

Temat: Niepłodność i wielkie pragnienie dziecka.

1. **Niepłodność** – niemożność zajścia w ciążę pomimo regularnego współżycia płciowego utrzymywanego powyżej 12 miesięcy bez stosowania jakichkolwiek środków zapobiegawczych (wg Światowej Organizacji Zdrowia). Powody niepłodności są odwracalne, można je leczyć.

2. **Bezpłodność** - niemożność zajścia w ciążę z przyczyn medycznych, o charakterze nieodwracalnym np. brak macicy, zbyt mała liczba plemników.

3. **Przyczyny niepłodności (większość poniższych czynników dotyczy zarówno kobiety, jak i mężczyzny):**

- czynniki środowiskowe (spożywanie alkoholu, palenie tytoniu, zażywanie narkotyków),
- przebyte choroby układu rozrodczego (nielezione stany zapalne jajowodów, ich niedrożność, choroby przenoszone drogą płciową, wielość partnerów),
- choroby (np. cukrzyca, niedoczynność tarczycy, HIV/ADS,
- otyłość lub niedowaga,
- długotrwałe stosowanie antykoncepcji hormonalnej,
- stres, depresja,
- wiek (po 35 roku życia zmniejsza się szansa na poczęcie dziecka).

4. **Co pomaga płodności?**

- unikanie sytuacji stresowych,
- zdrowy, higieniczny tryb życia,
- rezygnacja z używek (tytoń, alkohol, narkotyki, kawa),
- stosowanie odpowiedniej diety, bogatej w mikroelementy i inne potrzebne składniki,
- utrzymanie odpowiedniej masy ciała,
- jeden stały partner,
- naturalne planowanie rodziny – życie zgodne z zasadami ekologii,
- wewnętrzny, duchowy spokój,
- wypoczynek.

5. Z problemem niepłodności i wielkim pragnieniem dziecka wiążą się następujące zagadnienia:

- Sztuczne zaplonienie

Istnieją dwa sposoby jego przeprowadzenia – poprzez inseminację (wprowadzenie nasienia mężczyzny do narządu rodnego kobiety) oraz zapłodnienie in vitro (zapłodnienie pozaustrojowe, polega n doprowadzeniu do połączenia komórki jajowej i plemnika poza organizmem kobiety w warunkach laboratoryjnych).

- Naprotechnologia

Jest jednym z głównych nurtów tzw. naprawczej medycyny prokreacji (termin ten wywodzi się od słów Natural Procreative Technology – metody naturalnej prokreacji).

To metoda diagnostyki i leczenia niepłodności, która powstała w Stanach Zjednoczonych. Polega na obserwacji kobiecego organizmu, umożliwia wskazanie przyczyny niepłodności i wyeliminowanie jej dzięki stosowaniu się do indywidualnie dobranych wytycznych. Naprotechnologia uwzględnia również i pomaga pokonać przyczyny niepłodności męskiej.

- Adopcja

Małżeństwa, które bardzo pragną mieć dzieci, a nie zostają rodzicami w sposób naturalny, postanawiają adoptować dziecko, które choć urodziło się w innej rodzinie, potrzebuje miłości i opieki. Adopcja nie jest łatwą decyzją, wymaga wielu starań, cierpliwości i samozaparcia.

Zastanów się nad odpowiedziami na pytania:

1. Dlaczego dzieci w rodzinie są tak ważne? Co dają swoim rodzicom?
2. Jaka jest różnica pomiędzy bezpłodnością a niepłodnością?