

印尼文

Mengenal ketidaksuburan

Apa yang dimaksud dengan ketidaksuburan? (何謂不孕?)

Dalam waktu satu tahun setelah suami istri menikah, tanpa kontrasepsi apapun, istri tidak hamil, maka kemungkinan tidak subur. Peluang terjadi ketidaksuburan pada suami istri yang telah menikah adalah sekitar 15%.

Masa ovulasi (排卵期)

Siklus menstruasi wanita normalnya adalah 28 hari, tanggal ovulasi adalah kurang lebih 14 hari setelah menstruasi.

3 hari sebelum dan sesudah tanggal ovulasi disebut masa ovulasi, adalah masa yang paling mudah untuk hamil.

Selain masa ovulasi, sisa waktu lainnya adalah masa aman.

Jika ingin menggunakan masa aman sebagai cara kontrasepsi, karena perubahan periodik, tingkat keberhasilan tidak tinggi, dianjurkan digabungkan dengan cara kontrasepsi lainnya (misalnya: kondom, pil kontrasepsi ... dll).

Untuk meningkatkan peluang kehamilan, maka perlu memahami masa kehamilan wanita.

Sperma dalam saluran reproduksi wanita dapat bertahan selama 72 jam, sedangkan sel telur hanya bisa bertahan selama 24 jam.

Hubungan seks dalam 3 hari sebelum ovulasi dan 1 hari sesudah ovulasi lebih memungkinkan untuk pembuahan.

中文對照說明

認識不孕症

何謂不孕?

夫婦在婚後一年內，沒有任何避孕的情況下，妻子沒有懷孕，就可能是不孕。已婚夫婦發生不孕的機會約為 15%。

排卵期

女性的月經週期正常為 28 天，排卵日期在月經來潮後的第 14 天左右。

排卵日及其前後 3 天稱為排卵期，是最容易受孕的期間。

除了排卵期，其餘的時間為安全期。

若想使用安全期來避孕的話，因為周期的變化性，成功率並不算高，建議搭配其他的避孕方式(如：保險套、避孕藥...等)。要提升受孕機會，就要掌握女性的受孕期。

精子在女性的生殖道內可存活 72 小時，而卵子只可存活 24 小時。

在排卵前的 3 天內和排卵後的 1 天內發生的性行為較可能受精懷孕。

Penyebab ketidaksuburan wanita (女性不孕的原因)

1. Dalam pasangan yang tidak subur, sekitar 60% penyebab ketidaksuburan berasal dari wanita.
2. Indung telur wanita, tuba falopi, rahim, leher rahim dan masalah dari aspek lainnya, dapat memungkinkan terjadi ketidaksuburan.
3. Siklus menstruasi wanita dan jumlah menstruasi, riwayat melahirkan, apakah ada riwayat penyakit radang panggul.
4. Usia wanita, apakah pernah terinfeksi penyakit menular seksual, merokok, alkohol, kecanduan obat atau penyakit kronis lainnya.
5. Sifat pekerjaan wanita, bahan kimia, sinar radiasi, dan faktor lainnya juga harus dipertimbangkan.
6. Terlalu gemuk atau terlalu kurus, olahraga berat jangka panjang, penurunan berat badan yang berlebihan, tekanan hidup, penyakit indung telur, disfungsi hipofisis, hiperprolaktinemia, disfungsi tiroid dan masalah lainnya yang mempengaruhi ovulasi yang normal.
7. Tuba falopi yang mampet atau menempel, juga merupakan salah satu alasan penyebab penting dari ketidaksuburan.
8. Rongga Rahim yang menempel, polip endometrium, fibroid rahim, adenomiosis, cacat bawaan rahim.
9. Infeksi leher rahim, antibodi anti sperma, disfungsi lendir leher rahim, juga dapat menyebabkan ketidaksuburan.

女性不孕的原因

1. 在不孕症的夫婦中，約有 60% 的不孕原因來自女性。
2. 女性卵巢、輸卵管、子宮、子宮頸等各方面的問題，都可能造成不孕。
3. 女性月經週期及月經量、生產史、有無骨盆腔發炎的病史。
4. 女性的年紀、有無感染過性病、抽菸、酗酒、藥癮或是慢性疾病等。
5. 女性的工作性質，化學藥劑、放射線照射等因素都要考量。
6. 太胖或太瘦、長期劇烈的運動、過度減重、生活壓力、卵巢病變、腦下垂體功能異常、高泌乳激素血症、甲狀腺功能異常等問題影響正常的排卵。
7. 輸卵管的阻塞或沾粘，也是不孕症的重要原因之一。
8. 子宮內腔沾粘、子宮內膜息肉、子宮肌瘤、子宮肌腺瘤、子宮先天畸形等。
9. 子宮頸感染、抗精蟲抗體、子宮頸黏液功能不良，都可能造成不孕。

Penyebab ketidaksuburan pria (男性不孕的原因)

1. Kelainan bawaan pada kromosom; kelainan sistem endokrin.
2. Disfungsi testis; spermatika varikokel, dan lainnya; disfungsi transportasi sperma.
3. Kebiasaan hidup, lingkungan kerja, penyakit fisik dan mental serta faktor lainnya, seperti: obat-obatan, radiasi, dan penyakit menular seksual lainnya.

Kesimpulan (結論)

Pemeriksaan dan pengobatan ketidaksuburan cukup rumit, kedua belah pihak suami istri harus berpartisipasi di dalam keseluruhan proses bersama-sama.

Suami istri harus saling memberi semangat, sehingga berperasaan lebih mencintai, barulah ada kesempatan untuk menciptakan buah cinta.

男性不孕的原因

1. 先天性染色體異常；內分泌系統異常；
2. 睪丸功能異常；精索靜脈曲張等；精蟲運輸功能異常；
3. 生活習慣、工作環境、身心疾病及其他因素，如：藥物、放射線、性病等。

結論

不孕的檢查和治療都相當繁瑣，夫婦雙方應該共同參與整個過程。夫婦要互相鼓勵，讓感情更加恩愛，才更有機會創造出愛的結晶。

