

Bom kdaj mama?



Najpomembnejše o neplodnosti

www.neplodnost.net



Spregovorimo o neplodnosti



Edini test
nosečnosti,
ki vam pove
število tednov.



DIGITALNI test nosečnosti Clearblue z indikatorjem zanositve vam dvakratno potrdi rezultat. Njegovo tipalo Smart Dual Sensor™ vam s simbolom pove, ali ste noseči ali ne, če je odgovor pritrdilen, pa pokaže tudi, **koliko tednov je minilo od spočetja.**

* RAZLAGA REZULTATOV

Rezultati	Čas od spočetja	Kako bo vaš zdravnik določil trajanje nosečnosti (na podlagi 28-dnevnega cikla)**
	Vaš rezultat je »Ni nosečnosti«	-
	Vaš rezultat je »Nosečnost« in spočeli ste pred približno 1-2 tednoma.	3-4 tednov
	Vaš rezultat je »Nosečnost« in spočeli ste pred približno 2-3 tedni.	4-5 tednov
	Vaš rezultat je »Nosečnost« in spočeli ste pred več kot 3 tedni.	5+ tednov

** Zdravnik bo izračunal trajanje nosečnosti glede na prvi dan vaše zadnje menstruacije, ne glede na datum spočetja.



Več informacij o izdelku na: www.clearblue.com

Več kot 99 % natančnost rezultata »Nosečnost«/»Ni nosečnosti« od dne, ko pričakujete menstruacijo. Indikator tednov je 93 % natančen pri zaznavanju časa spočetja. Pred uporabo preberite priložena navodila. Copyright ©2015 SPD Swiss Precision Diagnostics GmbH. Vse pravice pridržane. FY1516-0104.SL



Najpomembnejše o neplodnosti

Neplodnost

O neplodnosti govorimo tedaj, ko pri paru ne pride do zanositve po enem letu rednih, nezaščitenih spolnih odnosov. Pravzaprav bi bilo primerneje reči, da gre za zmanjšano plodnost.



Pogostost neplodnosti

S tem pomembnim zdravstvenim, psihološkim in socialnim vprašanjem se v današnjem času sreča vsak šesti par v Sloveniji. Ta visoka številka marsikoga preseneti, saj se neplodnosti v družbi običajno ne zazna: prizadeti namreč o psihičnem in socialnem bremenu neplodnosti neradi govorijo.

Moška in ženska neplodnost

Ker vprašanje neplodnosti zadeva par, je treba vzrok za neplodnost iskati pri moškem in pri ženski. Če je vzrok neplodnosti pri ženski, gre za žensko neplodnost, če pa je pri moškem, gre za moško neplodnost. Obe obliki sta približno enako pogosti. Velikokrat pa je vzrok pri obeh. Pri desetini zmanjšano plodnih parov ostane vzrok zmanjšane plodnosti nepojasnen.

Vzroki ženske neplodnosti

Velik del vzrokov ženske neplodnosti zajemajo zapletene motnje ovulacije, ki ovirajo mesečno sproščanje jajčne celice in pripravo maternične sluznice na gnezditve zarodka. Zelo pogoste so okvare jajcevodov in jajčnikov zaradi vnetij in endometrioze, ki ovirajo potovanje semena, oploditev jajčne celice, razvoj zgodnjega zarodka ter potovanje in prenos zarodka v maternico.

