

Tinh trùng yếu - Nguyên nhân hàng đầu gây vô sinh nam và giải pháp từ Linh Tự Đan

15:29 21/08/2022

Tinh trùng yếu là một trong những vấn đề thường gặp, ảnh hưởng đến đời sống sinh hoạt vợ chồng cũng như sức khỏe sinh sản. Nếu tinh trùng kém chất lượng sẽ khiến khó mang thai hơn. Ngày nay, nhiều cặp vợ chồng mắc tinh trùng yếu đã mang thai tự nhiên nhờ có Linh Tự Đan.

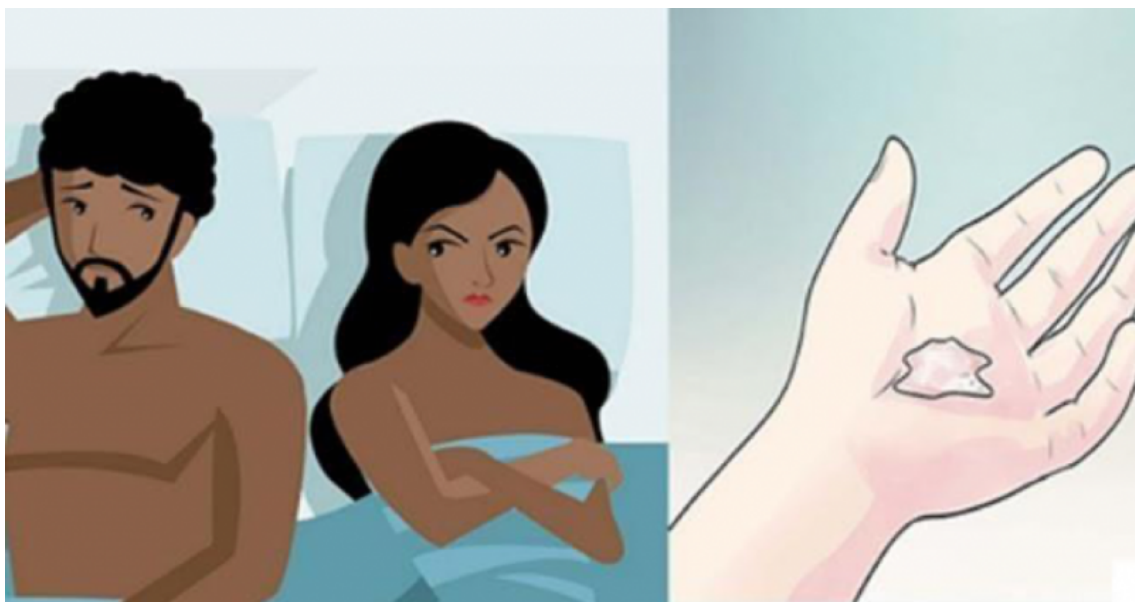
Tinh trùng yếu là gì?

Tinh trùng yếu được định nghĩa là tình trạng chất lượng của tinh trùng bị suy giảm. Tỷ lệ tinh trùng di động nhỏ hơn 75%, tỷ lệ chết và không di động nhiều hơn 25%. Tỷ lệ tinh trùng di động thấy được dưới kính hiển vi nhỏ hơn 50%, di động nhanh dưới 25%.

Mỗi lần xuất tinh, lượng tinh dịch thường ít hơn 2ml, số lượng tinh trùng ít hơn 40 triệu con. Đây là những con số mà chỉ khi người bệnh thực hiện thăm khám mới so sánh được. Vậy nguyên nhân nào dẫn tới tinh trùng yếu?

Vì sao nam giới bị tinh trùng yếu?

Theo các chuyên gia chia sẻ, nguyên nhân khiến tinh trùng yếu vô cùng đa dạng, nó có thể xuất phát từ môi trường, từ thói quen vận động, sinh hoạt và cả chế độ ăn uống không phù hợp hay do hệ thống sinh dục bị tổn thương về thực thể. Tuy nhiên, nguyên nhân sâu xa vẫn là do 3 yếu tố sau đây:



Nguyên nhân gây tinh trùng yếu được cho là do thói quen sinh hoạt.

- Do thiếu hụt chất dinh dưỡng và năng lượng của tế bào hợp tử:

Tế bào hợp tử thường có đặc điểm sinh sản gấp đôi so với tế bào bình thường nên cần nhiều năng lượng và chất nuôi dưỡng hơn. Khi khí huyết ứ trệ, cơ quan sinh dục không thể nhận đủ dinh dưỡng, tinh hoàn không thể sản xuất được tinh trùng hoặc nếu có thì mật độ tinh trùng ít, yếu hoặc bị dị dạng,...

