

Miért nem jön a baba?

Van, akinél azonnal kopogtat a gólya, ám sokaknál nem ilyen könnyű és magától értetődő folyamat a gyermekáldás. Nézzük, milyen okok állnak leggyakrabban a fogantatási nehézségek hátterében!

Csikó Judit írása

A szakemberek azt tanácsolják, ha egy párnál egy évi, rendszeres, védekezés nélküli nemi élet mellett sem következik be a terhesség, érdemes utánanézni, mi állhat a probléma hátterében. Ilyenkor a pár mindkét tagját ajánlott kivizsgáltatni, mivel az esetek 40 százalékában a nőnél, másik 40 százalékában a férfinál találják meg a gyermekáldást hátráltató problémát. További 20 százalékuk esetében pedig a pár mindkét tagjánál felfedeznek valamit – vagy éppen egyiküknél sem találnak semmit.

Problémák a petesejttel

A petesejteknek nemcsak a mennyisége, hanem a minősége is nagyon fontos. Ha ugyanis ez nem megfelelő, nem tud létrejönni a terhesség, esetleg vetelés

következik be. Az életkor előrehaladtával sajnos gyorsan romlik a helyzet, különösen a 30-as évek végén és a 40-es évek elején gyors a petesejtek minőségének hanyatlása, de már 35 év fölött is lehet ezzel probléma. Sajnos ebben az esetben csak a mesterséges megtermékenyítés, ezen belül is a donor petesejt igénybevétele lehet a megoldás.

A spermiumok elégtelensége

A férfiak első számú termékenységi problémája az alacsony spermiumszám, vagy az, hogy a hímivarsejtek gyengébbek és lassúbbak az átlagosnál. Ilyenkor kevés hímivarsejt jut el a petesejthez, a mozgékonyágukban vagy alakjukban eltérő hímivarsejteknek pedig a túlélési esélyei rosszabbak a hüvelyben. A környezeti ártalmak, az ülő életmód

és a stressz miatt mindez egyre több férfinak okoz gondot.

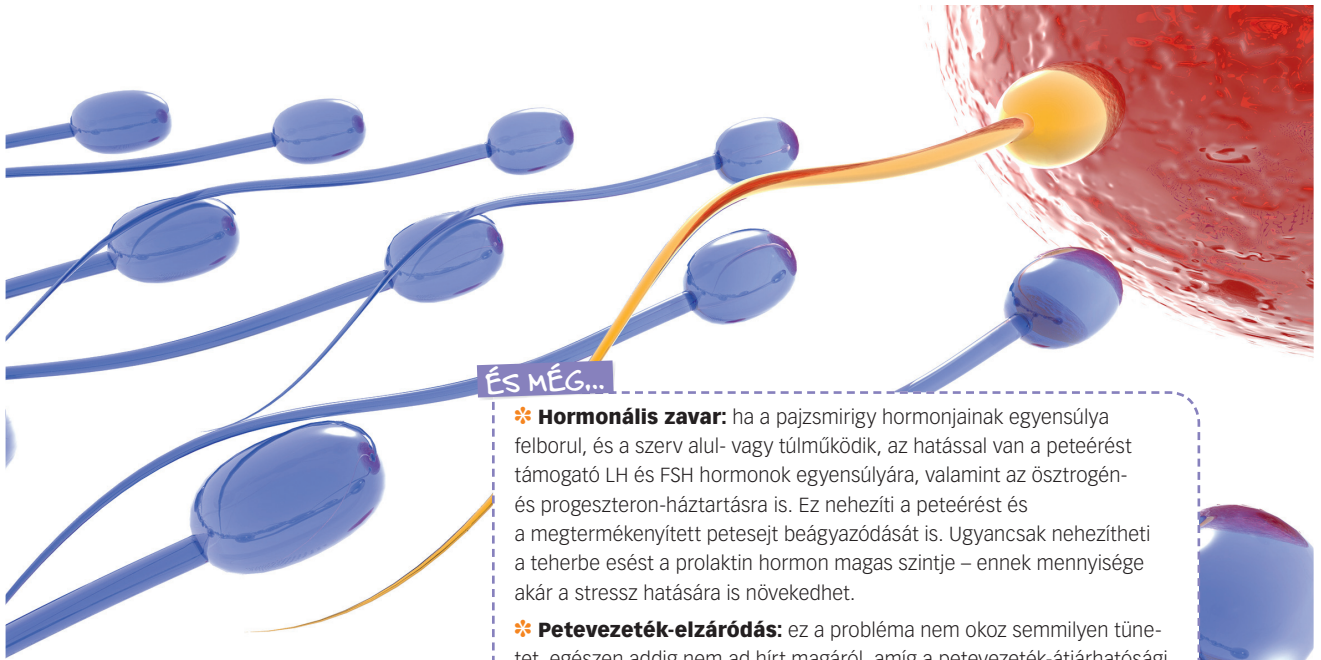
A spermiumtermelés gyógyszeresen is stimulálható, ám van, amikor az inszemináció, illetve a mesterséges megtermékenyítés a megoldás. A férfiaknak ezenkívül sokszor okoz még gondot az ondóvezeték elzáródása és a herevisszérsejrv, ezek gyógyítása általában andrológiai mikrosebészeti úton történik.

