ART FERTILITY CLINICS
Science Assisting Nature

Understanding Infertility

التعرّف على العقم

What is infertility?

As per WHO, infertility is defined as the failure to achieve a clinical pregnancy after 12 months or more of regular, unprotected sexual relations.

There are two types of infertility:

Primary Infertility: It is defined as the condition in which a couple is unable to ever bear a child, either due to the inability to achieve pregnancy or the inability to carry a pregnancy to term.

Secondary Infertility: It is defined as the condition in which a couple is unable to bear a child following a previous successful pregnancy.

Does infertility affect many couples?

About 1 in 5 couples suffer from infertility worldwide.

What are the causes of infertility?

Infertility can result from many factors. These include male and female-related reproductive issues, genetic conditions, age-related factors as well as excessive exposure to certain toxins and chemicals.

However, in some cases, no cause can be found behind a couple's inability to conceive. Such cases are diagnosed as unexplained infertility.

Can stress be the cause of infertility?

Stress alone can´t cause infertility but it can clearly affect the quality of life and might drive the couple to unhealthy behaviors, like over-eating or lack of sleep. Unhealthy lifestyle can, in turn, lead to infertility. Therefore, it is important that couples trying to conceive avoid stress.

To what extent does age affect female infertility?

Age has a significant effect on female fertility. After 35 years of age, fertility levels drop significantly in women. After 45, the possibility of pregnancy is very low.

Who is usually responsible for infertility, men or women?

40% of infertility cases are caused by male-related factors like alterations in the testicular area, obstruction of ducts, prostate pathologies, alterations in ejaculation or erection and alterations in semen. A further 40% are due to female causes such as early menopause, endometriosis, obstructions or lesions of the fallopian tubes, uterine and cervical anomalies or ovulatory problems. The remaining 20% correspond to mixed or combined causes, in which both the partners are responsible.

How do you know which days you are ovulating?

A woman's ovulation or fertile period occurs towards the middle of each cycle, i.e. around the 14th day in the case of a 28-day cycle.

How often should you have sexual relations in order to get pregnant?

Couples should have sexual relations during the ovulation period. Once the egg has left the ovary, it survives for approximately 48 hours. It is only during this time that it can be fertilized by the sperm, which have a fertilizing power of a maximum of 72 hours. In any case, it is better not to be overly concerned with controlling ovulation, as anxiety to achieve gestation is counterproductive and can even be detrimental to the couple's relationship.

When do you need to consult a fertility specialist?

After a year of regular sexual relations with no pregnancy, a couple can start to suspect the presence of an underlying medical condition. However, those above 35 should go for a fertility evaluation if they can't conceive despite trying for 6 months.

ماذا يعني العقم؟

وفقًا لمنظمة الصحة العالمية يُعرَّف العقم على أنه الفشل في تحقيق الحمل السريري بعد 12 شهرًا أو أكثر من العلاقات الجنسية المنتظمة غير المحمية.

يوجد نوعان من العقم:

العقم الأولي: يُعرَّف بأنه الحالة التي يكون فيها الزوجان غير قادرين على الإنجاب إما بسبب عدم حصول حمل أو عدم القدرة على الاستمرار في الحمل.

العقم الثانوي: يُعرَّف بأنه الحالة التي يكون فيها الزوجان غير قادرين على إنجاب طفل بعد حمل ناجح سابق

هل يؤثر العقم على كثير من الأزواج؟

يعاني حوالي 1 من كل 5 أزواج من العقم في جميع أنحاء العالم

ما هي أسباب العقم؟

يمكن أن ينتج العقم عن العديد من العوامل والتي تشمل المشاكل التناسلية عند الذكور والإناث، والظروف الوراثية، والعوامل المرتبطة بالعمر، وكذلك التعرض المفرط لبعض السموم والمواد الكيميائية.

