

تأثیر مصرف گوشت ماهی‌های آب دریای گرم و شور بر تقویت قدرت باروری مردان از دیدگاه طب

سنّتی

قلی پور چشمه گیلک، م.^{۱*}

گروه زیست‌شناسی، دانشکده علوم، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران

*Email: gholipour8@stu.um.ac.ir

اصولاً از لحاظ طب سنّتی، گوشت ماهی دارای طبیعتی سرد و تر است؛ اما اثبات شده که در ماهیان آب‌های گرم و شور، از سردی آن می‌کاهد. در تحقیق حاضر، اثر میزان مصرف ماهیان آب‌شور بر افزایش اسپرم‌سازی در مردان ۳۵-۴۰ ساله که از قبل به عارضه "اولیگو اسپرمی" مبتلا بوده‌اند، پرداخته شده است. در نتایج حاصله، افزایش معنی‌دار در اسپرم‌سازی و نیز کیفیت تحرک اسپرم در مردان گروه آزمودنی بوده است که در هفته ۲ بار از این ماهی‌ها به روش بخارپز استفاده کرده بودند. ($P < 0.01$). لازم به ذکر است این رژیم غذایی، به مدت دو سال متناوباً رعایت شده است. احتمالاً وجود مقدار بیشتری از ویتامین‌های گروه B و نیز نمک "سلنیوم" بالا در این ماهی، به‌طور مستقیم در فرایند اسپرم‌سازی و تقویت آن، اثر داشته است.

کلمات کلیدی: اسپرماتوزن، ماهیان گرم آبی، طب سنّتی، اولیگواسپرمیا.

مقدمه:

اولیگواسپرمی به‌طور خلاصه یعنی کاهش تعداد اسپرم (غلظت اسپرم) در حد کمتر از ۲۰ میلیون اسپرم در هر میلی‌لیتر مایع منی؛ و افراد مبتلا به این عارضه "اولیگواسپرمیا" نامیده می‌شوند (۱). این کاهش تعداد تحت عوامل مختلف ایجاد شده و گاهی دائم و یا موقتی می‌باشد. تشخیص این عارضه با یک آزمایش ساده آزمایشگاهی قابل انجام است. عوامل مختلف مولد این عارضه از جمله: اشکال در سیستم اداری تناسلی، واریکوسل (مشکل عروقی در بیضه)، نهان بیضگی، برخی داروها از قبیل ترکیبات شیمی‌درمانی‌شیمی‌درمانی، مواد مخدر سنّتی و صنعتی، متوکلوپرامید، سایمیتیدین و... می‌باشد. حتی زوج‌ها زوج‌هایی که با مشکلات ناباروری از این دسته مواجه‌اند، بایستی مصرف سیگار، الکل و کافئین (قهوه) را با محدودیت‌های بیشتری مصرف نمایند (۲). دستیابی به یک حاملگی طبیعی، با توجه به تعداد کم اسپرم برای این دسته از بیماران به‌عنوان یک مشکل در نظر گرفته می‌شود، اما بسیاری از زوجها هستند که با مشکل تعداد کم اسپرم مواجه بوده ولی برای رسیدن به یک بارداری طبیعی می‌توانند با یک تکنیک کمک بارور (روش‌های کمک باروری) مانند تلقیح داخل رحمی اسپرم (IUI) و یا IVF (لقاح خارج رحمی) به یک بارداری موفق دست یابند.

عوامل ژنتیکی و غیر ژنتیکی دیگر مرتبط با این عارضه: عدم تعادل هورمونی، مانند هیپوگنادیسم که در آن هورمون‌های جنسی کافی تولید نمی‌شوند، به دلیل بیماری یا عفونت تناسلی همچون کلامیدیا، سوزاک و یا آنتی بادی *infectionSperm* پروستات برای حمله آنتی‌بادی‌های اسپرم به‌اشتباه به‌عنوان یک مهاجم مضر شناخته شده است (۴) و تلاش برای از بین بردن بافت بیضه صورت می‌پذیرد. این مشکل به‌خصوص در مردانی که وازکتومی انجام داده‌اند (۶) بیشتر دیده شده است. برخی از داروها، مانند استفاده طولانی‌مدت از استروئیدهای آنابولیک، درمان جایگزینی با تستوسترون، درمان سرطان (شیمی‌درمانی) و برخی از آنتی‌بیوتیک‌ها نیز در تشدید آن مؤثر می‌باشد (۷).

مصرف غذاهای حاوی مقادیر بالایی از چربی‌های اشباع و چربی مانند همبرگر و سیب‌زمینی سرخ‌کرده به‌عنوان مثال، گوشت قرمز، لبنیات پرچرب و آجیل میوه تعداد اسپرم و میزان فعالیت آن را کاهش دهد. در مقابل، مردانی که غذاهای حاوی چربی‌های مفید مانند اسیدهای چرب امگا ۶ (که برای مثال، ماهی و غلات سبوس) مصرف کرده بودند یک شمارش اسپرم سالم و فعال‌تری داشته‌اند. به گفته محققان، ارتباط بین شیوه زندگی، در این مورد وجود دارد وجود چربی در غذا بخش مهمی از غشای سلولی را تشکیل می‌دهد (۷).

