന്ന നിലയിൽ, പുരുഷ വന്ധ്യതയുടെ സങ്കീർണതകളെക്കുറിച്ചു പഠിക്കേണ്ടതും ഒരു കുടുംബം കെട്ടിപ്പടുക്കുമ്പോൾ പങ്കിടുന്ന ഉത്തരവാദിത്തത്തിന്റെയും പിന്തുണയുടെയും പ്രാധാന്യത്തെക്കുറിച്ചു ബോധവൽക്കരിക്കേണ്ടതും ഞങ്ങളുടെ ഉത്തരവാദിത്തമാണ്.

പുരുഷ വന്ധ്യതയുടെ അറിയാപ്പുറങ്ങൾ

ഏകദേശം 25% ദമ്പതികൾ ഫെർട്ടിലിറ്റി വെല്ലുവിളികൾ നേരിടുന്നുണ്ടെന്ന് പഠനങ്ങൾ വെളിപ്പെടുത്തുന്നു, ഈ കേസുകളിൽ പകുതിയും അതായത് 40–50% പുരുഷ ഘടകങ്ങളുമായി ബന്ധപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു. ചർച്ച ചെയ്യപ്പെടാത്ത ഈ വിഷയം വെളിച്ചത്തിലേക്ക് കൊണ്ടുവരികയും പുരുഷ വന്ധ്യതയ്ക്കുള്ള കാരണങ്ങളെക്കുറിച്ചും സാധ്യമായ ചികിത്സകളെക്കുറിച്ചും ബോധവൽക്കരിക്കുകയും ചെയ്യേണ്ടത് പ്രധാനമാണ്.

പുരുഷ വന്ധ്യത തിരിച്ചറിയാം

1. ബീജത്തിന്റെ ആരോഗ്യം: ബീജത്തിന്റെ ഗുണവും അളവും പുരുഷ പ്രത്യുത്പാദനത്തിന് അടിസ്ഥാനമാണ്. ബീജങ്ങളുടെ എണ്ണം, ചലനശേഷി (നീന്താനുള്ള കഴിവ്), രൂപഘടന (ആകൃതി) എന്നിവയെല്ലാം ഗർഭധാരണത്തിൽ നിർണായക പങ്കു വഹിക്കുന്നു. ബീജങ്ങളുടെ എണ്ണത്തിലെ കുറവ് (ഒലിഗോസ്പെർമിയ), ചലനശേഷിക്കുറവ്, അസാധാരണമായ ആകൃതി (ടെറാറ്റോസ്പെർമിയ) തുടങ്ങിയ അവസ്ഥകൾ ഗർഭധാരണത്തെ പ്രതികൂലമായി ബാധിക്കും.

2. ഹോർമോൺ അസന്തുലിതാവസ്ഥ: ബീജോൽപാദനത്തിൽ ഹോർമോണുകൾ ഒരു പ്രധാന പങ്കു വഹിക്കുന്നു. ഹൈപ്പോഗൊനാഡിസം പോലെയുള്ള ഏതെങ്കിലും അസന്തുലിതാവസ്ഥ, ആരോഗ്യകരമായ ബീജത്തിന്റെ നിർമ്മാണത്തിന് ആവശ്യമായ ഹോർമോണുകളെ തടസ്സപ്പെടുത്തും.

3. ജനിതക ഘടകങ്ങൾ: ക്രോമസോം ഡിസോർഡേഴ്സ് അല്ലെങ്കിൽ Y–ക്രോമസോം മൈക്രോഡെലിഷനുകൾ പോലുള്ള ജനിതക വൈകല്യങ്ങൾ പുരുഷ വന്ധ്യതയ്ക്കു കാരണമാകും.

4. തടസ്സങ്ങൾ: പുരുഷ പ്രത്യുത്പാദന വ്യവസ്ഥയിലെ ഘടനാപരമായ പ്രശ്നങ്ങൾ, വാസ് ഡിഫറൻസ് അല്ലെങ്കിൽ എപ്പിഡിഡൈമിസ് എന്നിവയിലെ തടസ്സങ്ങൾ ബീജത്തിന്റെ അളവിനെ ബാധിക്കുന്നു.

5. വെരിക്കോസീൽ: വൃഷണങ്ങളിലെ സിരകളുടെ

നീർവീക്കം കൊണ്ടുണ്ടാകുന്ന അവസ്ഥയാണ് വെരിക്കോസീൽ. ഇത് വൃഷണത്തിന്റെ താപനില വർധിക്കുന്നതിലേക്കു നയിക്കുന്നു. ബീജ ഉൽപാദനത്തെയും ഗുണനിലവാരത്തെയും ഇതു പ്രതികൂലമായി ബാധിക്കും.

