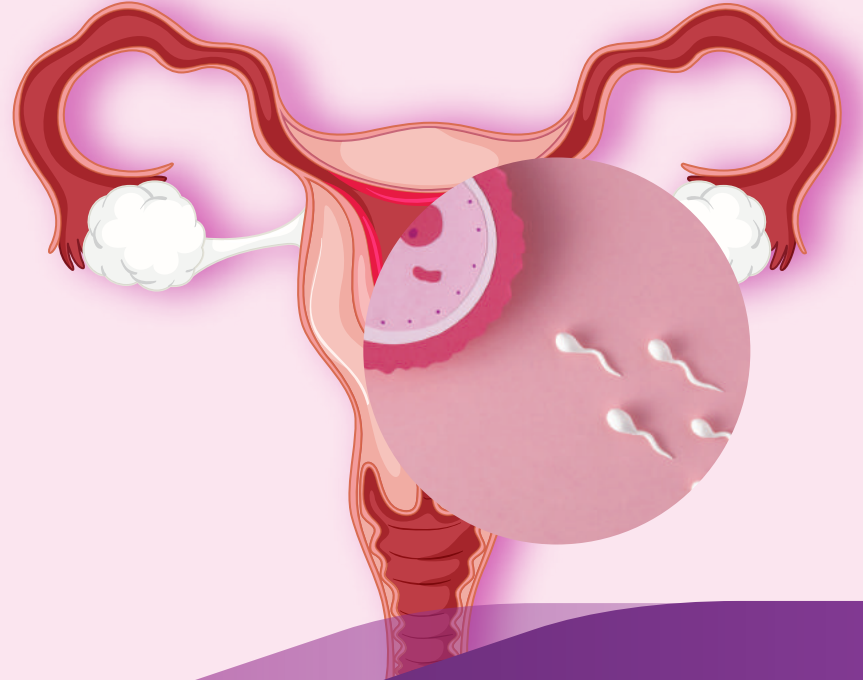


زرخیزی مته



زرخیزی کیا ہے؟

زرخیزی بچہ پیدا کرنے کی قدرتی صلاحیت ہے۔ اس میں مرد اور عورت دونوں صحت مند نطفہ اور انڈے پیدا کرنے کے قابل ہوتے ہیں اور حمل شروع کرنے کے لیے کامیابی کے ساتھ ان کو یکجا کرتے ہیں



صرف عورت ذمہ دار ہے؟

مردوں کی شمولیت اور وجوہات پر دباؤ ڈالیں

بانجھ پن مردوں اور عورتوں دونوں کو برابر متاثر کرتا ہے۔

بانجھ پن کی وجوہات تقریباً
بہن مردانہ عوامل کی وجہ سے ہوتی ہیں 40-50%



کم سپرم
کاؤنٹ



جینیاتی
شرائط



ہرمونل
عدم توازن



تہباکو نوشی



ناقص سپرم
حرکت پذیری



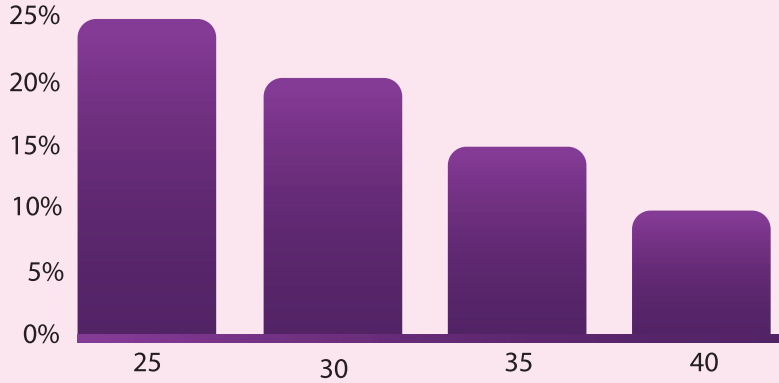
غیر معمولی
سپرم کی شکل
(مورفولوجی)

قدرتی زرخیزی کے بارے میں تعلیم دیں

زرخیزی بچے پیدا کرنے کی قدرتی حیاتیاتی صلاحیت ہے۔ اس سے مراد کسی فرد یا آبادی کی ممکنہ زرخیزی ہے، جس میں حاملہ ہونے اور حمل کو مکمل مدت تک لے جانے کی صلاحیت شامل ہے۔ زرخیزی مختلف عوامل سے متاثر ہوتی ہے جیسے عمر، صحت، جینیات اور ماحولیاتی حالات۔

