



ПОДГОТОВКА К СПЕРМОГРАММЕ

Общие рекомендации:

- Ограничение половой жизни. Между последним актом семяизвержения и исследованием должно пройти не менее 48 часов, но не более 5 суток.
- Образ жизни. Последние 3–5 дней ограничить интенсивные физические нагрузки и курение, Не посещать бани, сауны.
- Общее состояние здоровья. Должно быть удовлетворительным. Инфекционно-воспалительные процессы влияют на концентрацию и активность сперматозоидов. Рекомендовано отложить исследование до момента полного выздоровления.
- Диета. За 5 дней до сдачи биоматериала исключить из рациона жирное, жареное, соленья, копчености, алкоголь.
- Отмена препаратов. Предварительно за 5-7 дней до исследования уведомить врача обо всех принимаемых препаратах. Возможно потребуется временная отмена некоторых лекарств или коррекция дозировки. Исключить прием антибиотиков (не ранее, чем через 2 недели после последнего приема), прием лекарственных средств, негативно влияющих на подвижность сперматозоидов.
- Исключить использование презервативов при сборе эякулята, поскольку их состав может повлиять на жизнеспособность сперматозоидов. Также неприемлем прерванный половой акт ввиду потери некоторого количества эякулята.
- Необходимо доставить материал (сперму) в течение 30 минут от момента забора, согревая пробирку в руке или подмышечной впадине (при температуре тела).

Важно! Бесплатно получить контейнер для сбора биоматериала можно в клинике на ресепшене.