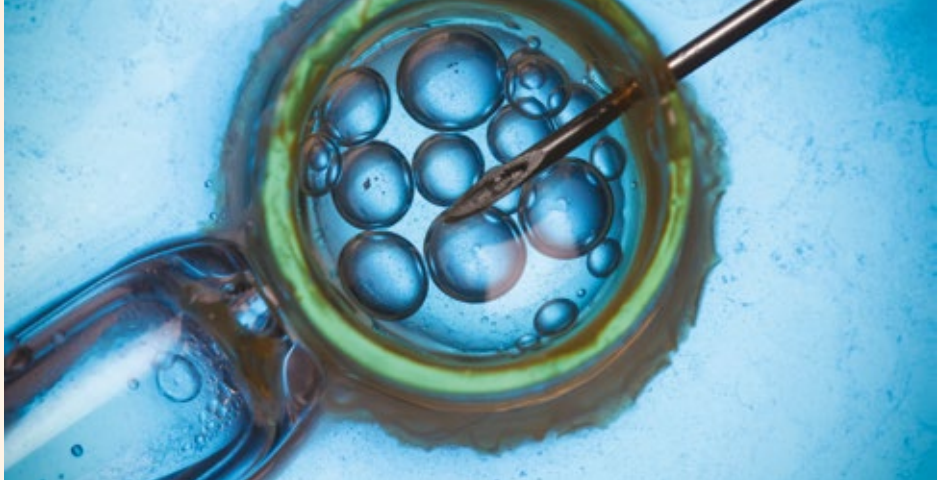
Med drugimi pomembnimi in pogostimi vzroki so še razvojne in druge nepravilnosti maternice, čezmerna telesna teža, nove tvorbe v notranjih rodilih, prezgodnja menopavza in sistemske bolezni (npr. sladkorna bolezen, bolezni ščitnice idr.). Na plodnost neugodno vplivajo tudi različne razvade (alkohol, tobak).

Z višjo starostjo povezana neplodnost

Eden od najpomembnejših vzrokov neplodnosti je povezan s starostjo. Mlade ženske se namreč ne zavedajo, da se začne njihova rodna sposobnost zmanjševati že proti koncu dvajsetih in v začetku tridesetih let starosti. Tudi zato je v sodobni družbi čedalje več žensk, ki si želijo šele po 35. letu starosti ustvariti družino. Ženske v tridesetih zanosijo v osemdesetih odstotkih, medtem ko pa ženske v štiridesetih le še v tridesetih odstotkih. Tudi pri moških je vpliv starosti zelo pomemben, vendar manj očiten.

Vzroki moške neplodnosti

Moška neplodnost pomeni ugotovljeno slabo kakovost ali odsotnost semena. Med najpogostejšimi vzroki za to so vnetja, poškodbe, kromosomske, genetske, hormonske in prirojene nepravilnosti, motnje v spuščanju moda, razširjene krvne žile ter nepravilnosti po operativnih posegih in nekaterih vrstah zdravljenja (predvsem zaradi malignih bolezni). Neugodno vplivajo tudi različne razvade in psihični vzroki. Pogosto pa jasnih razlogov za slabo kakovost ali odsotnost semena ni mogoče najti.



Ugotavljanje vzroka neplodnosti

Postopek ugotavljanja vzroka neplodnosti pri neplodnem paru obsega pregled pri ginekologu in andrologu, ki naredita načrt preiskav in zdravljenja.

Postopek ugotavljanja ženske neplodnosti obsega ultrazvočne, endoskopske, hormonske in genetske preiskave. Endoskopski postopki ugotavljanja so pri ženski hkrati tudi postopki za kirurško odstranitev nekaterih vzrokov neplodnosti. Pri moškem je najpomembnejša analiza semena. Poleg različnih androloških preiskav sta včasih potrebna tudi kirurški odvzem in temeljit mikroskopski pregled tkiva mod.

V bolj zapletenih primerih neplodnosti, ki jih povzročata endometrioza, je potrebna natančnejša diagnostika in zdravljenje v za to posebej specializiranem Dnevnom centru za endometriozo Ginekološke klinike v Ljubljani.

Zdravljenje neplodnosti

Ni dolgo tega, ko sta bili neplodnost oziroma zmanjšana plodnost skoraj nepremagljivi. Sodobna medicina pa pozna uspešne načine ugotavljanja vzrokov neplodnosti pri moškem in ženski ter jih zmore uspešno odpraviti.