ہر ماہ عمر کے لحاظ سے حاملہ ہونے کے امکانات

زرخیزی میں امکانات کا نظریہ



دن
اوسط کے
ماہواری
سائیکل

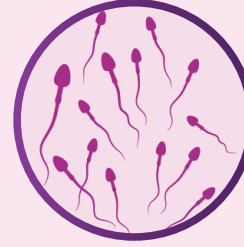
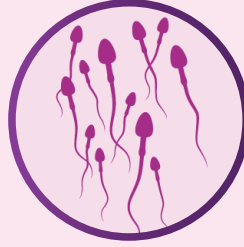
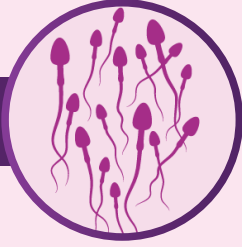
منی کاتجزیہ

مورفولوجی

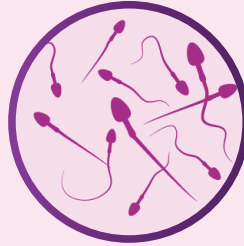
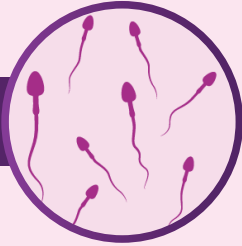
موٹیلٹی

ارتکاز

عام

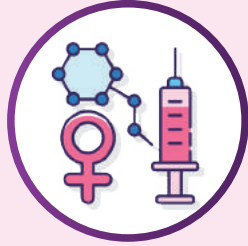


غیر معمولی



منی میں بہتری

ہارمونل تھراپی



منی میں بہتری



صحت مند غذا



باقاعدہ مشق



تمباکو نوشی اور شراب
سے گریز کریں



تناؤ کم کریں



جدید دور میں تشخیص اور علاج

کواکس اور بابا جی کے بارے میں افسانے چھوڑ دو

اسناد کی کمی

جھوٹے دعوے

غیر سائنسی طریقے

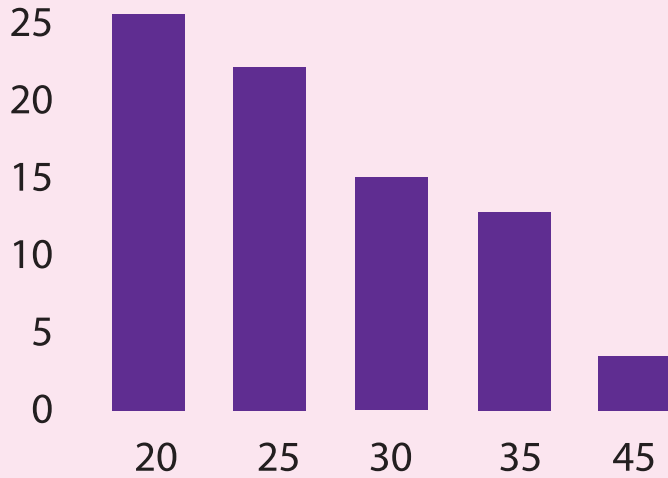
مؤثر علاج میں تاخیر

عقیدے کا استحصال

نقصان کا خطرہ

عمر اور زرخیزی

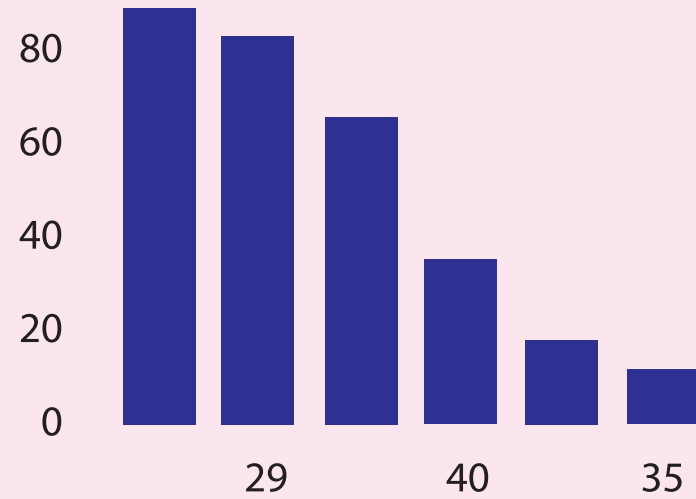
عورتوں میں زرخیزی میں کمی



عمر کا گروپ عورت

عورت

زرخیزی میں کمی مردوں میں



عمر کا گروپ مرد

مرد

طرز زندگی کی اہمیت

زرخیزی پر منفی اثرات



تہباکو نوشی / تہباکو



شراب کا استعمال



منشیات



سٹیرائڈز

صحت مند انتخاب کے لیے عملی مشورہ



تہباکو نوشی چھوڑنا



اعتدال کے ساتھ شراب کا استعمال



صارفین کو صحت کی
دیکھ بھال فراہم کرنے والا



ایک صحت مند طرز زندگی اپنائیں