പുരുഷ വന്ധ്യതയെക്കുറിച്ചുള്ള മാറുന്ന കാഴ്ചപ്പാടുകൾ

പുരുഷ വന്ധ്യതയെ ചുറ്റിപ്പറ്റിയുള്ള നിശ്ശബ്ദതയും അറിവില്ലായ്മയും പരിഹരിക്കുക എന്നതു നിർണായകമാണ്. ഭയം, നാണക്കേട്, അല്ലെങ്കിൽ സാമൂഹിക സമ്മർദ്ദം എന്നിവ കാരണം പുരുഷന്മാർ അവരുടെ ഫെർട്ടിലിറ്റി പ്രശ്നങ്ങൾ തുറന്നുപറയാൻ മുതിരാറില്ല. പുരുഷന്മാർക്ക് സഹായം തേടാനും അവരുടെ ഫെർട്ടിലിറ്റി ആശങ്കകൾ ചർച്ച ചെയ്യാനും സൗകര്യമുള്ളതും പിന്തുണ നൽകുന്നതുമായ അന്തരീക്ഷം സൃഷ്ടിക്കേണ്ടത് പ്രധാനമാണ്. പുരുഷ വന്ധ്യത എന്നത് ഒരു രോഗാവസ്ഥയാണ്. ചികിത്സ തേടുന്നത് ബലഹീനതയുടെയോ അപര്യാപ്തതയുടെയോ ലക്ഷണമായി കാണാൻ പാടില്ല. മറിച്ച് ഒരു കുടുംബം കെട്ടിപ്പടുക്കുന്നതിനുള്ള സജീവമായ ചുവടുവയ്പാണിത്.

പരിഹാരങ്ങൾ

പുരുഷ വന്ധ്യതയുമായി പൊരുതുന്ന ദമ്പതികൾക്ക് മെഡിക്കൽ സയൻസിലെ പുരോഗതി പ്രതീക്ഷ നൽകുന്നു എന്നതാണ് ആശ്വാസകരം. ഇതുമായി ബന്ധപ്പെട്ട ചികിത്സാരീതികൾ രോഗകാരണത്തെ ആശ്രയിച്ചിരിക്കും.

1. ജീവിതശൈലി ക്രമീകരണങ്ങൾ: സമീകൃതാഹാരം, ചിട്ടയായ വ്യായാമം, സ്ട്രെസ് മാനേജ്മെന്റ് എന്നിവ ഉൾപ്പെടെയുള്ള ആരോഗ്യകരമായ ജീവിതശൈലി പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുന്നത് ബീജത്തിന്റെ ഗുണനിലവാരത്തിലും അളവിലും നല്ല സ്വാധീനം ചെലുത്തും. വന്ധ്യതാ ചികിത്സയ്ക്ക് വിധേയരായ ദമ്പതികളിൽ പുകവലിയും മദ്യപാനവും നിർത്തുന്നത് വളരെ പ്രധാനമാണ്. അപര്യാപ്തമായ ലൈംഗിക ജീവിതം നമ്മുടെ സമൂഹത്തിൽ വളരെ വ്യാപകമാണ്, അത് ബീജത്തിന്റെ ഗുണനിലവാരം കുറയാനും വന്ധ്യതയ്ക്കും കാരണമാകും. ലൈംഗി

ക പ്രശ്നങ്ങൾ കൃത്യമായി പരിഹരിക്കണം.

2. മരുന്നുകൾ: കൃത്യമായ മരുന്നുകൾ കഴിക്കുന്നതിലൂടെ ഹോർമോൺ അസന്തുലിതാവസ്ഥ പരിഹരിക്കാൻ കഴിയും. ബീജത്തിന്റെ ആരോഗ്യം മെച്ചപ്പെടുത്തുന്നതിന് ആന്റിഓക്സിഡന്റ് സപ്ലിമെന്റുകൾ ശുപാർശ ചെയ്തേക്കാം.

3. ശസ്ത്രക്രിയകൾ: വെരിക്കോസീൽസ് അല്ലെങ്കിൽ തടസ്സങ്ങൾ പോലുള്ള ഘടനാപരമായ പ്രശ്നങ്ങളിൽ, പരിഹാരത്തിനായി ശസ്ത്രക്രിയകൾ ആവശ്യമായി വന്നേക്കാം.

