

Kesuburan

terjejas



H.M 11/3/07 M/B 31

Jumlah sperma menurun 40 peratus jika suhu pada skrotum meningkat satu darjah Celsius

>>Oleh NORLAILA HAMIMA JAMALUDDIN

norlaila@hmetro.com.my

LELAKI yang suka mandi berendam dalam air panas (untuk menghilangkan lenguh seluruh badan) disaran berfikir dua kali sebelum berbuat demikian kerana ia boleh menjejaskan kesuburan selama beberapa bulan.

Amalan mandi berendam dalam air panas didapati boleh menurunkan kesuburan lelaki sehingga 491 peratus; berdasarkan kajian penyelidikan Universiti California, San Francisco ke atas 11 lelaki yang menghadapi masalah kesuburan.

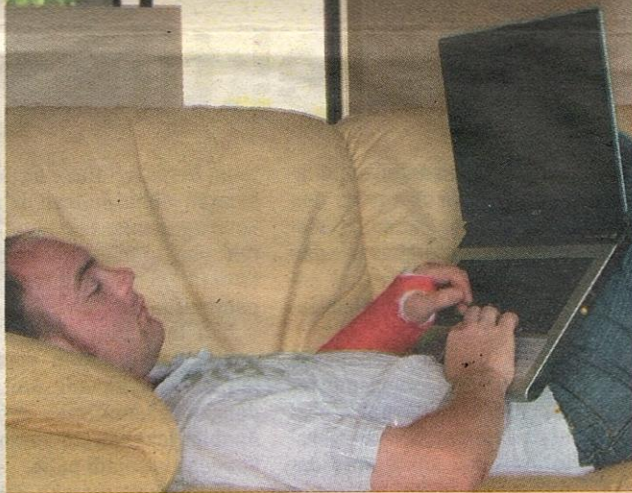
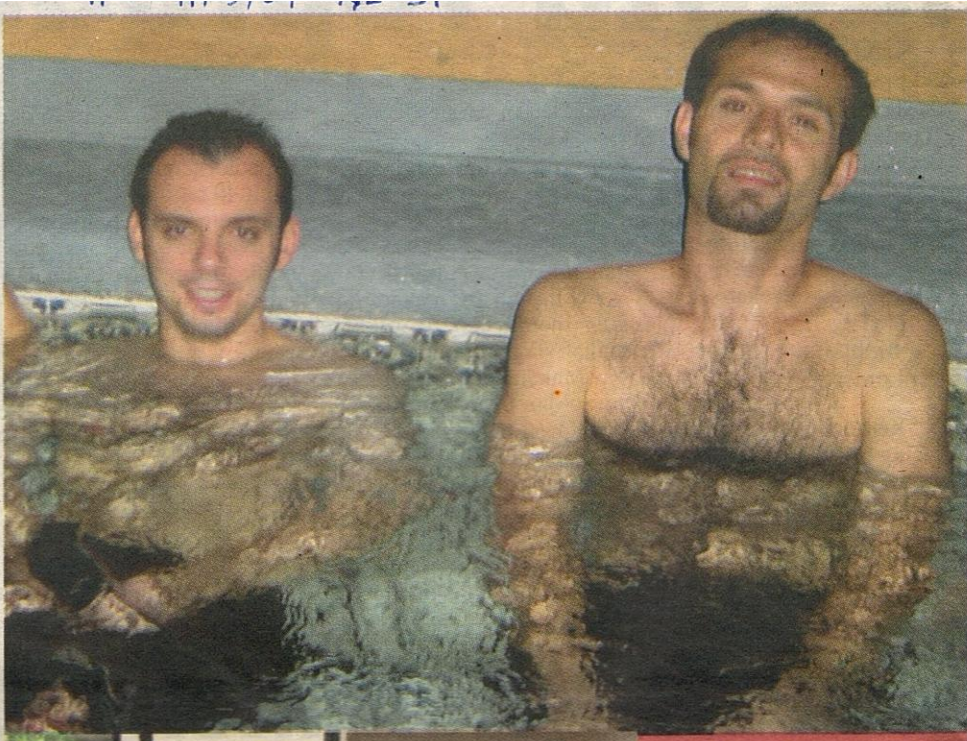
Kajian dilakukan ke atas lelaki yang kerap mandi berendam dalam air panas (melebihi 30 minit seminggu) sama ada di dalam tab mandi di rumah atau jakuzi.

Bagaimanapun, kesan mandian air panas ke atas kesuburan boleh kembali ke tahap normal kerana kajian itu juga mendapati selepas tiga hingga enam bulan lelaki terbabit tidak melakukannya, tahap pergerakan sperma meningkat di antara 12 hingga 34 peratus.

Lima daripada enam lelaki yang tidak menunjukkan perubahan adalah perokok tegar dan 'kronik' — antara faktor utama yang dikatakan turut menyumbang kepada masalah kesuburan dan menyebabkan badan kurang bertindak balas.

Walaupun kajian ini membatikan responden kecil, ia boleh dijadikan rujukan terhadap tahap kesuburan lelaki kerana semakin ramai pasangan sukar mendapatkan anak, walaupun sudah lama berkahwin dan disahkan sihat.

Apatah lagi sebelum ini banyak kajian membuktikan



BERISIKO... berendam dalam air panas menurunkan kesuburan lelaki 491 peratus.

PANAS... meletakkan komputer riba di atas paha boleh meningkatkan suhu pada skrotum.

sperma berkembang dengan baik dalam persekitaran lebih sejuk daripada suhu badan dan sebab itu testikel terletak di luar badan lelaki.

Ini sebabnya lelaki juga tidak digalakkan memakai seluar terlalu ketat kerana ia bukan saja tidak selesa dan boleh mengganggu kelancaran aliran darah, bahkan turut meningkatkan suhu di sekeliling testikel.

Baru-baru ini ada penyelidikan menyarankan lelaki mengelak meletakkan komputer riba di atas paha kerana haba komputer juga dikatakan boleh menjejaskan kualiti sperma.

Meletakkan komputer riba di atas paha boleh meningkatkan suhu pada skrotum sehingga 2.7° Celsius (jika digunakan) dan 2.1° Celsius

jika tidak digunakan.

Suhu di bahagian bawah komputer riba boleh meningkat sehingga 31 hingga 40° Celsius, iaitu empat hingga 13 darjah lebih tinggi daripada suhu badan normal.

Kajian lain mendapati, jumlah sperma boleh menurun sebanyak 40 peratus jika suhu pada skrotum meningkat satu darjah Celsius. Bayangkan kesannya jika suhu pada anggota itu meningkat melebihi dua atau tiga darjah Celsius.

Secara purata, lelaki mampu menghasilkan di antara 100 hingga 300 juta sperma setiap hari dan sekurang-kurangnya 80 juta sperma diperlukan bagi membolehkan seseorang wanita mengandung.

Jika bilangan sperma ter-

lalu sedikit dan banyak mengandungi sperma tidak normal, kemungkinan untuk wanita hamil adalah rendah.

Sebenarnya banyak faktor lain boleh menjejaskan kesuburan lelaki. Seperti wanita, faktor pertambahan umur juga boleh merendahkan kualiti sperma, menyebabkan lelaki menjadi kurang subur.

Antaranya ialah merokok, terlalu banyak makan dan minum minuman keras. Tiga perkara ini antara faktor gaya hidup yang boleh menyebabkan lelaki kurang subur.

Tiga faktor berkenaan juga juga dikenal pasti menjadi penyumbang utama menyebabkan kira-kira dua setengah juta lelaki Britain berisiko tinggi mengalami masalah kesuburan.