Neplodnost zdravijo tako, da se najprej ugotovi vzrok, ki se ga skuša odpraviti s svetovanjem, zdravili ali kirurškimi posegi. Kadar zanositev ni mogoča s spolnim odnosom, je priporočljiva oploditev z biomedicinsko pomočjo (OBMP), s katero je mogoče uspešno pomagati tako pri ženski kot moški neplodnosti.

Najbolj razširjeni sta znotrajtelesna oploditev (semenske celice se vnese v maternico) in zunajtelesna oploditev (IVF – angl. in vitro fertilization: jajčne in semenske celice se oplodi zunaj telesa, zarodek pa se nato prenese v maternico). V zunajtelesno oploditev spadata tudi neposredna oploditev z vnosom semenske celice (ICSI – angl. intracytoplasmic sperm injection) in oploditev z izbrano semensko celico (IMSI – angl. intracytoplasmic morphologically selected sperm injection).



Zdravljenje in OBMP se dopolnjujeta

Velik delež žensk tako po hormonskem kot po kirurškem zdravljenju naravno zanosi. Če ženske najkasneje eno leto po kirurškem posegu še ne zanosijo, se jim priporoča OBMP. Tako se kirurški postopki zdravljenja in postopki OBMP med seboj dopolnjujeta.

Pri moški neplodnosti takoj, razen pri redkih izjemah, sledijo postopki oploditve z biomedicinsko pomočjo (OBMP).

Evropska raven OBMP v Sloveniji

Po dostopnosti do postopkov OBMP se Slovenija v najnovejših evropskih poročilih uvršča takoj za skandinavskimi državami. Tudi po uspešnosti postopkov se lahko primerjamo z najboljšimi. Kar štirje odstotki vseh slovenskih otrok se rodijo po postopkih OBMP glede na vse novorojence.

V Sloveniji imajo pari možnost šestih brezplačnih postopkov OBMP za prvo rojstvo in nadaljnjih štirih postopkov za vsako naslednje rojstvo. Tako so lahko uspešni tako pari z velikimi možnostmi za uspeh enega postopka kot pari, pri katerih je uspešnost enega postopka zaradi slabega odziva jajčnika na spodbujanje z zdravili nekoliko manjša.

Niste edini. Poiščite pomoč!

Neplodnosti ni treba skrivati, še posebej zato, ker se zdravljenje v večini primerov konča z dobrim izidom. Metode zdravljenja neplodnosti so zanesljive in učinkovite. Slovenija na tem področju ne zaostaja in osnovno zdravstveno zavarovanje krije vse stroške zdravljenja, vključno s postopki zunajtelesne oploditve.

Neplodnost je lahko tudi trajna posledica zdravljenja raka

Sodobni diagnostični postopki in načini zdravljenja raka pri otrocih, mladih ženskah in moških v plodnem obdobju so pomembno izboljšali preživetje teh bolnikov. Na žalost je pogosto posledica zdravljenja tudi neplodnost oziroma pri ženskah tudi prezgodnja menopavza zaradi kirurške odstranitve jajčnikov, radiološke kastracije ali kemoterapije. Neplodnost je lahko začasna ali trajna. In čeprav bolnice in bolniki kasneje živijo kakovostno življenje, se vsem ne uresniči želja po lastnem otroku.

Možnosti so. Vprašajte svojega onkologa.

Izkušnje in napredek na področju tehnik asistiranе reprodukcije danes omogočajo ohranjanje lastnih spolnih celic, s katerimi je mogoče doseči zanositev po ozdravljenju.

Vendar pa vsi načini zdravljenja nimajo enakega učinka na zmanjšano plodnost, zato je pomembno, da vas zdravnik onkolog ali kirurg, ki bo zdravil vašo osnovno bolezen, seznanil s predvidenim načinom in vrsto zdravljenja, posledičnim vplivom tega zdravljenja na plodnost in vas napoti k strokovnjaku reproduktivne medicine. Strokovnjaki s področja reproduktivne medicine vam bodo svetovali, kateri genetski material je v vašem primeru najprimernejši za zamrznitev, ter pojasnili, kako poteka postopek in kakšna je predvidena uspešnost.