- Do suy giảm hoặc rối loạn nội tiết tố nam:

Mất cân bằng hay thiếu hụt hormone nam sẽ gây ra tình trạng tinh trùng yếu, rối loạn xuất tinh hoặc xuất tinh quá sớm. Điều này không những ảnh hưởng tới chuyện "chăn gối" của vợ chồng mà còn làm gia tăng nguy cơ **vô sinh** hiếm muộn.

- Do viêm nhiễm:

Viêm tắc đường ống dẫn tinh khiến nam giới gặp khó khăn trong việc phóng tinh dịch, tinh trùng hao hụt nhiều năng lượng sẽ dần trở nên yếu đi; Trong tinh dịch không có tinh trùng di động hoặc tăng nguy cơ xuất tinh ngược dòng.

Dấu hiệu tinh trùng yếu là gì?

Dựa vào các nguyên nhân, người ta chỉ ra những dấu hiệu có thể gợi ý cho nam giới khi mắc tinh trùng yếu như sau:

Số lượng tinh dịch ít, loãng như nước vo gạo

Tinh dịch vón thành các hạt trắng nhỏ như hạt cơm, khi bóp có cảm giác mịn như bột.

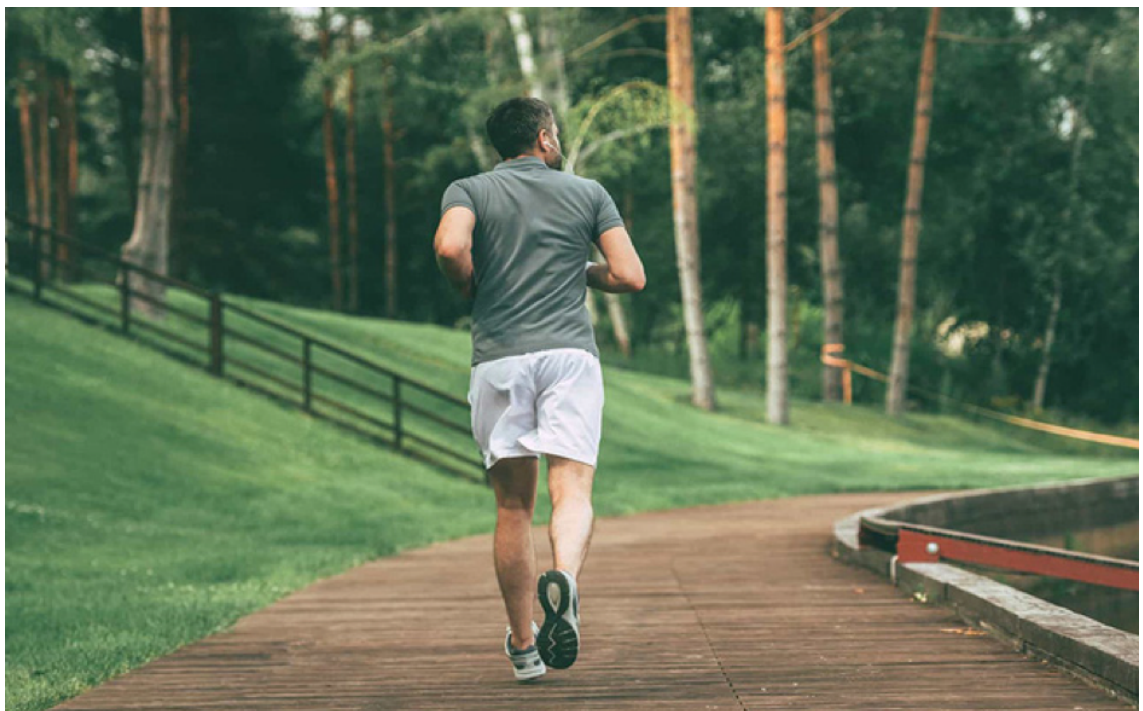
Ở nhiệt độ 37°C, tinh dịch từ trạng thái quá nhiệt hóa lỏng sau khoảng thời gian chưa đến một giờ.

Màu sắc tinh dịch thay đổi bất thường, có thể có màu xanh, vàng, nâu do lẫn kèm máu

Làm thế nào để nâng cao chất lượng tinh trùng?

