نحوه استفاده از کیت تخمک‌گذاری و تحلیل نتایج آن

ممکن است تلاش بسیاری از زوج‌های جوان برای فرزند‌آوری و بچه‌دار شدن با نتیجه‌ای همراه نباشد و همین امر موجب استرس و نگرانی‌های بسیاری برای آنها شود. جواب نگرفتن در اقدام به بارداری می‌تواند نتیجه‌ی انتخاب زمانی نامناسب برای این امر باشد. بر پایه‌ی علوم زیست‌شناسی زیگوت یا سلول تخم که هسته‌ی اولیه‌ی جنین است، از لقاح تخمک زن و اسپرم مرد به وجود می‌آید. لقاح زمانی صورت خواهد گرفت که اسپرم و تخمک، هر دو وجود داشته باشند؛ پس بارداری نیز در چنین شرایطی ممکن است.

تخمک در بازه‌ی مشخصی از دوره‌ی قاعدگی زنان از تخمدان‌ها آزاد می‌شود و در همان زمان قدرت بارور شدن دارد؛ به طوری که تخمک پس از بالغ شدن در تخمدان‌ها، آزاد می‌شود و فقط به مدت ۲۴ ساعت زنده و آماده لقاح است و پس از آن تجزیه می‌شود؛ این در حالی است که اسپرم از ۲ تا ۶ روز توانایی بقا، زنده ماندن و بارور کردن تخمک را دارد.

دوره‌ی قاعدگی در زنان می‌تواند از دوره‌های ۲۱ روزه تا ۳۵ روزه باشد. به دلیل اختلاف دوران قاعدگی در زنان، بهترین راه تشخیص روز تخمک‌گذاری، شناسایی روزهایی است که احتمال تخمک‌گذاری در آنها وجود دارد. تخمک‌گذاری یک فرآیند ۲۴ ساعته است که احتمال وقوع آن در یک بازه‌ی ۱۲ تا ۱۶ روزه قبل از قاعدگی بعدی ممکن است. البته در سایر مواقع هم احتمال بارداری وجود دارد ولی احتمال آن بسیار پایین و چیزی حدود ۳۰ درصد است.

با توجه به مسائل مطرح شده، بهترین راه افزایش احتمال بارداری، فراهم آوردن شرایط ملاقات اسپرم و تخمک برای انجام لقاح است. برای تحقق این امر کافی است بدانید تخمک در چه زمانی آزاد میشود.

برای اطمینان از روز دقیق تخمک‌گذاری می‌توانید از کیت تخمک‌گذاری استفاده کنید.

کیت تخمک‌گذاری (OPK)

کیت تخمک‌گذاری یک نوع آزمایش بسیار ساده است که می‌تواند با اندازه‌گیری میزان هورمون LH موجود در ادرار، زمان آغاز تخمک‌گذاری را به شما نشان دهد. هورمون LH به یک میزان مشخص همواره در خون و ادرار دیده می‌شود اما آنچه که اندازه‌گیری این هورمون را به یک راه مناسب برای تشخیص زمان تخمک‌گذاری تبدیل کرده، افزایش ۲ تا ۵ برابری این هورمون در طول ۱۶ الی ۳۵ ساعت قبل از تخمک‌گذاری است.

اگر شما هم از اقدام به بارداری نتیجه‌ای نگرفتید، بهتر است با استفاده از این کیت و تشخیص زمان تخمک‌گذاری، با داشتن رابطه‌‌ی جنسی مداوم در مدتی که بدن شروع به تخمک‌گذاری می‌کند، امکان لقاح موفق را فراهم کنید تا صاحب فرزند شوید.

نحوه استفاده از کیت تخمک‌گذاری

استفاده از این کیت به راحتی استفاده از بی‌بی چک است. برای استفاده از این کیت می‌توانید کیت را به مدت ۵ تا ۷ دقیقه در ظرفی که ادرار خود را در آن جمع‌آوری کردید قرار دهید یا کیت را بصورت مستقیم زیر ادرار خود بگیرید.

پس از انجام این مرحله روی کیت دو خط را مشاهده می‌کنید که یکی از این دو خط که پررنگ‌ است، میزان پایه‌ی این هورمون را نشان می‌دهد و خط دیگر جواب تست شما خواهد بود.

