

# LÀM CA ĐÊM GIẢM KHẢ NĂNG LÀM BỐ

By Janani Krishnaswamy

By Janani Krishnaswamy

Bạn có nằm trong số những người đàn ông nghiện làm ca đêm? Bạn có nằm trong số những người một mực tin rằng làm đêm thì hiệu quả hơn nên vì thế mà bạn thích? Nếu đúng thì đây chính là thời điểm để bạn cân nhắc lại công việc của mình bởi nó có thể lôi kéo bạn đi vào một đường hầm tăm tối không có đường ra.

Những nghiên cứu mới đây đã chứng minh làm ca đêm ảnh hưởng nghiêm trọng đến khả năng sinh sản của nam giới. Các chuyên gia cũng cho rằng nam giới làm việc quá khuya vô tình giảm khả năng có con của họ.

Tăng giảm nhiệt độ cơ quan sinh dục đột ngột cũng đóng một vai trò quan trọng trong việc giảm khả năng sinh sản.

Khoảng 30% các ca vô sinh điều trị tại một bệnh viện danh tiếng về chứng hiếm muộn ở Chennai đều là nam giới. Hơn một nửa số họ là các chuyên gia phần mềm, những người phải làm việc rất muộn vào ban đêm.

Tiến sĩ Kamala Selvaraj, bác sĩ phụ khoa hàng đầu kiêm điều hành một bệnh viện chuyên khoa hiếm muộn đã hơn 30 năm, phát biểu: "Nam giới khó có con có thể là do lượng tinh trùng quá ít hoặc do chất lượng tinh trùng của họ không được tốt hoặc có thể do cả hai nguyên nhân".

Tinh hoàn là một phần của cơ quan sinh sản nam giới có nhiệm vụ sản sinh tinh trùng. Nhiệt độ của tinh hoàn thường thấp hơn nhiệt độ cơ thể khoảng 1-2 độ và giữ cho nhiệt độ này ở mức thấp là điều kiện quan trọng để sản sinh tinh trùng. Làm việc ca đêm có thể dẫn đến stress và căng thẳng từ đó làm tăng nhiệt độ vùng này.

Tiến sĩ Kamala Selvaraj cho biết, ở một số người, tinh hoàn của họ nằm trong cơ thể và nhiệt độ quá nóng có thể làm giảm khả năng làm bố của họ. Trong khi đó, ở một số người khác, mạch máu phát triển quanh tinh hoàn cũng có thể làm nhiệt độ ở vùng này tăng cao vì nhiệt độ máu nóng. Hơn nữa, kích thích tình dục và ham muốn cũng không làm tăng lượng cũng như chất của tinh trùng mà đồng thời lại làm tăng nhiệt độ tinh hoàn.

Trong khi tỷ lệ vô sinh ở nam giới ngày càng cao thì tỉ lệ chữa trị thành công lại không như mong muốn. Tiến sĩ Selvaraj giải thích: "Chữa trị vô sinh ở nam giới khác với ở nữ, họ cần biết gốc rễ của căn bệnh để có cách chữa trị thích hợp."

Chỉ trong vòng 25 đến 55 ngày sau khi bị sốt, nam giới bị mất một lượng tinh trùng mà cơ thể anh ta phải mất 2 tháng để sản sinh.

Một cuộc nghiên cứu gần đây của Mỹ cho thấy sử dụng laptop cũng có thể dẫn đến vô sinh nhưng các bác sĩ cho biết đây chỉ là một trong nhiều nguyên nhân dẫn đến tăng nhiệt độ tinh hoàn. Các nguyên nhân này bao gồm tắm trong nước quá nóng, mặc quần lót chật và bí, nhiệt độ môi trường tăng cùng một số chứng bệnh khác. Một số cuộc nghiên cứu trước đó cũng cho thấy những người chọn nghề lái xe có lượng tinh trùng thấp so với những người làm nghề khác.