



Kouření a nikotin - rizika před početím

Kouření nebo užívání výrobků s tabákem či nikotinem přináší v těhotenství řadu komplikací a současně může mít vliv na samotnou šanci otěhotnět. Kombinace oxidu uhelnatého, těžkých kovů, nikotinu a mnoha dalších nebezpečných toxických a chemických látek je důvodem, proč je kouření cigaret pokládáno za nejčastější rizikový faktor, který může způsobit problémy s plodností jak u žen, tak u mužů.

Kuřáčky častěji trápí gynekologické obtíže, zejména nepravidelný menstruační cyklus, porucha tvorby pohlavních hormonů, anovulace nebo dřívejší nástup menopauzy. Kouření má nepříznivý účinek na funkci vaječníků a vejcovodů. U kuřáček je vyšší výskyt spontánních potratů a mimoděložních těhotenství. Ženy, které kouří, mohou mít větší potíže s početím, způsobené menším množstvím zralých vajíček. Kouření má také významný negativní vliv na průběh a úspěšnost léčby neplodnosti, pokud žena podstupuje umělé oplodnění. S neplodností žen je spojováno i tzv. pasivní kouření. Pasivnímu kouření bývají vystaveni lidé, kteří sice sami nekouří, ale přitom se pohybují v prostředí, kde se kouří.

U mužů má kouření vliv na kvalitu spermatu (nižší počet, menší pohyblivost, menší množství normálně tvarovaných spermií a poškození DNA spermií). Nikotin způsobuje zúžení cév a tím dochází k omezení průtoku krve do penisu, což může vést k neschopnosti dosáhnout nebo udržet erekci.

Vaše rozhodnutí nyní nekouřit může v budoucnu ovlivnit vaši schopnost počít a donosit zdravé dítě. Ideální je, pokud žena i muž nekouří ani neužívají výrobky s nikotinem již v době plánování těhotenství, tedy alespoň 3-6 měsíců před otěhotněním.

[Plánujete miminko?](#)