در استفاده از این کیت نکته‌ی حائز اهمیت، در نظر گرفتن یک زمان مشخص بین ۱۰ صبح تا ۸ شب برای انجام تست در بازه‌ی روزهایی است که احتمال تخمک‌گذاری در آن وجود دارد، است. اگر روزهای ابتدایی جواب نگرفتید، در روزهای آینده نیز این تست را مجدد انجام دهید تا روز تخمک‌گذاری مشخص شود. در واقع هر کیت بسته به برندی که می‌خرید ۵ الی ۹ کیت دارد، باید در طی هر قاعدگی برای تشخیص روز تخمک‌گذاری مورد استفاده قرار گیرد.

تحلیل جواب کیت تخمک‌گذاری

* اگر جواب تست شما یک خط کم‌رنگ است، هنوز میزان LH به پیک خود نزدیک نشده و در واقع هنوز با روز تخمک‌گذاری خود فاصله دارید.
* در مواقعی که جواب تست منفی است، مدتی بعد از جواب تست، رنگ نوار تست کم کم بی‌رنگ‌ می‌شود.

 در چنین مواردی آزمایش را در طی روزهای بعد، با رعایت نکاتی که گفته شد ادامه دهید.

* اگر خط تست شما پررنگ‌ است، می‌توانید این برداشت را داشته باشید که هورمون وارد پروسه پیک خود شده و یا در پیک خود قرار داشته باشد، این به معناست که سطح این هورمون رو به افزایش است و یا در بالاترین میزان خود قرار دارد؛پس شما به روز تخمک‌گذاری خود نزدیک شده و یا در روز تخمک‌گذاری قرار دارید.

در این صورت می‌توانید یک رابطه‌ی جنسی مداوم داشته باشید تا مطمئن شوید که در زمان آزاد شدن تخمک، سلول تخم تشکیل شود. در این صورت با توجه به زنده ماندن اسپرم به طول ۲ تا ۶ روز، احتمال بارداری بسیار بالاست.

رعایت مواردی موثر بر نتیجه‌ی تست

* 4 ساعت قبل از انجام تست بیش از حد مایعات مصرف نکنید.
* 4 ساعت قبل از انجام تست زیاد ادرار نکنید.

دقت اندازه‌گیری در کیت تخمک‌گذاری

کیت تخمک‌گذاری فقط و فقط میزان LH ادرار را اندازه‌گیری می‌کند و اینکار را با دقتی بالغ بر ۹۷ درصد انجام می‌دهد. نتیجه‌ی این کیت می‌تواند تضمینی برای نزدیک شدن به روز تخمک‌گذاری باشد و نه تضینی برای آزادسازی تخمک؛ چرا که بر طبق جواب تست شما اگر در روزهای نزدیک به تخمک‌گذاری و یا روز تخمک‌گذاری قرار دارید، تخمک‌گذاری قاعدتاً باید انجام شود. انجام نشدن تخمک‌گذاری می‌تواند به دلیل تنبلی تخمدان یا نارسایی تخمدان رخ دهد که توصیه می‌شود اگر با داشتن رابطه‌ی جنسی در طول روزهای تخمک‌گذاری در چند دوره‌ی قاعدگی نتیجه‌ی مطلوب را نگرفتید، به پزشک مراجعه کنید.

**مزایا و معایب کیت تخمک‌گذاری**

از مزایای این کیت می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

۱- رنج قیمت متفاوت که تهیه کیت برای هر شخص با توجه به قدرت خرید وی را فراهم کرده.

۲- سهولت دسترسی؛ امکان خرید آن بدون نسخه‌ی پزشک در تمام داروخانه‌ها، سوپرمارکت ‌های بزرگ و معتبر را فراهم کرده.

۳- هر کیت ۵ الی ۹ نوار تست دارد.

4- آسان بودن انجام تست نسبت روش‌هایی از قبیل اندازه‌گیری دمای بدن به صورت روزانه و یا انجام سونوگرافی‌های چندباره برای اندازه‌گیری سایز فولیکول

از معایب این کیت نیز می‌توان این موارد را برشمرد:

1- استفاده برخی داروهای بارداری ممکن است بر جواب تست تاثیر بگذارد.

2- برای بانوانی که در دوران یائسگی هستند جواب نمی ‌دهد.