Najpogostejši postopki

Zamrzovanje semen, v zadnjem času pa tudi zamrzovanje tkiva moda pri moških, je že dolgo uveljavljena metoda, s katero so večinoma seznanjeni zdravniki in tudi bolniki. Seme namreč zelo dobro preživi zamrznitev in odtalitev ter je primerno za oploditev v postopkih zunajtelesne oploditve (IVF) ali intrauterine inseminacije (IUI).

Pri ženskah lahko genetski material zamrznemo v obliki jajčnih celic, zarodkov ali tkiva jajčnika. Postopek zamrzovanja zarodkov je primeren le za ženske v stabilnih partnerskih vezah, medtem ko lahko jajčne celice zamrzujemo pri vseh spolno zrelih.

Pridobitev jajčnih celic se izvede z zdravlili, s katerimi se spodbudi rast in zorenje jajčnih celic v jajčniku. Tako se pridobi jajčne celice za oploditev in zamrznitev zarodkov ali le za shranitev celic. S postopki spodujanja rasti in zorenja jajčnih celic lahko pričnemo kdajkoli v menstrualnem ciklusu.

Zdravila za spodbujanje zorenja jajčnih celic niso škodljiva in ne vplivajo na osnovno maligno obolenje. Eventuelni vpliv zdravil na hormonsko odvisen rak dojke preprečimo z dajanjem posebnih zdravil, ki preprečijo negativni vpliv hormonov na rakaste celice.

Ker se delovanje jajčnika in število jajčnih celic že naravno začneta zmanjševati po 35. letu starosti, je najvišja starost bolnice za odvzem in zamrznitev jajčnih celic 38 let.

Shranjevanje in presaditev tkiva jajčnika sta namenjena bolnicam, pri katerih je potrebna takojšnja kemoterapija oziroma radioterapija. V tem primeru sta shranjevanje in poznejša presaditev tkiva edini možnosti za ohranitev lastnih spolnih celic. Po ozdravitvi se tkivo presadi nazaj v medenično votlino ali zunaj nje. Po uspešni presaditvi je sicer možna spontana zanositev, vendar se priporoča postopek zunajtelesne oploditve (IVF), zlasti zato, ker je preživetje tkiva jajčnika sorazmerno kratkotrajno.

Kljub novim poročilom o rojstvu otrok iz tkiva presajenega jajčnika pa uspešnost postopka za zdaj še ni primerljiva z zamrzovanjem zarodkov in jajčnih celic in je še predmet raziskav. Najvišja starost bolnice za shranjevanje tkiva jajčnika je 35 let.

Prestavitev (transpozicija) jajčnika je postopek, pri katerem je zaradi raka predvideno obsevanje male medenice. V tem primeru se jajčnik s preprostim kirurškim posegom (laparoskopijo) umakne iz male medenice in polja obsevanja. Postopek omogoča tudi sočasen odvzem jajčnih celic in tkiva za zamrznitev.

Oploditev z darovano spolno celico je upravičena, ko je zdravljenje s kemoterapijo, radioterapijo ali kirurško kastracijo povzročilo neplodnost, in ga ureja Zakon o zdravljenju



neplodnosti in postopkih oploditve z biomedicinsko pomočjo. Dovoljeno je darovanje samo ene vrste spolnih celic, bodisi jajčnih celic ali semenskih celic, ne pa zarodkov.

Vprašajte, pozanimajte se, povejte naprej.

Sodobni načini zdravljenja raka in napredek na področju reproduktivne medicine prinašajo za številne mlade bolnice in bolnike z rakom upanje za ohranjanje njihove plodnosti. Za uspeh in pravilen način ohranjanja plodnosti je izjemno pomembno sodelovanje onkologov, reproduktivnih ginekologov in embriologov. V ta namen deluje na Kliničnem oddelku za reprodukcijo Ginekološke klinike v Ljubljani Konzilij za hranjenje genetskega materiala, na katerem obravnavajo vsak primer skrbno in individualno. Dodaten ključen dejavnik pa je tudi seznanjenost slehernega med nami o tej problematiki.

