

# Vai autiņbikses ietekmē reproduktīvo veselību

Cilvēku dzimstība pazeminās visā pasaulē, un pašlaik tā ir zem populācijas atjaunošanās līmeņa visās Eiropas Savienības valstīs. Iemesli tam ir dažādi. Bērnu ķirurgs un urologs **AINĀRS ĢĪLIS** kļiedēs mītus par sabiedrībā izplatītiem pieņēmumiem un liks uzsvāru uz svarīgāko, kam pievērst uzmanību, lai saglabātu zēnu auglību.

Iemesli tam, ka pazeminās cilvēku dzimstība, ir tādas sociālas un ekonomiskas pārmaiņas kā labāka kontracepcija, sieviešu lielāka koncentrēšanās uz karjeras attīstību, sieviešu izglītība u.c. Jāņem vērā arī sociālo un

bioloģisko faktoru saistība, jo arvien palielinās vecums, kad sievietes sāk plānot grūtniecību, un ir labi zināms, ka sieviešu reproduktīvā spēja ar pieaugošu vecumu diezgan strauji samazinās, būtiski pazeminoties pēc 35 gadu vecuma. Rietumeiropas valstīs vienlaikus ar zemo dzimstību novēro arī abortu skaita samazināšanos. Nevar izslēgt, ka auglības samazināšanās ir viens no iemesliem zemajai dzimstībai. Par to liecina arī pieprasījums pēc mākslīgās apaugļošanas procedūrām.

Daba novietojusi sēkliniekus – endokrīnos dziedzerus, kas izstrādā vīrišķās dzimumšūnas spermatozoīdus un vīriešu hormonu testosteronu, – ārpus organisma tāpēc, ka normālai spermatozoīdu attīstībai nepieciešama zemāka temperatūra nekā ķerme-

nī. Sēklinieku un spermatozoīdu labvēlīgai attīstībai ir nepieciešama par 3 grādiem zemāka temperatūra nekā ķermenī. Kad nākamais tēvs pats vēl atrodas embrionālajā attīstības stadijā, viņa sēklinieki attīstās no aizmetņa vēdera dobumā, nieru apvidū. Lai zēna piedzimšanas brīdī olniņas jau atrastos savā vietā, tās kopā ar piedēkļiem un sēklvadu sākuma daļām noslīd sēklinieku maisiņā. Tieši siltums ir tas iemesls, kas olniņām liek doties uz ķermeņa perifēriju.

Pašlaik pieejamā medicīnas literatūrā nav atrodami pētījumi, kas pierādītu vai noliegtu sabiedrībā izplatīto hipotēzi par vienreizlietojamo plastikāta autiņbiksīšu iespējamo negatīvo ietekmi uz sēklinieku attīstību, paaugstinot sēklinieku maisiņa temperatūru. Temperatūra plastikāta autiņbiksītēs ir tikai par nepilnu grādu lielāka nekā parastās kokvilnas biksītēs. Tik nenozīmīgam temperatūras paaugstinājumam nav negatīvas ietekmes.

Ir pētījumi, kas netieši liecina un ļauj spriest, ka vīriešu neauglība ir ļoti heterogēna patoloģija, kuru var izraisīt daudzi faktori. Tiek lēsts, ka vīriešu neauglība pasaulē ir 5–12%. Augstākie vīriešu neauglības rādītāji (8–12%) ir Āfrikā un Austrumeiropā, bet zemākie (5–6%) – ekonomiski attīstītājās valstīs (Ziemeļamerikā, Austrālijā, Rietumeiropā). Vīriešu neauglības rādītāji ir pretrunā ar plastikāta autiņbiksīšu ieviešanu. Attīstības valstīs ekonomisku apsvērumu dēļ plastikāta autiņbikses tika ieviestas vēlāk nekā attīstītājās valstīs, bet vīriešu neauglības rādītāji tur ir augstāki. Latvijas sabiedrībā autiņbikses tika ieviestas 90. gados.

Vīriešu reproduktīvo funkciju daudz lielākā mērā ietekmē apkārtējās vides un modernā dzīvesveida kaitīgie fakto-



## AINĀRS ĢĪLIS

- Bērnu ķirurgs ar specializāciju uroloģijā
- Bērnu klīniskās universitātes slimnīcas Bērnu ķirurģijas klīnikas virsārsts [www.bkus.lv](http://www.bkus.lv)
- Dr. Ģīļa privātklīnika Baznīcas ielā 31, Rīgā, tālr. 28300800, [www.gilis.lv](http://www.gilis.lv)
- *Capital Clinic Riga* Dunties ielā 15a, Rīgā Tālr. 66333333, 29334224 [www.capitalclinicriga.lv/](http://www.capitalclinicriga.lv/)

## Ko izvēlēties

Autiņbikšišu izvēle ir vecāku ziņā, bet, ja mazulim ir īpaši jutīga āda, ieteicams konsultēties ar ārstu. Autiņbikšītes var iedalīt:

