

## Co ovlivňuje spermiogram



Se svou partnerkou plánujete rodinu a chcete proto udělat co nejlíp?

### Jaké faktory nejvíce ovlivňují výsledek spermiogramu

Kvalita spermatu je ovlivněna spousta faktory, které pochází především z přístupu samotného pacienta. Nejčastěji to bývá nezdravý životní styl například: nadměrný stres, kouření a pití alkoholu, obezita, nadměrné posilování, koupel v horké vodě (dokonce i saunování), těsné spodní prádlo.

### Faktory, které zlepšují spermiogram a kvalitu spermií

Na podporu spermatu doporučuji užívat doplňky stravy např. vitamín E a C.

Na dodatečné vyšetření spermatu existují další testy např. **Hypoosmotický test**: Zjišťuje se integrita spermií za pomoci hypoosmolárního roztoku, kdy živé spermie "nabobtnají". Zajímavým je i tzv. **Postejakulační rozbor moči**, kde se za pomoci mikroskopu zjišťuje přítomnost spermií.

Autor článku ondra, článek byl napsán 19.03.2015.

URL článku: <http://oreprodukci.cz/clanky/co-ovlivnuje-spermiogram>.