Zanositev z darovano spolno celico

Darovanje spolnih celic

Oploditev z biomedicinsko pomočjo (OBMP) z darovanimi spolnimi celicami je edini način zdravljenja tistih parov, pri katerih zaradi bolezni moškega ali ženske z nobenim postopkom ni mogoče pridobiti semenskih ali jajčnih celic, ali pa sta partnerja nosilca hudih dednih bolezni. Tem parom, ki jih je med vsemi pari po ocenah strokovnjakov približno pet odstotkov, pomagamo do zelenih otrok z darovanimi spolnimi celicami.

Postopek darovanja spolnih celic

Postopek poteka v dveh korakih. V prvem koraku opravite pregled pri zdravniku, ki vas bo povprašal o vašem zdravju, zapisal vašo telesno višino in težo, konstitucijo, barvo oči, las in polti. Ob tej priložnosti bo odgovoril tudi na vsa vaša vprašanja.

Temu bodo sledile vse potrebne preiskave, s katerimi se ugotavlja morebitne telesne nepravilnosti, s preiskavo krvi pa se določi vašo krvno skupino in ugotovi morebitne spolno prenosljive okužbe. Če bodo izvidi primerni, boste lahko darovali spolne celice. V drugem koraku, tj. po odvzemu spolnih celic, se seme darovalca v laboratoriju dodatno pregleda, da se izključi možnost uporabe okuženega semena ali semena slabe kakovosti. Jajčne celice se odvzame drugače: s hormoni se spodbudi jajčnike in z ultrazvočno vodeno punkcijo jajčnikov se odvzame jajčne celice. Seveda se tudi jajčne celice v laboratoriju podrobno pregleda. Podrobnosti postopka spodbujanja jajčnikov in odvzema jajčnih celic vam bo razložil vaš zdravnik.

Ravnanje z darovanimi spolnimi celicami

Takoj po darovanju se seme zamrzne. Po šestih mesecih se ponovno pregleda darovalčevo



kri za ugotavljanje spolno prenosljivih okužb. Tako se je mogoče prepričati, da krvni testi v vmesnem obdobju niso postali pozitivni na spolno prenosljive okužbe ter da darovalec v času darovanja ni bil okužen. Če so rezultati krvnih preiskav negativni, se lahko seme odmrzne in se ga uporabi za OBMP.

Zarodke po oploditvi z darovano jajčno celico se takoj prenese v maternico prejemnice, saj je verjetnost prenosa spolno prenosljive okužbe z darovano jajčno celico zanemarljiva. Nadštevne zarodke se zamrzne.

Vpliv na zmožnost spočetja

Darovanje semena ne vpliva na plodnost darovalca. Prav tako darovanje jajčnih celic ne zmanjša plodnosti darovalke po darovanju. Čeprav je postopek darovanja jajčnih celic dolgotrajnejši in bolj zapleten, so zapleti zaradi prejemanja zdravil za spodbujanje jajčnikov ali punkcije jajčnikov zelo redki.

Kako darovati spolne celice

Če razmišljate, da bi darovali seme oziroma jajčne celice, se lahko po telefonu dogovorite za posvet z zdravnikom: telefonska številka Koordinatorice za IVF na Kliničnem oddelku za reprodukcijo Ginekološke klinike Univerzitetnega kliničnega centra v Ljubljani je 01 522 6074. Na osebem posvetu bo zdravnik ginekolog in/ali androlog odgovoril na vsa vaša vprašanja in če se za darovanje odločate tudi sami, zastavil nekaj vprašanj v zvezi z vašimi zdravstveno pomembnimi podatki.

Dodatne informacije najdete tudi na spletnih straneh www.reprodukcija.si ter na www.neplodnost.net/sl/darovanje-spolnih-celic/

Anonimnost je zagotovljena

Darovanje spolnih celic je popolnoma anonimno. Identiteta darovalca ali darovalke in prejemnega para sta po zakonu varovana skrivnost tudi za otroke, spočete z darovanimi spolnimi celicami.