Làm tốt những điều sau đây không chỉ nâng cao sức khỏe nam giới mà còn tạo môi trường thuận lợi để tinh trùng phát triển thuận lợi:

- Tăng cường rèn luyện thể thao: Khi cơ thể quá béo thì nhiệt độ ở háng sẽ tăng cao, ảnh hưởng đến sự sinh trưởng bình thường của tinh trùng. Chính vì vậy, vận động sẽ giúp cải thiện cân nặng, từ đó cải thiện được chất lượng của tinh trùng.



Tăng cường vận động mỗi ngày sẽ giúp nâng cao chất lượng tinh trùng.

- Không sử dụng thuốc lá: Hút thuốc là nguyên nhân chủ yếu làm tinh trùng yếu. Vì thế, việc cai thuốc là bắt buộc, cần thực hiện ngay để không ảnh hưởng đến chất lượng tinh trùng.

- Hạn chế sử dụng rượu, bia, chất kích thích: Uống rượu/bia/chất kích thích nhiều sẽ làm giảm chất lượng tinh trùng nặng nề.

- Nói không với các loại thuốc gây tê và gây mê.

- Nên có chế độ nghỉ ngơi, thư giãn: Cố gắng thư giãn, thả lỏng tinh thần, tránh để tâm trạng stress kéo dài, thay vào đó có thể đi bộ và tắm nhẹ trước khi bước vào cuộc yêu.

- Ăn uống khoa học, đặc biệt bổ sung các loại vitamin C, E, kẽm, omega-3 có lợi cho tinh trùng.

Có thể thấy, khi áp dụng các phương pháp này, chúng ta mới chỉ tác động được vào bề nổi của vấn đề chứ chưa đi sâu vào nguyên nhân cốt lõi nên chất lượng tinh trùng chưa thực sự cải thiện nhiều. Muốn nhanh hiệu quả mà lại an toàn, nhiều người còn kết hợp sử dụng thêm giải pháp từ thảo dược.

Cải thiện hiệu quả tình trạng tinh trùng yếu nhờ **Linh Tự Đan**

Từ xa xưa, người ta đã biết đến cách sử dụng các bài thuốc đông y như: Bạch tật lê, nhân sâm, keo ong, hoàng bá,... để cải thiện chất lượng và số lượng tinh trùng. Dựa trên cơ chế trị liệu của đông y là bồi bổ tận gốc, do đó mà không lo gặp phải các tác dụng không mong muốn. Tới năm 2013, ứng dụng những thành tựu của phương pháp y học cổ truyền, các nhà khoa học đã kết hợp với dây chuyền công nghệ hiện đại cho ra đời thực phẩm bảo vệ sức khỏe **Linh Tự Đan** giúp cải thiện tình trạng tinh trùng yếu theo cả 3 cơ chế.



Linh Tự Đan giúp cải thiện tình trạng tinh trùng yếu.

Cơ chế 1: Tăng cường dinh dưỡng và năng lượng cho tế bào hợp tử, bổ khí cho nam giới

Việc bổ sung năng lượng cho tế bào hợp tử có ý nghĩa rất lớn giúp đảm bảo chức năng sinh sản của nam giới. Các thành phần có trong viên uống Linh Tụ Đan đáp ứng được yêu cầu này bao gồm:

- Nhân sâm: Giúp cường tráng thân thể, bổ dưỡng nguyên khí, tác dụng tốt đối với người bị liệt dương, xuất tinh sớm.
- L - Arginine: Có tác dụng tăng lượng máu về cơ quan sinh sản.
- L - Carnitine: Tăng cường quá trình hình thành và phát triển của tế bào tinh hoàn.
- Kẽm: Là nguyên tố vi lượng cần thiết đối với sự trưởng thành của tinh trùng.
- Acid folic: Là vi chất cần thiết, giúp tăng cường sức khỏe của tinh trùng.

Cơ chế 2: Điều hòa hormone trong cơ thể

- **Bạch tật lê**: Có tác dụng làm tăng ham muốn quan hệ tình dục.
- Kẽm: Là nguyên tố vi lượng cần thiết cho quá trình trao đổi của các hormone sinh dục, chức năng của tinh hoàn.

Cơ chế 3: Kháng khuẩn, chống viêm

- Keo ong: Có hoạt tính kháng khuẩn tự nhiên, chống viêm, giúp bảo vệ tế bào trước sự tấn công của các gốc tự do, hỗ trợ kích thích hệ miễn dịch.
- Hoàng bá: Có tác dụng kháng khuẩn, chống viêm, giảm tiết dịch và giúp tái tạo những nơi bị tổn thương.

