

## Οδηγίες συλλογής δείγματος για σπερμοδιάγραμμα

- 
- ✓ Για να είναι αξιολογήσιμα τα αποτελέσματα της εξέτασης, **θα πρέπει:**
    - Το δείγμα να συλλεχθεί μετά από **σεξουαλική αποχή** (αποχή από τη σεξουαλική επαφή και τον αυνανισμό) **τουλάχιστον 2 ημερών, αλλά όχι μεγαλύτερη των 7 ημερών**. Εάν απαιτούνται επιπλέον δείγματα, ο αριθμός των ημερών σεξουαλικής αποχής πρέπει να είναι όσο το δυνατόν πιο σταθερός σε κάθε επίσκεψη.
    - Ο ασθενής να **μην έχει ιστορικό υψηλού πυρετού (>39°C)** τους τελευταίους τρεις τουλάχιστον μήνες
    - Ο ασθενής να **μην έχει κάνει χρήση φαρμακευτικών ή άλλων ουσιών** που μπορεί να βλάψουν το σπέρμα του περιστασιακά
- 
- ✓ Είναι ενδεδειγμένο να ελέγχονται 2-3 δείγματα στο σύνολο ώστε η εκτίμηση της γονιμότητας να είναι επαρκώς τεκμηριωμένη. Τα δείγματα πρέπει να ελέγχονται με 3-4 βδομάδες απόσταση μεταξύ τους (σε κάθε περίπτωση όχι λιγότερη των 7 ημερών ή περισσότερη των 3 μηνών).
- 
- ✓ Το δείγμα πρέπει να λαμβάνεται **με αυνανισμό (χωρίς χρήση λιπαντικού) και εκσπερμάτωση** σε ένα καθαρό δοχείο από γυαλί ή πλαστικό (τύπου urobex), το οποίο να έχει επιβεβαιωθεί ότι είναι μη τοξικό για τα σπερματοζωάρια. Το δοχείο δείγματος θα πρέπει να φέρει **ετικέτα με το όνομα του ατόμου και την ημερομηνία και ώρα της συλλογής**.
- 
- ✓ Σε περίπτωση δυσκολίας συλλογής δείγματος με αυνανισμό είναι δυνατή η χρήση δείγματος που έχει συλλεχτεί σε **ειδικό προφυλακτικό, χωρίς σπερματοκτόνες ουσίες** ύστερα από σεξουαλική επαφή.

**Προσοχή!** Η συλλογή δείγματος μετά από **διακοπτόμενη συνουσία δεν αποτελεί αξιόπιστη μέθοδο συλλογής** καθώς είναι πιθανόν να έχει χαθεί έτσι σημαντική ποσότητα σπέρματος. Επιπρόσθετα, η κινητικότητα των σπερματοζωαρίων επηρεάζεται από το όξινο pH του κολπικού υγρού.
- 
- ✓ Κατά τη συλλογή, ο άντρας πρέπει να δώσει μεγάλη προσοχή, ώστε να συλλέξει **όλη την ποσότητα του σπέρματος**. Οι πρώτες σταγόνες περιέχουν το μεγαλύτερο αριθμό των αποβαλλόμενων σπερματοζωαρίων, αλλά οι τελευταίες σταγόνες περιέχουν σημαντικές ουσίες για τη σωστή εκτίμηση άλλων παραμέτρων του σπέρματος, όπως το ιξώδες, η οξύτητα κ.ά. Θα πρέπει να **καταγραφεί εάν κατά τη συλλογή υπήρξε απώλεια δείγματος**, ειδικά εάν το πρώτο, πλούσιο σε σπέρμα κλάσμα μπορεί να λείπει. Εάν το δείγμα είναι ελλιπές, πρέπει να συλλεχθεί ένα δεύτερο δείγμα, και πάλι μετά από περίοδο αποχής από 2-7 ημερών.
- 
- ✓ Το δείγμα του σπέρματος **πρέπει να εκτεθεί το λιγότερο δυνατό στις ατμοσφαιρικές συνθήκες** από τη στιγμή της συλλογής του μέχρι να φτάσει στο εργαστήριο. Η μεταφορά του πρέπει να γίνει μέσα σε **είκοσι με τριάντα λεπτά**. Κατά τη μεταφορά το δείγμα πρέπει να διατηρείται σε θερμοκρασία 20-37°C και μακριά από το απευθείας ηλιακό φως.
- 

\*σύμφωνα με το WHO guideline 2010