4. അസിസ്റ്റഡ് റീപ്രൊഡക്റ്റീവ് ടെക്നിക്സ് (ART): ഇൻ വിട്രോ ഫെർട്ടിലൈസേഷൻ (IVF), ഇൻട്രാസൈറ്റോപ്ലാസ്മിക് ബീജ കുത്തിവയ്പ് (ICSI) പോലുള്ള നടപടിക്രമങ്ങൾ, പുരുഷ പങ്കാളി ഗുരുതരമായ വന്ധ്യതാ പ്രശ്നങ്ങൾ അഭിമുഖീകരിക്കുമ്പോൾ പോലും ദമ്പതികളെ ഗർഭം ധരിക്കാൻ സഹായിക്കും. ഒരു പുരുഷബീജത്തെ തെരഞ്ഞെടുത്ത്, ലാബിൽ ശേഖരിച്ച പങ്കാളിയുടെ oocyte (മുട്ട)യിലേക്ക് ഇൻജക്ട് ചെയ്ത് ഭ്രൂണം വളർത്തിയെടുക്കുന്ന ചികിത്സാരീതിയാണ് ICSI.

5. ബീജദാനം: ഇന്നത്തെ കാലഘട്ടത്തിൽ ബീജദാനത്തിന്റെ ആവശ്യം വളരെ പരിമിതമാണ്. അസൂസ്പെർമിയ (സീറോ കൗണ്ട്) ഉൾപ്പെടെയുള്ള അവസ്ഥകളിലൂടെ കടന്നു പോകുന്ന ദമ്പതികൾക്കു പോലും സ്വന്തം ബീജം ലഭിക്കുന്ന തരത്തിലുള്ള ആധുനിക ചികിത്സകൾ ഇന്നു ലഭ്യമാണ്.

അസൂസ്പെർമിയ അല്ലെങ്കിൽ സീറോ കൗണ്ട്

സ്ഖലനത്തിൽ ശുക്ലത്തിന്റെ പൂർണ്ണമായ അഭാവമാണ് അസൂസ്പെർമിയ. പുരുഷന്മാർക്ക് ഇത് ഭയപ്പെടുത്തുന്ന രോഗാവസ്ഥയാണ്. ഈ വെല്ലുവിളിയെ നേരിടാൻ ആധുനിക വൈദ്യശാസ്ത്രം നിരവധി ചികിത്സാരീതികൾ വാഗ്ദാനം ചെയ്യുന്നുണ്ട്. അസൂസ്പെർമിയ പ്രധാനമായി രണ്ടു തരത്തിലുണ്ട്: തടസ്സമില്ലാത്തതും തടസ്സമുള്ളതും.

ഒബ്സ്ട്രക്റ്റീവ് അസൂസ്പെർമിയ: സ്ഖലനത്തിലേക്ക് ബീജമെത്തുന്നതു തടയുന്ന അവസ്ഥയാണിത്. മുൻകാല വാസക്ടമി, വൈകല്യങ്ങൾ, അണുബാധ അല്ലെങ്കിൽ ശസ്ത്രക്രിയ എന്നിവ ഇതിനുള്ള കാരണങ്ങളിൽ ഉൾപ്പെടുന്നു. ശസ്ത്രക്രിയ, ബീജം വീണ്ടെടുക്കൽ, ICSI എന്നിവ ഉപയോഗിച്ച് ഒബ്സ്ട്രക്റ്റീവ് അസൂസ്പെർമിയ പലപ്പോഴും എളുപ്പത്തിൽ ചികിത്സിക്കാം.

നോൺ–ഒബ്സ്ട്രക്റ്റീവ് അസൂസ്പെർമിയ: ഇതു കൂടുതൽ സങ്കീർണ്ണമായ അവസ്ഥയാണ്, വൃഷണങ്ങൾ ആവശ്യത്തിന് ബീജം ഉത്പാദിപ്പിക്കുന്നില്ല അല്ലെങ്കിൽ അൽപം പോലും ബീജം ഉത്പാദിപ്പിക്കുന്നില്ല എന്ന അവസ്ഥയാണിത്. ഹോർമോൺ അസന്തുലിതാവസ്ഥ, ജനിതക ഘടകങ്ങൾ, അണുബാധകൾ അല്ലെങ്കിൽ അടിസ്ഥാനപരമായ രോഗാവസ്ഥകൾ എന്നിവ മൂലം ഇതു സംഭവിക്കാം.