Có thể nói, Linh Tụ Đan là sự lựa chọn đúng đắn cho phái mạnh nếu bị thiếu hụt tinh hay tinh trùng yếu và được nhiều chuyên gia về sức khỏe sinh sản khuyên dùng.

Có thể thấy, Linh Tụ Đan là sự lựa chọn đúng đắn và phù hợp cho những cặp vợ chồng khi gặp vấn đề về chuyện sinh nở. Không những thế, sản phẩm còn được nghiên cứu tại 2 bệnh viện phụ sản lớn trên cả nước như Bệnh viện Phụ sản Trung ương và Bệnh viện Từ Dũ.

Kết quả nghiên cứu cho thấy: Sử dụng Linh Tụ Đan giúp tăng số lượng và chất lượng tinh trùng. Cụ thể như sau:

Mật độ tinh trùng tăng từ 31 triệu lên 41 triệu

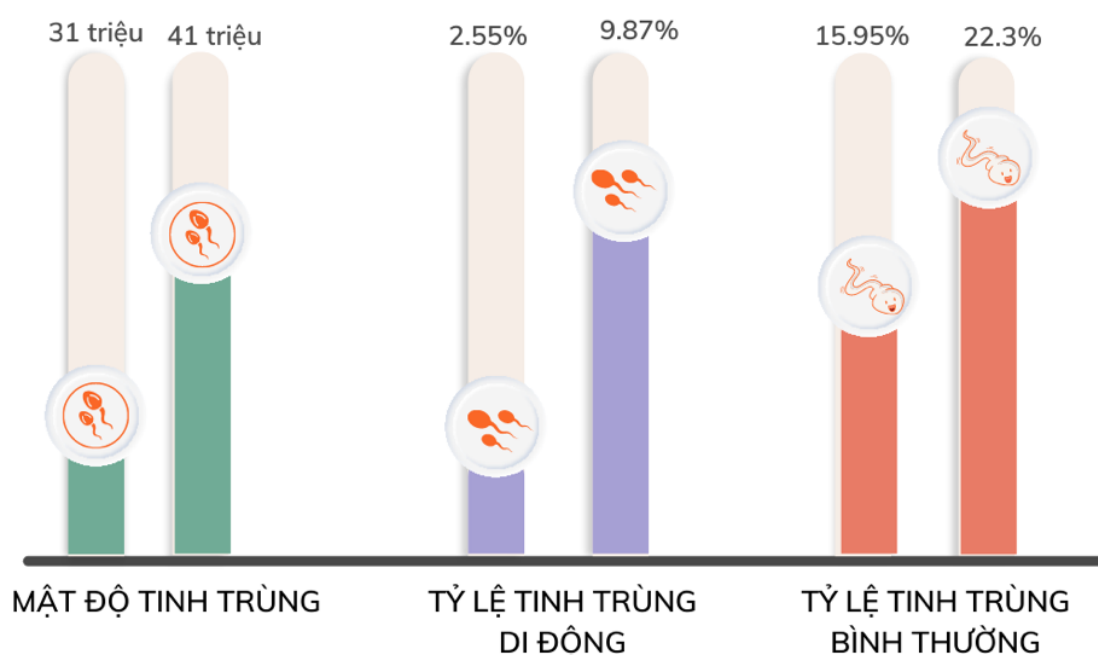
Tỷ lệ tinh trùng di động tăng từ 2.55% lên 9.87%

Tỷ lệ tinh trùng bình thường tăng từ 15.95% lên 22.3%

Nhờ vậy mà rất nhiều cặp vợ chồng đã có con. Đặc biệt, Linh Tự Đan không gây tác dụng phụ nào trong quá trình sử dụng.

KẾT QUẢ NGHIÊN CỨU LINH TỰ ĐAN

BỆNH VIỆN PHỤ SẢN TRUNG ƯƠNG



Chất lượng tinh trùng hoàn toàn có thể cải thiện nếu như người bệnh có lối sống sinh hoạt điều độ. Hãy luôn giữ tâm lý thoải mái, xây dựng chế độ dinh dưỡng và kết hợp sử dụng Linh Tự Đan mỗi ngày bạn nhé.

Lam Chi

**Thực phẩm này không phải là thuốc và không có tác dụng thay thế thuốc chữa bệnh.*