

BƠ SỮA CÓ THỂ GIÚP ĐÀN ÔNG TRÁNH THAI?

Một nghiên cứu mới của các chuyên gia thuộc Trường y tế cộng đồng, Đại học Harvard (Mỹ) phát hiện, những người đàn ông tiêu thụ 3 phần sản phẩm bơ sữa mỗi ngày có chất lượng tinh trùng kém hơn và do đó bị giảm sút khả năng sinh sản. Vì vậy, lời khuyên

Một nghiên cứu mới của các chuyên gia thuộc Trường y tế cộng đồng, Đại học Harvard (Mỹ) phát hiện, những người đàn ông tiêu thụ 3 phần sản phẩm bơ sữa mỗi ngày có chất lượng tinh trùng kém hơn và do đó bị giảm sút khả năng sinh sản. Vì vậy, lời khuyên mới cho cánh mày râu là: thay vì sử dụng bao cao su, hãy thử uống vài cốc sữa.

Mặc dù nhiều nghiên cứu về sức khỏe sinh sản thường tập trung vào tác động của chế độ ăn uống đối với khả năng thụ thai của phụ nữ nhưng hiện nay giới khoa học ngày càng quan tâm tới ảnh hưởng của chế độ dinh dưỡng và phong cách sống của đàn ông đối với khả năng sản sinh tinh binh khỏe mạnh của họ.

Các nhà nghiên cứu phát hiện, ăn/uống hơn 3 phần bơ sữa nguyên béo hàng ngày đã bị giảm 25% chất lượng tinh binh.

Các nhà nghiên cứu thuộc Đại học Harvard đã phân tích chế độ ăn của 200 nam giới khỏe mạnh, sung sức trong độ tuổi từ 19 - 25 và có tham gia tập luyện thể dục thể thao ít nhất 1,5 tiếng đồng hồ mỗi tuần. Những đối tượng này sau đó điền vào một bảng câu hỏi trắc nghiệm ghi nhận mức độ thường xuyên ăn, uống các sản phẩm bơ sữa, rau quả, thịt và thực phẩm khác của họ. Trong đó, 1 phần thực phẩm bơ sữa được tính bằng tổng của 28g pho mát, 1 thìa cà phê kem bơ và 1 muỗng kem hoặc bằng một cốc sữa chưa tách béo.

Nhóm nghiên cứu cũng phân tích hình dạng và tốc độ của các tinh trùng do những nam giới trên tạo ra. Kết quả thu được là, những người đàn ông nào tiêu thụ hơn 3 phần bơ sữa nguyên béo hàng ngày đã bị giảm 25% chất lượng tinh binh so với các bạn đồng giới tiêu dùng bơ sữa ít hơn. Các nhà khoa học tin rằng, estrogen - hoóc môn nội tiết tố nữ có tự nhiên trong sữa bò - chính là "thủ phạm" làm giảm sút chất lượng tinh binh của nam giới. Trang Daily Mail dẫn lời Myriam Afeiche, một thành viên nhóm nghiên cứu, nhận định: "Sự liên đới này có thể do nồng độ cao của các hoóc môn sinh sản có sẵn trong tự nhiên xuất hiện trong các sản phẩm bơ sữa trên thị trường". Bà Afeiche cũng nêu ra khả năng, các hóa chất trong thuốc trừ sâu còn tồn dư, kim loại nặng, ... được tìm thấy trong những sản phẩm bơ sữa có thể ảnh hưởng đến khả năng sinh sản của nam giới.

Tuy nhiên, Allan Pacey, một chuyên gia sức khỏe sinh sản tại Đại học Sheffield và là chủ tịch Hiệp hội Sinh sản Anh, khuyến cáo đàn ông không nên ngừng ăn bơ sữa do kết quả nghiên cứu trên. Ông khẳng định, ngay cả khi chất lượng tinh trùng và khả năng sinh tinh giảm sút, việc tiêu dùng sản phẩm bơ sữa rất cuộc không tác động đến khả năng thụ thai.

Các nghiên cứu trước đây từng gắn việc sút kém về khả năng sinh sản ở nam giới với việc hấp thụ quá mức carbohydrate và bệnh béo phì.