

男性不妊について

<はじめに>

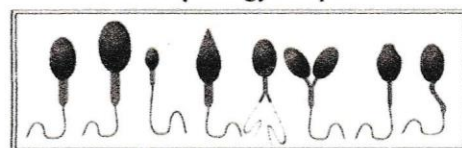
これまで不妊の原因は女性側の問題と見られておりましたが、近年では女性側だけの問題ではないことが解明されました。男性に原因があるケースは、実に半数近くにも上がっています。女性、男性の両方で検査を行うことで、短期間で治療が済むケースもあります。男性不妊症の症状にも気をつける必要があります。

<あなたの精子の状態を知ることが大切>

1回の射精で放出される精子の数は、約1億から4億個。そのうち、卵子と結合できるのは、たったの「1つ」です。まず子宮の前で99%が死滅し、子宮内では数十万個以下となります。さらに、卵子の周囲まで到達できるのは数百個以下。卵子にたどりついた精子はそれだけでパワーがあり、優秀だったということになります。この精子の“全体的なクオリティ”がとても大切です。そのクオリティは

①精子数 ②奇形率 ③運動率 で評価します。

The morphology of sperm



<男性不妊症の原因として...>

ここでは男性不妊の原因としてポピュラーなものだけをピックアップしてみます

- ①無精子症...無精子症とは、男性の精液中に、精子を観察できない状態、あるいは運動率が極端に低い(20-30%以下)場合を言います。
- ②乏精子症...精子の数が一般的な数値よりも極端に少ない症状です。乏精子症の程度によって、軽度・中等度・重症度に分けられます。
- ③精子無力症...活発に前進することができる精子がとても少ない状態のことを指します。具体的には「動いている精子が50%未満」、もしくは「活発な前進運動をしている精子が25%未満」の場合と定義されています。
- ④精索静脈瘤...精巣(睾丸)に血液が逆流し、精巣の静脈血管が瘤(こぶ)状に腫れている状態のことを言います。男性不妊の40%を占める最もポピュラーな原因疾患です。
- ⑤勃起不全(ED)...勃起機能の障害=Erectile Dysfunction、つまりED(イー・ディー)と呼ばれます。性交時に有効な勃起が起こらない、または勃起が一定時間維持できない状態のことを指します。
- ⑥閉塞性無精子症...「精管(せいかん)」の一部がつまっているなどの原因により、精液中に精子が認められない状況を指します。

<10人に1人は精子・精液トラブルを抱え、100人に1人は無精子症って知っていますか?>

上記の数値を聞くと、すこし驚きませんか?10人に1人、100人に1人というのは自分に置き換えても想像できない数値ではなく、十分イメージできる値です。多くの方は「自分は何もないだろうけど、妊活のために検査しておこう」または「自己チェックのひとつ」と思って検査し、診断結果によってはじめて自分の精子・精液に何らかのトラブルがある事が発見できています。

男性の妊活の第1歩として、ぜひ早めに精子・精液検査に目を向けてみてください。早めに検査を受けることでパートナーとの話し合いの時間がもてますし、治療の選択もスムーズに運ぶことでしよう。

<男性による妊活で気を付けておきたいこと>

検査や治療もとても大切な事ですが、日頃から生活習慣等に気を付けることで防げる男性不妊も少なくありません。

一般的に「体にいいこと・健康にいいこと」はもちろん精子にとっても「いいこと」なんです。

当たり前の話ですが、①バランスよくきちんとした食事 ②十分な睡眠 ③適度な運動 ④禁煙 ⑤アルコール摂取を控える

治療薬としては、①漢方薬 ②ビタミン剤 ③アスタキサンチン配合薬/プラセンタ製剤 ④ホルモン剤/ED薬 等があります。



以上、大まかな男性不妊症についてぜひ知っておいてほしい事をご説明しました。

ご夫婦で妊活を始めたい方は、普段から生活習慣に気を付け、一度自分の精子がどのような状況なのか、これからどのように妊活すれば最善なのか、そのような事を知る一つの機会として、ぜひ一度検査することをお勧めします。