

# قبل از پیرشدن تخمدان به پس انداز باروری خود فکر کنید

دکتر آمنه لاهوتی: با وجود پیشرفت تمدن و توسعه جوامع بشری و با اینکه خانم‌ها نقش مهمی در تولید مثل و فرزند آوری دارند، متأسفانه تخمک‌ها هنوز مثل تخمک‌های اجدادمان هستند. بدین صورت که سن آنها معادل سن تقویمی خانم است و با گذشت زمان بخصوص بعد از ۳۵ سالگی از کیفیت آنها کاسته می‌شود.

هر نوزاد دختری که متولد می‌شود میزان مشخصی ذخیره تخمک دارد که در طی سالهای باروری، بصورت ماهانه آزاد می‌شوند و در فرآیند تخمک‌گذاری امکان باردار شدن را به خانم می‌دهد.

از زمان تولد نوزاد دختر این ذخیره تخمدان مانند ساعت شنی که وارونه شده است شروع به کاهش می‌کند و در جایی تمام می‌شود و خانم یائسه می‌شود. در همین روند کاهش ذخیره، از بعد از ۳۵ سالگی کیفیت تخمک‌ها هم کاهش می‌یابد.

چرا که با گذشت زمان تخمک‌ها فرسوده می‌شوند و از ۳۵ سالگی به بعد روند پیری تخمدان و تخمک‌ها شروع می‌شود. اگرچه بسیاری از خانم‌ها تا پنجاه سالگی عادت ماهیانه و حتی تخمک‌گذاری را تجربه می‌کنند اما با افزایش سن بخصوص بعد از ۳۵ سالگی کم‌کم میزان باروری کاهش می‌یابد.

به همین دلیل به خانم‌ها توصیه می‌شود تا قبل از ۳۵ سالگی اقدام به فرزند آوری کنند و اگر به هر دلیلی مایل نیستند یا امکان فرزند آوری ندارند حتماً به فکر پس انداز باروری خود با فریز تخمک یا جنین باشند.

\*متخصص زنان و فلوشیپ درمان ناباروری