



К факторам, значительно снижающим мужскую фертильность, учёные из США отнесли езду на велосипеде. В то же время, спиртное и кофе будущим отцам отныне разрешены – они покинули список продуктов вредных для воспроизведения потомства.

Влиянию кофеина и алкоголя на качество мужской спермы посвятили исследования группы учёных из США и Франции. Результаты их изысканий были представлены на совместном заседании Международной федерации обществ по проблемам фертильности (IFFS) и Американского общества репродуктивной медицины (ASRM) в Бостоне.

Шансы мужчины зачать ребёнка не зависят от количества потребляемого им кофе и алкоголя, что опровергает давний стереотип о прямой зависимости фертильности от этих продуктов. Обратное доказали около 5 тыс. мужчин, участвовавших в исследованиях во Франции, а также около 200 американцев, имевших проблемы с качеством спермы и, соответственно, со способностью к оплодотворению. Генетический анализ показал, что ДНК сперматозоидов не меняется под воздействием кофеина, а значит, проблемы с фертильностью вызваны сочетанием других факторов.

Одним из них, как выяснилось, является езда на велосипеде: создаваемая во время велопробежки температура и давление негативно влияют на фертильность и снижают её на 34%.

Для того чтобы зачать здорового ребёнка в нужное время, врачи советуют мужчинам больше времени проводить на солнце и свежем воздухе – минимум 1,5 часа в неделю. Под воздействием солнечного света в организме повышается уровень витамина D,

Учёные: езда на велосипеде снижает способность мужчин к оплодотворению

Автор: Владимир Завзятый, Надо.ua
20.01.2014 13:30

вливающего на мужскую плодовитость.

Читайте также:

[Мифы и правда о зачатии](#)

[Англия может стать первой страной, где появится ребёнок от трёх родителей](#)

[Что такое мужское бесплодие?](#)

[Вегетарианская диета делает мужчин бесплодными?](#)

[Источник](#)