അസൂസ്പെർമിയയ്ക്കുള്ള ചികിത്സകൾ

1. PESA അല്ലെങ്കിൽ TESE വഴി ശസ്ത്രക്രിയയിലൂടെ ബീജം വേർതിരിച്ചെടുക്കൽ: എപ്പിഡിഡൈമിസ് (വൃഷണങ്ങൾക്ക് മുകളിലുള്ള ഒരു സംഭരണ സ്ഥലം)–PESA യിൽ നിന്നോ അല്ലെങ്കിൽ വൃഷണങ്ങളിൽ നിന്നോ–TESE നേരിട്ട് ബീജങ്ങൾ ശേഖരിക്കാം. ഈ ബീജങ്ങൾ IVF/ICSI പോലുള്ള അസിസ്റ്റഡ് റീപ്രൊഡക്റ്റീവ് ചികിത്സകൾക്ക് (ART) ഉപയോഗിക്കാം.

Dr. Rabeeh Valiyathodi
Consultant
Department of Fertility Clinic

Dr. Sneha Ann Abraham
Consultant
Department of Fertility Clinic

2. മൈക്രോ ടെസ്റ്റിക്യുലാർ സ്പേം എക്സ്ട്രാക്ഷൻ (മൈക്രോടീസ): വൃഷണങ്ങളിൽ നിന്ന് നേരിട്ട് ബീജം വീണ്ടെടുക്കാൻ, പ്രത്യേകിച്ച് നോൺ–ഒബ്സ്ട്രക്റ്റീവ് അസൂസ്പെർമിയയുടെ സന്ദർഭങ്ങളിൽ, വളരെ പ്രത്യേകമായ ഒരു ശസ്ത്രക്രിയ, MicroTESE ഉപയോഗിക്കുന്നു. വൃഷണങ്ങളിൽ ഒന്നോ അതിലധികമോ ബീജങ്ങൾ ഉൽപ്പാദിപ്പിക്കപ്പെടാൻ സാധ്യതയുള്ള ഏതെങ്കിലും സൈറ്റിൽ നിന്നാണ് ബീജം എടുക്കുന്നത്. ഈ രീതിയിലൂടെ വൃഷണങ്ങൾക്കുണ്ടാകുന്ന കേടുപാടുകൾ കുറയ്ക്കാനും കൃത്രിമ ഗർഭധാരണ ചികിത്സകൾക്കായി ആരോഗ്യമുള്ള ബീജം കണ്ടെത്താനുമാകും.

അസൂസ്പെർമിയ ഒരു വെല്ലുവിളി നിറഞ്ഞ അവസ്ഥയാണ്. എന്നാൽ ഒരു കുടുംബം തുടങ്ങാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്ന ദമ്പതികൾക്ക് നിരാശരാകേണ്ടതില്ല. നിങ്ങളോ നിങ്ങൾക്കറിയാവുന്ന ആരെങ്കിലുമോ അസൂസ്പെർമിയ നേരിടുന്നുണ്ടെങ്കിൽ, രോഗനിർണയത്തെയും വ്യക്തിഗത സാഹചര്യങ്ങളെയും അടിസ്ഥാനമാക്കി ഏറ്റവും അനുയോജ്യമായ ചികിത്സ ലഭ്യമാക്കാൻ ഫെർട്ടിലിറ്റി സ്പെഷ്യലിസ്റ്റുമായി ബന്ധപ്പെടേണ്ടതാണ്.

പുരുഷ വന്ധ്യതയെക്കുറിച്ചുള്ള അറിവില്ലായ്മ ഇല്ലാതാക്കാനും ഈ സുപ്രധാന വിഷയത്തെക്കുറിച്ചുള്ള തുറന്ന സംഭാഷണങ്ങൾ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കാനും നമുക്കു കൂട്ടായി പ്രവർത്തിക്കാം. ഒരു റെഫറൽ ഫെർട്ടിലിറ്റി സെന്റർ എന്ന നിലയിൽ, വന്ധ്യത കാരണം വിഷമിക്കുന്ന ദമ്പതികളെ പിന്തുണയ്ക്കുന്നതിനും മാതാപിതാക്കളാകാനുള്ള യാത്രയിൽ അവരെ സഹായിക്കുന്നതിനും ഞങ്ങൾ പ്രതിജ്ഞാബദ്ധരാണ്.

KIMSHEALTH

കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക്:
KIMSHEALTH, PB No 1, Anayara PO, Trivandrum
695029, Kerala, India
Ph: +91 4712941400, +919072881666
Email: relations@kimshealth.org