

# Fyzicky aktivní muži v práci jsou plodnější, potvrzuje studie z Harvardu

[IE interestingengineering.com/health/physically-active-men-are-more-fertile](https://interestingengineering.com/health/physically-active-men-are-more-fertile)

1. března 2023



Neplodnost se v poslední době stává běžným problémem a zdravotníci se snaží najít řešení, jak tento rostoucí trend zrušit. Vědci našli souvislost mezi mužskou plodností a pracovními faktory, jako jsou fyzické nároky a pracovní rozvrhy.

Společné úsilí Harvard Medical School (HMS) a Brigham and Women's Hospital zjistilo, že muži, kteří „pravidelně zvedají těžké předměty v práci, mají vyšší počet spermií než muži, jejichž práce je méně fyzicky náročná,“ uvádí tisková zpráva. Studie publikovaná v časopise Human Reproduction je „součástí kohorty Environment and Reproductive Health (EARTH), jejímž cílem je prozkoumat, jak environmentální chemikálie a volby životního stylu ovlivňují reprodukční zdraví.

Viz také

Mnohočetné výhody spojené s cvičením u lidí jsou dobře známé, včetně těch pozorovaných na reprodukční zdraví, „ale jen málo studií se zabývalo tím, jak mohou pracovní faktory přispět k těmto výhodám,“ řekla první autorka Lidia Mínguez-Alarcón, odborná asistentka medicíny HMS na Brigham and Women's a spoluřešitelkou studie EARTH.

### **40 % případů neplodnosti je způsobeno faktory ovlivňujícími muže**

---

Data ukázala, že muži jsou zodpovědní za téměř polovinu problémů souvisejících s neplodností. Zjistilo se, že faktory jako počet spermií, kvalita spermatu a sexuální funkce jsou hlavními omezujícími faktory takovéto nesnáze.

Abychom to potvrdili, předchozí studie provedená týmem EARTH zjistila, že mezi muži hledajícími léčbu neplodnosti se počet a kvalita spermií mezi lety 2000 a 2017 snížily až o 42 procent.

"Dále přibývá důkazů, že mužská neplodnost je spojena s běžnými chronickými onemocněními, jako jsou kardiovaskulární onemocnění a autoimunitní onemocnění, což zdůrazňuje širší význam mužského reprodukčního zdraví," řekl Mínguez-Alarcón.

### **Fyzicky aktivní muži v práci mají vyšší koncentraci a počet spermií**

---

Studie byla provedena s využitím dat shromážděných studií EARTH, kterou provedli Harvard T. Chan School of Public Health a Mass General Brigham, aby se změřil dopad faktorů životního prostředí a životního stylu na plodnost. Studie získala lékařské informace od více než 1500 mužů a žen, kteří hledají lékařskou pomoc kvůli neplodnosti. Současná studie vybrala ze shromážděných dat podskupinu 377 mužských partnerů v párech hledajících léčbu v centru plodnosti.

Nejoblíbenější

Důkladná analýza odhalila, že muži, kteří uváděli více fyzicky namáhavé činnosti v práci, měli o 46 procent vyšší procento koncentrace spermií a o 44 procent vyšší celkový počet spermií ve srovnání s muži s méně fyzickou prací. Podle týmu také muži, kteří uváděli více fyzické aktivity v práci, měli vyšší hladiny mužského pohlavního hormonu testosteronu a kontraintuitivně i ženského hormonu estrogeneru.

„Na rozdíl od toho, co si někteří lidé pamatují z hodin biologie, ‚mužské‘ a ‚ženské‘ hormony se vyskytují u obou pohlaví, ale v různém množství. V tomto případě předpokládáme, že přebytek testosteronu se přeměňuje na estrogen, což je pro tělo známý způsob, jak udržet normální hladiny obou hormonů,“ řekla Mínguez-Alarcón. Výsledky prokázaly, že fyzicky náročná zaměstnání a zaměstnání na střídavé nebo večerní směny mohou být spojené s vyšší funkcí varlat u mužů měřenou jako vyšší koncentrace a počty spermií a vyšší hladiny testosteronu a estradiolu v séru.

Tým plánuje potvrdit, zda tato zjištění budou platit pro muže z běžné populace. Vědci také doufají, že budoucí studie odhalí základní biologické mechanismy. „Odhalení akcí, které mohou lidé podniknout ke zlepšení své plodnosti, je přínosem pro nás všechny, nejen pro páry, které se snaží otěhotnět,“ říká Mínguez-Alarcón.

1. Domov
2. Zdraví

 ZOBRAZIT KOMENTÁŘ ( 0 ) 