Darovalec ali darovalka nimata pravnih ali drugih obveznosti do tako spočetih otrok. Za darovane spolne celice ni dovoljeno dajati ali sprejemati plačil ali kakšnih drugih koristi. Povrnjeni so le potni stroški, ki jih ima darovalec ali darovalka v zvezi z darovanjem.



Osrečite nekoga - darujte spolne celice

Dobiti otroka je za večino običajno in pričakovano. Težje bolezni, dedne okvare ali celo popolnoma neznani razlogi pa mnogim parom na žalost to preprečijo. Tu jim lahko pomagate prav vi. Z darovanjem spolnih celic lahko komu uresničite željo, svet pa obogatite z novim življenjem.

Za posvet o darovanju spolnih celic se dogovorite na Kliničnem oddelku za reprodukcijo Ginekološke klinike Univerzitetnega kliničnega centra v Ljubljani na tel. št. 01 522 6074.

Klinike

V Sloveniji obstajajo trije centri za zdravljenje. Povsod boste deležni strokovnega odnosa, razumevanja ter nesebične pomoči pri soočanju z neplodnostjo.

Univerzitetni klinični center Ljubljana, Ginekološka klinika

Klinični oddelek za reprodukcijo

Telefon: 01 433 80 27 in 01 231 11 63

E-mail: info@reprodukcija.si

www.reprodukcija.si

Dnevni center za endometriozo

Telefon: 01/2318 245

Center za hranjenje gentskega materiala

Telefon: 01/522 6261

Univerzitetni klinični center Maribor

Oddelek za ginekologijo in perinatologijo

Oddelek za reproduktivno medicino in ginekološko endokrinologijo

Telefon: 02 321 24 62

Tajništvo oddelka: 02 321 24 60

E-mail: ivf.mb@ukc-mb.si

www.ukc-mb.si/oddelki-sluzbe-enote/klinika-za-ginekologijo-in-perinatologijo

Center za oploditev z biomedicinsko pomočjo Postojna

Zdravstveni zavod Dravlje

Tel: + 386 1 510 68 00

Fax: + 386 1 510 68 04

E-mail: info@neplodnost.com

www.neplodnost.com



Lunay

Ni testirano
na živalih

100 % BOMBAŽ
NA POVRŠINI IN V JEDRU

Naravni higienski vložki,
tamponi in ščitniki perila
iz 100 % bombaža



100 % BOMBAŽ
HIPOALERGENSKI
DERMATOLOŠKO TESTIRANI
NE VPLIVAJO NA pH SLUZNICE
OMOGOČAJO PREHOD ZRAKA
KOŽI PRIJAZNI
BREZ DIŠAV, DIOKSINA, SUPERABSORBENTOV



Izdelki Lunay so na voljo v boljše založenih lekarnah, prodajalnah Marché, Mercator, Nama, izbranih bencinskih servisih Petrol, Petrol eShop, Sanolabor, izbranih trgovinah Spar, Interspar, specializiranih trgovinah in v drogerijah Tuš.

www.lunay.si

EMMA d.o.o., Rožna dolina 52, SI-4248 Lesce, Slovenija, Tel.: 030 46 47 48, lunay@lunay.eu
Lunay® je registrirana blagovna znamka podjetja EMMA d.o.o.



Bom kdaj oče?

vitalica



Dokler si ne priznamo, da imamo težave s plodnostjo, ne moremo začeti pogumnega potovanja. Potovanja, ki se prične s težkim priznanjem in konča z družinsko srečo.

Če se že dlje časa neuspešno trudite zanositi, je morda čas, da obiščete www.neplodnost.net ter se seznanite z opozorilnimi znaki neplodnosti in možnih naslednjih korakih.



GLAVNI
PODPORNIKI:



clearblue

MSD
Bodite dobro

MERCK

phd

GLAVNI MEDUSKI
PODPORNIKI:



OSTALI
PODPORNIKI:



maxi



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE