Buat 2 artikel 400 kata

Keyword utama : alat pengukur kesuburan wanita

**Cara Menggunakan Alat Pengukur Kesuburan Wanita Maupun Secara Alami**

Para wanita memang dianugerahkan Tuhan menjadi seorang ibu. Bagi ibu yang sedang menjalani program kehamilan, ada baiknya untuk memeriksa masa subur menggunakan alat pengukur. Berikut ini cara menggunakan alat pengukur kesuburan wanita:

1. **Alat deteksi masa subur wanita**

Setelah menikah, kehamilan adalah yang paling ditunggu pasangan suami-istri, hadirnya seorang anak yang dapat mempererat pernikahan. Namun, proses kehamilan bagi seorang wanita berbeda-beda, ada yang hamil dalam waktu yang cepat, namun ada juga yang sudah menikah tetapi belum hamil. Bahkan saat hamil tidaknya semua berjalan dengan lancar sampai lahiran. Seringkali wanita jarang memperhatikan masa suburnya, sehingga wanita tidak mengetahui bahwa dirinya sedang hamil. Jika itu terjadi, wanita sering berlebihan beraktivitas hingga berakibat fatal, ataupun memakan yang dilarang saat hamil. Melalui alat pengukur kesuburan wanita, masa subur wanita bisa dideteksi terlebih lagi saat awal mulai menjalani pernikahan. Tentu, hamil menjadi waktu yang paling dinantikan bagi keluarga. Alat tersebut mirip dengan alat tes kehamilan (test pack), bedanya alat pengukur kesuburan biasanya digunakan wanita yang mengalami PCOS (sindrom ovarium polikistik) yang dapat berpengaruh terhadap hormon LH. Apabila hormon tersebut meningkat, artinya masa ovulasi akan datang dan menjadi waktu terbaik melakukan hubungan seksual dengan tujuan mendapatkan keturunan.

1. **Mengukur suhu basal**

Selain menggunakan alat pengukur kesuburan, bisa juga diukur melalui suhu basal tubuh, yang dilakukan pada waktu tubuh beristirahat. Alat yang digunakan cukup memakai termometer yang sudah dilengkapi dengan fitur pengukur khusus suhu basal tubuh, suhu tubuh yang meningkat dari biasanya artinya bisa jadi wanita sedang dalam masa ovulasi. Hal ini dipengaruhi oleh indung telur wanita mengeluarkan hormon progesteron dan menyebabkan suhu tubuh meningkat. Agar deteksinya menjadi valid, disarankan untuk mengukur suhu tubuh basal setiap hari pada saat menstruasi dengan catatan rutin.

1. **Deteksi menggunakan lendir serviks**

Melalui lendir serviks, Anda juga bisa mengecek masa ovulasi melalui perubahan lendir dari warnanya yang sedikit keputihan ataupun transparan seperti putih telur, tekstur lendir lebih elastis dan licin. Namun, kendalanya terkadang sulit membedakan antara keputihan atau memang sedang mengalami masa subur.

Itulah tadi cara menentukan masa subur wanita dengan menggunakan alat pengukur kesuburan wanita maupun dengan cara-cara yang alami. Tujuannya adalah agar wanita cepat hamil dan mendapatkan momongan seperti harapan pasangan suami-istri dan keluarga. Meskipun usia pernikahan sudah berlangsung lama dan belum juga mendapatkan kesempatan hamil. Akan tetapi, tetap berusaha dan ikhtiar dengan berbagai macam kemungkinan yang bisa saja terjadi. Dengan langkah-langkah tersebut, bisa saja keberuntungan sedang berpihak dengan Anda. Rutin melakukan pemeriksaan suami-istri ke dokter kandungan jika dengan cara-cara tersebut masih belum berhasil. Semoga bermanfaat.

Keyword utama: alat pengukur kesuburan wanita

**Jenis-jenis Tes yang Digunakan untuk Mengukur Kesuburan Pria dan Wanita**

Lambatnya kehamilan pada wanita tidak selalu berhubungan dengan masalah kesuburan wanita, melainkan bisa juga terjadi pada laki-laki. Jika dalam rentan waktu setahun lebih rutin berhubungan seksual, namun belum juga ada tanda-tanda kehamilan, ada baiknya menggunakan alat pengukur kesuburan wanita. Berikut ini jenis tes melihat kesuburan pria dan wanita:

1. **Tes mengukur kesuburan pada pria**

Pria juga bisa menyebabkan susahnya kehamilan pada wanita, dikarenakan pria mengalami masalah pada kesuburannya. Biasanya dokter akan memeriksa latar belakang kesehatan pria yang mungkin saja ada penyakit bawaan, selanjutnya pemeriksaan pada kesehatan fisik pria. Jika kemungkinan ada cacat dari sistem reproduksi atau penyakit, pernah mengalami kecelakaan atau rendahnya hormon.

Menurunnya kualitas sperma dapat menyebabkan susahnya mempunyai anak biasanya disebabkan terkena panas yang berlebihan, obesitas, mengkonsumsi alkohol, rokok, ataupun narkoba, dan masih banyak lagi penyebabnya. Beberapa tes yang bisa dilakukan untuk kesuburan pria, seperti tes genetik yang dialami pria pada saat jumlah sperma yang dihasilkan sangat sedikit, selain itu, faktor genetik juga bisa berpengaruh seperti ukuran testis pria kecil. Selanjutnya, untuk faktor genetik yang disebabkan kelainan kromosom bisa menggunakan tes mikrodelesi kromosom Y dan karyotype. Jika ada kelainan pada sperma, Anda dapat menggunakan analisis sperma yang bisa menyebabkan pria mandul. Namun, apabila yang bermasalah adalah hormon, Anda bisa menggunakan tes hormon. Kesuburan pada wanita juga bisa dilihat dari beberapa jenis tes ataupun alat pengukur kesuburan wanita.

1. **Tes mengukur kesuburan pada wanita**

Menjaga kesehatan tubuh dengan pola makan yang sehat, olahraga teratur, dan sehat jasmani dan rohani juga dapat membantu mempercepat masa kesuburan wanita. Namun, jika Anda tetap rutin menjaga kesehatan tubuh masih saja belum hamil, artinya ada faktor genetik ataupun faktor-faktor lain yang mempengaruhi keterlambatan kehamilan. Beberapa penyakit juga dapat menghambat kehamilan seperti kista, kanker rahim, penyakit radang panggul, radang usus, dan berbagai macam penyakit berat lainnya. Beberapa jenis tes yang dapat mengukur kesuburan wanita seperti, masalah penyakit wanita pada area panggul dan perut bisa dilakukan tes laparoskopi. Selanjutnya, jika ada masalah di area rahim menggunakan tes histeroskopi, HSG (histerosalpingografi) atau USG transvaginal yang dilakukan pada rahim wanita. Jika ada kendala pada fungsi hormon yang dapat berpengaruh pada ovulasi, tes yang akan dilakukan menggunakan tes fungsi ovarium ataupun tes ovulasi.

Jenis-jenis tes diatas merupakan alat pengukur kesuburan wanita dan pria yang mempunyai kendala dalam hubungan seksual yang menyebabkan sulitnya mendapatkan anak. Jika memang terjadi pada Anda, segera periksa ke dokter untuk mendapatkan solusi yang terbaik. Lakukan lebih awal, agar segera mendapatkan penanganan lebih dini sebelum terlanjur fatal.