

Μαραγιάννη Ουρανία

«Άγχος και υπογονιμότητα»

Περίληψη

Το άγχος είναι η αντίδραση του σώματος σε οποιαδήποτε αλλαγή που απαιτεί προσαρμογή ή απόκριση. Το σώμα αντιδρά σε αυτές τις αλλαγές με σωματικές, ψυχικές και συναισθηματικές απαντήσεις. Το άγχος είναι ένα φυσιολογικό μέρος της ζωής. Το άγχος, που συνεχίζεται χωρίς ανακούφιση, μπορεί να οδηγήσει σε μια κατάσταση που ονομάζεται δυσφορία - μια αρνητική αντίδραση στρες. Η δυσφορία μπορεί να διαταράξει την εσωτερική ισορροπία ή την ισορροπία του σώματος, οδηγώντας σε σωματικά συμπτώματα όπως πονοκεφάλους, στομαχικές διαταραχές, αυξημένη αρτηριακή πίεση, θωρακικό πόνο, σεξουαλική δυσλειτουργία και προβλήματα στον ύπνο. Το θετικό άγχος θεωρείται ένας σημαντικός παράγοντας για την παρακίνηση, την προσαρμογή και την αντίδραση στο περιβάλλον. Ωστόσο, τα υψηλά επίπεδα άγχους μπορούν να οδηγήσουν σε βιολογικά, ψυχολογικά και κοινωνικά προβλήματα και ακόμη και σε σοβαρές βλάβες για τους ανθρώπους. Οι γυναίκες με υπογονιμότητα αναφέρουν αυξημένα επίπεδα άγχους και κατάθλιψης, οπότε είναι σαφές ότι η υπογονιμότητα προκαλεί άγχος. Αυτό που είναι λιγότερο σαφές, ωστόσο, είναι εάν το άγχος προκαλεί ή όχι υπογονιμότητα. Η παρούσα μελέτη στοχεύει να συγκεντρώσει διάφορες διαστάσεις βάσεων, θεωρητικά και συστηματικά βιβλιογραφική ανασκόπηση των μελετών στρες. Αυτή η ανασκόπηση περιλαμβάνει τη γνώση του άγχους σε τομείς όπως ο ορισμός, οι έννοιες, το ιστορικό, τα μοντέλα και οι επιρροές του στρες στην ανθρώπινη καθημερινή ζωή και ποια η συσχέτιση με την υπογονιμότητα.

Abstract

“Stress and infertility”

Stress is the body's reaction to any change that requires adjustment or response. The body responds to these changes with physical, mental and emotional responses. Stress is a normal part of life. Stress, which goes on without relief, can lead to a condition called discomfort - a negative stress response. Discomfort can upset the internal balance or balance of the body, leading to physical symptoms such as headaches, stomach upsets, high blood pressure, chest pain, sexual dysfunction and sleep problems. Positive stress is considered to be an important factor in motivating, adapting and reacting to the environment. However, high levels of stress can lead to biological, psychological and social problems and even serious harm to humans. Women with infertility report increased levels of anxiety and depression, so it is clear that infertility causes stress. What is less clear, however, is whether or not stress causes infertility. The present study aims to gather various dimensions of bases, theoretical and systematic bibliographic review of stress studies. This review includes knowledge of stress in areas such as the definition, concepts, history, patterns and effects of stress on human daily life and what is the correlation with infertility.