- **vienreizlietojamās** – gan parastās autiņbikšītes, kas dabā pilnībā sadalās pēc 200 gadiem, gan ekoloģiskās autiņbikšītes (materiālu balināšanai neizmanto hloru, arī mitruma necaurlaidīgais materiāls bioloģiski sadalās dažu mēnešu laikā, un neviena no izmantotajām vielām neapdraud dabu un mazuļa ādu).
- **daudzreiz lietojamās** – mazgājamās kokvilnas autiņbikšītes un saišu autiņi, kuru pamatā ir uzsūcoši kokvilnas autiņi un kuros nav sintētikas vai plastikāta daļas. Mitruma necaurlaidību nodrošina virsbikšītes, kas piesūcinātas ar dabisko aitas vilnas taukvielu – lanolīnu. Aizvien populārāka kļūst arī **bezautiņu metode** – kad vecāki iemācās pēc mazuļa dotajiem signāliem atpazīt īsto brīdi, kad paturēt mazuli virs izlietnes, tādā veidā iztiekot bez autiņiem vispār.

ri. Par to liecina, piemēram, sēklinieku audzēju krass pieaugums un spermas kvalitātes pasliktināšanās dažu pēdējo paaudžu laikā praktiski visā pasaulē.

Vīrieša reproduktīvo veselību ietekmē topošās mātes veselība un grūtniecības norise. Pierādīts, ka mātes smēķēšana grūtniecības laikā noved pie pazeminātas spermas kvalitātes viņu dēļiem, arī mātes veselības problēmas grūtniecības laikā un saskare ar ķīmiskiem savienojumiem, kas atrodas mūsu apkārtējā vidē, noved pie paaugstināta sēklinieku audzēju riska viņu dēļiem. Bīstamākais vides piesārņojums ir pesticīdi un to metabolīti. Tie akumulas caur barošanās ķēdi un sasniedz augstas koncentrācijas cilvēka taukajos un sievietes pienā, līdz ar to negatīvi ietekmē nākamo vīrieti jau grūtniecības un zīdīšanas laikā. Diemžēl, lai cik ērtas lietošanā, vienreizlietojamās plastikāta autiņbikšītes ir viens no veidiem, kā tiek piesārņota vide.

Pie dzīvesveida faktoriem jāmin aptaukošanās, sēdošs dzīvesveids, smēķēšana, alkohols, narkotikas, kontracepcijas līdzekļi. Paaugstinoties taukaidu daudzumam, samazinās dzimumhormonu saistošā globulīna līmenis, līdz ar to samazinās brīvā testosterona koncentrācija. Vīrieša reproduktīvo funkciju negatīvi ietekmē dabisko estrogēnu avoti, piemēram, sojas produkti, ar kuriem ir bagāts veģetārais uzturs.

Tiek uzskatīts, ka bērnam, vēlākais, no četrus gadu vecuma ir jāprot iet uz podiņu un dienas laikā jābūt sausam. Četrus gadu vecumā urīnpūslis nostabilizē savu funkciju, un izveidojas ar saprātu kontrolēta urinācija. Līdz četrus gadu vecumam autiņbikšišu lietošana ir pieļaujama. Tualetes trenēšana ir jā sākas pakāpeniski, vēlams, sākot ar divus gadu vecumu, kad bērns ir kontaktējams. Vecāki var atpazīt brīdi, kad bērnam ir nepieciešams čurāt vai kakāt, un tajā brīdī jāņem nost autiņbikšītes un jāradina kārtot dabiskās vajadzības

podīnā. Jāuzslavē bērns, ja viņam tas izdodas. Bērnam, kurš naktī čurā gultā, autiņbikšišu vilkšana uz nakti nav peļama, jo tas ļaus viņam kvalitatīvi izgulēties sausā un siltā gultnā.

Nenoslīdējis sēklinieks jeb kriptorhisms ir seksuālās attīstības traucējumu forma. Spermatozoīdu nobriešana sākas pusaudžu vecumā, tāpēc sēklinieku sildīšanai viskaitīgākā ietekmē ir, sākot ar šo vecumu.

Sēkliniekiem ir jābūt noslīdējušiem dzimšanas brīdī. Ja tas nav noticis, jāvērsas pie bērnu urologa 3–4 mēnešu vecumā. Ārstēšana ir jāuzsāk vismaz 6 mēnešu vecumā. Vēlākais, līdz gada vecumam sēkliniekiem ir jāatrodas sēklinieku maisiņā. Jo ātrāk sēklinieks tiks novietots sēklinieku maisiņā, jo lielāka nākotnē būs indivīda labas reproduktīvās funkcijas varbūtība.

Nobeigumā jā saka, ka vesela bērna priekšnosacījums ir vecāku stipra veselība un viņu rūpes, uzmanība un veltītais laiks bērna attīstībā un apmācībā jaunu iemaņu apgūšanā. ▶

**"Disana"**  
kokvilnas saišu autiņi

- Ērti
- Dabai draudzīgi
- Ekonomiski
- Elpojoši
- Nerada ādas izsitumus un iekaisumus

**Ergolietas**

Veikals Baložu ielā 28, Rīgā  
Interneta veikals [www.ergolietas.lv](http://www.ergolietas.lv)  
Tālr.65825311