

## TINH BINH TỐT HƠN NẾU BẠN "YÊU" HẰNG NGÀY

Tinh dục đều đặn hàng ngày giúp nâng cao chất lượng tinh trùng và do đó làm tăng cơ hội có thai, các nhà nghiên cứu vừa tuyên bố.

Những lời khuyên chung nhất cho các cặp vợ chồng muốn có con hiện nay là hãy "yêu" 2 đến 3 ngày một lần. Tuy nhiên, phát biểu tại hội thảo về sinh sản đang diễn ra tại châu Âu, một nhóm nghiên cứu Australia lại cho kết quả khác.

(Ảnh: BBC)

Trong một cuộc khảo sát trên 118 người đàn ông có vấn đề về đường con cái, họ nhận thấy những người xuất tinh hàng ngày trong một tuần liền thì có số tinh trùng bị khuyết tật ADN giảm hẳn.

Tiến sĩ David Greening, từ trung tâm thụ tinh trong ống nghiệm Sydney, cho biết cứ 10 người đàn ông tham gia thử nghiệm thì 8 người giảm được 12% số tinh trùng khuyết tật ADN sau 7 ngày.

Mặc dù số lượng tinh binh giảm từ 180 triệu xuống 70 triệu con trong thời gian đó, song vẫn thuộc ngưỡng "có thể có con" bình thường. Các tinh binh cũng trở nên hoạt bát hơn sau 7 ngày được "giải phóng" liên tục.

Nhóm nghiên cứu giả thuyết rằng thời gian tinh trùng lưu lại trong tinh hoàn càng lâu, chúng càng tích lũy nhiều hư hại gene, và môi trường nóng ở đó cũng khiến chúng chậm chạp hơn.

Mặc dù cần thêm các nghiên cứu khác để xem liệu việc "sinh hoạt" hàng ngày đối với những người đàn ông không bị trục trặc có cho hiệu quả tương tự hay không, nhưng tiến sĩ Greening tin rằng điều đó là chắc chắn.

Tuy nhiên, ông cũng cảnh báo rằng việc ngày nào cũng "yêu" trong thời gian quá dài - đến nửa tháng chẳng hạn - có thể cắt giảm mạnh số lượng tinh trùng.