ومع ذلك في بعض الحالات لا يمكن العثور على سبب وراء عدم قدرة الزوجين على الإنجاب. يتم تشخيص مثل هذه الحالات على أنها عقم غير مبرر.

هل يمكن للإجهاد أن يكون سبب للعقم؟

الإجهاد وحده لا يمكن أن يسبب العقم ولكن يمكن أن يؤثر بشكل واضح على نوعية الحياة وقد يدفع الزوجين إلى سلوكيات غير صحية مثل الإفراط في تناول الطعام أو قلة النوم. يمكن أن يؤدي نمط الحياة غير الصحي بدوره إلى العقم. لذلك، من المهم محاولة تجنب الأزواج الذين يحاولون الحمل الإجهاد.

إلى أي مدى يؤثر العمر على العقم عند النساء؟

العمر له تأثير كبير على خصوبة المرأة حيث بعد سن 35 عامًا، تنخفض مستويات الخصوبة بشكل ملحوظ عند النساء. وبعد 45 عامًا تكون احتمالية الحمل منخفضة للغاية.

من المسؤول عادة عن العقم، الرجال أم النساء؟

40%من حالات العقم ناتجة عن عوامل متعلقة بالذكور مثل التغيرات في منطقة الخصية وانسداد القنوات وأمراض البروستاتا والتغيرات في القذف أو الانتصاب وايضا التغيرات في السائل المنوي
40%أخرى ناتجة عن أسباب متعلقة بالأنثى مثل انقطاع الطمث المبكر وانتباذ بطانة الرحم وانسداد قناتي فالوب وتشوهات الرحم وعنق الرحم أو مشاكل التبويض
ونسبة 20% المتبقية تعد أسباب مختلطة أو مجتمعة يتحمل فيها الشريكان المسؤولية

كيف يمكن معرفة أيام التبويض؟

تحدث الإباضة أو فترة الخصوبة للمرأة في منتصف كل دورة أي حوالي 14 يومًا في حالة الدورة التي تبلغ 28 يومًا.

كم مرة يجب أن يمارس الأزواج الجماع من أجل حصول حمل؟

يجب أن يمارس الأزواج الجماع خلال فترة التبويض. بمجرد أن تغادر البويضة المبيض فإنها تعيش لمدة 48 ساعة تقريبًا. فقط خلال هذا الوقت يمكن أن يتم تخصيبها بواسطة الحيوانات المنوية والتي لها قوة تخصيب تصل إلى 72 ساعة كحد أقصى. على أي حال، من الأفضل عدم الإفراط في التفكير الزائد والتوتر، لأن القلق من تحقيق الحمل يؤدي إلى نتائج عكسية ويمكن أن يضر بعلاقة الزوجين.

متى تحتاج إلى استشارة أخصائي الخصوبة؟

بعد عام من العلاقات الجنسية المنتظمة بدون حمل، يمكن للزوجين البدء في الاشتباه في وجود حالة طبية أساسية. ومع ذلك يجب على أولئك الذين تزيد أعمارهم عن 35 عامًا الخضوع لتقييم الخصوبة إذا لم يحصل حمل على الرغم من المحاولة لمدة 6 أشهر.

ART FERTILITY CLINICS
Science Assisting Nature

ABU DHABI

Villa No. B22-23, Marina Village,
Behind Marina Mall,
Abu Dhabi, UAE
+971 2652 8000

DUBAI

Jumeirah Lake Towers,
Red Diamond Building, 1st Floor,
Unit F109B, DMCC Dubai, UAE
+971 4450 1361

Al AIN

61, Hamdan Bin Mohammed st,
Al Markhaniyyah
Al Ain 33382, UAE
+971 3716 6999

MUSCAT

Al Khuwair Towers, Behind Zawawi
Mosque Building #1351’ Way #3517,
Al Khuwair Muscat, Sultanate of Oman
+968 2447 5814

Toll Free: 800-FERTILITY (337845489) | Email: hello@artfertilityclinics.com | Website: www.artfertilityclinics.com