یک نوع از این مواد تخم‌مرغ است. این چربی ممکن است به تولید هورمون تستوسترون منجر شده که در نتیجه بر روند اسپرم‌زایی مؤثر واقع گردد چربی‌های اشباع از منابع اصلی کلسترول بالا مواد غذایی، به‌طور عمده در محصولات حیوانی و برخی از غذاهای گیاهی مانند گوشت گاو و گوسفند، شیر و پنیر چربی روغن‌های گیاهی مانند روغن‌زیتون، روغن کانولا، روغن بادام‌زمینی، روغن آفتابگردان و روغن کنجد همچنین کره بادام‌زمینی، آووکادو و بسیاری از آجیل و دانه‌های خوراکی هستند که در روند تولید بیشتر اسپرم نقش دارند (۲).

مواد و روش‌ها:

در این مطالعه، تعداد ۴۰ مرد مبتلا به اولیگو اسپرمی به‌عنوان گروه آزمودنی در نظر گرفته شد. آن‌ها با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شدند و نمونه‌برداری به روش اتفاقی پراکنده صورت پذیرفت. داده‌ها در جدول اکسل قرار داده شد و از روش آماری *t-test* استفاده گردید. در نتایج ۶۹ درصد از گروه آزمودنی در دو سال اخیر از گوشت ماهیان آب‌های گرم جنوب نخورده بودند. نتایج با واریانس ۱۳ به‌دست‌آمده بود. همه بیماران پس از دو سال دوباره مورد بررسی قرار گرفتند و شمارش اسپرمی شدند. در این مطالعه بامعنی زیاد روند موفقیت درمانی گروهی که از ماهیان جنوب استفاده کرده بودند به‌مراتب از گروه کنترل که تنها گوشت قرمز مصرف کرده بودند افزایش چشمگیری نشان داد. همچنین تعداد این مردان در میزان موفقیت برای بچه‌دار شدن نیز بامعنا داری زیادی نسبت به گروه کنترل بیشتر بود.

بحث:

بر اساس آنچه در مقدمه اشاره شد، به نظر می‌رسد عوامل غذایی در تولید گامت نقش به‌سزایی داشته باشد... این نتیجه نشان می‌دهد که اثر مثبت ممکن است درباره گوشت ماهی دریایی نسبت به گوشت قرمز درصد بیشتری از ویتامین‌های گروه B و همچنین نمک سلیوم باشد که این دو توانسته منجر به افزایش تولید و نیز قدرت اسپرم مرد آن گردد. جالب‌توجه است، غلظت این مواد در گوشت ماهی، به‌طور نسبی ۶ برابر بیشتر از ماهی‌های آب سرد و گوشت قرمز بوده است.

منابع:

1. Rosenzweig, Roy (۲۰۰۶). «Can History be Open Source? Wikipedia and the Future of the Past». *The Journal of American History* 93: 117–146
2. Mangu-Ward, Katherine (June 2007). "Wikipedia and beyond: Jimmy Wales' sprawling vision". *Reason* 39 (2). p. 21. Retrieved October 31, 2008.
3. Hansen, Evan (December 19, 2005). "Wikipedia Founder Edits Own Bio". *Wired News*. Archived from the original on May 30, 2012. Retrieved October 31, 2008.
4. Larry Sanger (November 1, 2005). "The Early History of Nupedia and Wikipedia: A Memoir". In Chris DiBona; Danese Cooper; Mark Stone. *Open Sources 2.0: The Continuing Evolution*. O'Reilly Media, Inc. p. 312. ISBN 978-0-596-00802-4. Retrieved June 4, 2011. To be clear, the idea of an open source, collaborative/encyclopedia, open to contribution by ordinary people,



چهارمین کنفرانس ماهی شناسی ایران، ۳۰-۳۱ تیرماه ۱۳۹۵، دانشگاه فردوسی مشهد

The Forth Iranian Conference of Ichthyology, Ferdowsi University of Mashhad, 20-21 July 2016

was entirely Jimmy's, not mine, and the funding was entirely by Bomis. I was merely a grateful employee; I thought I was very lucky to have a job like that land in my lap.

5. Sanger, Larry (April 18, 2005). "The Early History of Nupedia and Wikipedia: A Memoir". Slashdot. Retrieved October 31, 2005.
6. Meyers, Peter (September 20, 2001). "Fact-Driven? Collegial? This Site Wants You". The New York Times. Retrieved November 22, 2007.
7. Stöcker, Christian (August 31, 2010). "Eine Weltmacht im Netz" (in German). Der Spiegel. Retrieved October 14, 2012.
8. Wales, Jimmy (June 20, 2003). "[Wikipedia-l] Announcing Wikimedia Foundation". Retrieved April 7, 2007.

