22.10.2024

**Ekspert Szpitala Karowa apeluje: „Wizyta w poradni leczenia niepłodności nie powinna być odkładana na ostatnią chwilę”**

**Niepłodność, według danych WHO może dotyczyć już blisko 20% par w Polsce. Osoby, które mają trudności z zajściem w ciążę mogą odczuwać w związku z tym ogromny stres, a czasem nawet poczucie winy. Jak podkreśla dr n. med. Monika Grymowicz ze Szpitala Karowa „*Mamy więcej możliwości by pomóc takim parom niż kiedykolwiek wcześniej. Wizyta w poradni leczenia niepłodności nie powinna być odkładana na ostatnią chwilę”*.**

**Specjalistyczna pomoc**

Na ogół, problemów z płodnością można zacząć doszukiwać się w momencie, gdy przez dwanaście miesięcy regularnego współżycia bez użycia metod antykoncepcyjnych para nie jest w stanie spłodzić dziecka. Przez regularne starania należy rozumieć pełny kontakt seksualny około 2-3 razy w tygodniu.

Jak wynika z danych GUS coraz częściej decydujemy się na dziecko w późniejszym okresie życia. Od roku 2000 do 2023 mediana wieku kobiet, które urodziły pierwsze dziecko wzrosła z 24 do 29 lat. Wiek jest głównym czynnikiem ograniczającym płodność u kobiet, mającym również duże znaczenie w przypadku mężczyzn. W związku z tym pary po ukończeniu 35 roku życia powinny udać się do specjalisty już po pół roku bezskutecznego starania się o dziecko, a pary po 40 roku życia nawet po 2 miesiącach.

*„Jeśli zdrowi, młodzi ludzie nie zachodzą w ciążę przez rok - należy zgłosić się do lekarza, który podejmie diagnostykę. Jeśli wiek kobiety przekracza 35 lat lub występują czynniki ryzyka zmniejszonej płodności - taką diagnostykę podejmuje się wcześniej. Po jej wykonaniu, lekarz szacuje szanse na ciążę w sposób naturalny i/lub proponuje metody leczenia zwiększające szansę na ciążę”* – mówi dr n. med. Monika Grymowicz ze Szpitala Karowa.

Tak samo dzieje się w przypadku osób, które w przeszłości miały poważne operacje i przypadłości.

*„Pewne dane z historii pacjenta mogą sugerować problemy z zajściem w ciążę w przyszłości. Są to m.in. przebyte operacje na jajnikach, leczenie nowotworu, endometrioza czy duże zaburzenia miesiączkowania. Nie determinują one jednak, że problemy z zajściem w ciążę na pewno wystąpią”* – uspokaja ekspertka.

**Diagnostyka i plan leczenia**

Podstawową diagnostyką, wykonywaną w przypadku podejrzenia niepłodności jest badanie dotyczące ilości potencjalnie dostępnych komórek jajowych (AMH - hormon antymüllerowski), badanie ultrasonograficzne zliczające pęcherzyki gotowe do wzrostu (AFC - Antral Follicle Count), badanie drożności jajowodów oraz badanie męskiego nasienia oceniające jego ilość, jakość i parametry. Następnie lekarz analizuje zebrane wyniki by podjąć dalsze, kierunkowe działania, zarekomendować zmiany stylu życia, wdrożyć leczenie hormonalne lub zastosować procedury wspomaganego rozrodu.

*„Na podstawie wykonanych badań lekarz proponuje pacjentom wybrane metody leczenia niepłodności. Może być to na przykład indukcja owulacji, która stymuluje jajniki do produkcji i uwolnienia komórek jajowych czy też inseminacja domaciczna (IUI) polegająca na bezpośrednim wprowadzeniu przygotowanych wcześniej plemników do macicy w okresie owulacji. To zazwyczaj pierwsze wybory w leczeniu niepłodności ze względu na stosunkowo niską inwazyjność. Na kolejnych etapach do dyspozycji mamy również wiele innych metod jak np. klasyczne zapłodnienie pozaustrojowe (tzw. in vitro) czy intracytoplazmatyczne wstrzyknięcie plemnika. Konsultacja ze specjalistą jest kluczowa na każdym etapie, aby dostosować plan leczenia do indywidualnych potrzeb i sytuacji pary lub pokierować ją do odpowiednich ośrodków specjalistycznych”* – zaznacza dr n. med. Monika Grymowicz.

**Małe zmiany – wielki efekt**

Problemy z zajściem w ciążę mogą wynikać również z czynników związanych z trybem życia i środowiskiem. Warto wykluczyć je już na pierwszych etapach planowania dziecka.

*„Istnieje wiele czynników, które mogą powodować problemy z zajściem w ciążę. Należą do nich chociażby brak ruchu i odpowiedniej diety, stres, używki czy anaboliki stosowane na siłowni, takie jak np. testosteron, który był nawet proponowany jako środek antykoncepcji dla mężczyzn. Takim czynnikiem jest także wysoka temperatura - zwłaszcza związana z warunkami pracy jak m.in. w przypadku hutników czy strażaków. Na co dzień mamy również styczność z wieloma substancjami zaburzającymi gospodarkę hormonalną, czyli tzw. "endocrine dysruptors" (np. bisfenol, środki owadobójcze i ochrony roślin, inne czynniki chemiczne (farby, kleje). Zajście w ciążę utrudniają także choroby takie jak często przebiegająca bezobjawowo chlamydia (drobnoustrój przenoszony drogą płciową)”* – twierdzi ekspertka.

W celu uzyskania specjalistycznych porad należy zgłosić się do wybranej poradni leczenia niepłodności, w której eksperci kompleksowo zdiagnozują przyczyny niepłodności a w przypadkach niewymagających zapłodnienia pozaustrojowego, zajmą się również jej leczeniem. Do poradni para może zostać skierowana przez lekarza podstawowej opieki zdrowotnej lub zgłosić się samodzielnie. Taka poradnia działa z wieloma sukcesami od 2021 roku w Szpitalu Klinicznym im. ks. Anny Mazowieckiej w Warszawie. Zapewnia kompleksową diagnostykę i leczenie niepłodności.

**Kontakt dla mediów:**

Małgorzata Urbaś, malgorzata.urbas@mslgroup.com, tel. 882 140 108