PCOS és inzulinrezisztencia

A policisztás ovárium-szindróma hormonális eredetű betegség, egy meglehetősen összetett anyagcserezavar. A petefészek felületén a férfi nemi hormonok túlsúlya miatt egyfajta bevonat alakul ki, és ez akadályozza a peteérést, maradványaiból pedig ciszták is kialakulhatnak. Jellegzetes tünetei a súlygyarapodás, a zsíros, pattanásos bőr, a hajhullás és a túlzott szőrösödés. A betegség legtöbbször inzulinrezisztenciával jár együtt, de a 2-es típusú cukorbetegség előszobájának is tekinthető inzulinrezisztencia önmagában is előfordulhat, és szintén teherbeesési nehézségekhez vezethet. „Ezt a betegséget úgy kell elképzelni – magyarázza *Soltész Erzsébet*, az Egy Csepp Figyelem Alapítvány dietetikusa –, hogy a sejtek egyre kevésbé reagálnak ▶

Fotó: Thinkstock





ÉS MÉG...

❖ **Hormonális zavar:** ha a pajzsmirigy hormonjainak egyensúlya felborul, és a szerv alul- vagy túlműködik, az hatással van a peteérést támogató LH és FSH hormonok egyensúlyára, valamint az ösztrogén- és progeszteron-háztartásra is. Ez nehezíti a peteérést és a megtermékenyített petesejt beágyazódását is. Ugyancsak nehezítheti a teherbe esést a prolaktin hormon magas szintje – ennek mennyisége akár a stressz hatására is növekedhet.

❖ **Petevezeték-elzáródás:** ez a probléma nem okoz semmilyen tünetet, egészen addig nem ad hírt magáról, amíg a petevezeték-átjárhatósági vizsgálat során fel nem tárják. A teherbeesést azonban gátolja, mivel nem engedi a hímivarsejteket eljutni a petesejthez, és még az esetleg megtermékenyített petesejt sem lesz képes eljutni a méhbe. Egyes szexuális úton terjedő betegségek (pl. chlamydia) vagy gyulladásoz betegségek is okozhatják.

❖ **Ovulációs gondok:** előfordul, hogy a petesejtek nem érnek meg a petefészekben, vagy az nem képes őket kibocsátani. Erre utal a rendszertelen vagy kimaradó menstruáció, a mell érzékenysége, de akár a puffadás is. Sokszor már az életmód megváltoztatása is segíthet a peteérés elégtelenségén.

az inzulinnak arra a funkciójára, hogy a cukrot bejuttassa a sejt lon belülre. Mintha az inzulin hi ba kopogtatna a sejtek falán, azok érzékenysége lecsökken. A hasnyálmirigy erre válaszul még több inzulint kezd termelni, melynek következményeként idővel ki merülhet. A kezeletlen inzulinre zisztencia tehát könnyen elvezet het a 2-es típusú cukorbetegség- hez.” A szakember szerint mind a PCOS, mind pedig az inzulinrezisz- tencia kezelésében fontos szerep- et játszik a gyógyszerek mellett az életmódváltás is: az előírt ét- rend betartása, a rendszeres test- mozgás és ezen keresztül az opti- mális testsúly elérése is hozzájá- rulhat a peteérés beindulásához, így segíti a teherbe esést.

Endometriózis

„Az endometriózis egy jóindulatú megbetegedés, amely során a normál esetben kizárólag a méh-

ben található méhnyálkahártya (endometrium-szövet) kivándorol a méhből” – mondja *Salamon Adrienn*, az Együtt Könnyebb Női Egészségért Alapítvány alapítója, és kuratóriumának elnöke. „Ez a kóros elhelyezkedésű szövet kö- veti a normális ciklikus változaso- kat, ezért a menstruáció alatt vé- res váladék gyülemlik fel a mé- hen kívül is. Az ennek hatására fellépő belső szervi összenövés- sek, immunológiai reakciók és sejtmediátor anyagok felszaba- dulása súlyos panaszokat és erős fájdalmakat okozhatnak. A beteg- ség okozta elváltozások érínthe-

tik a méh izomzatát, a méhen kí- vüli belső és nemi szerveket, így a petefészeket, a petevezeték- et, a hüvelyfalat, a húgyhólyagot, a húgyvezeték- et, a májat, a ve- sét, a tüdőt és a bélrendszert is.” A betegség főbb tünetei a fájdal- mas vagy szabálytalan menstu- ráció, a fogamzás nehézségei, az alhasi, kismedencei fájdalom, a fájdalmas nemi élet, széklet- vagy vizeletürítés, a véres széklet vagy vizelet, és a szorulás vagy hasmenés. Az endometriózis vi- lágsszerte 70 millió, Magyarorszá- gon közel 200 ezer nőt érint. A tünetek fellépésekor minden-



képpen érdemes szakemberhez, endometriózis centrumhoz fordulni. Kezelése komplex és egyénre szabott, többek között történhet gyógyszeres úton vagy műtéttel, nem egy esetben pedig a sikeres várandóssághoz mesterséges megtermékenyítésre lehet szükség – ám sok sikertörténet mutatja, hogy egyáltalán nem lehetetlen endometriózis mellett gyermeket vállalni.

Lelki okok

„Egyre többször fordul elő, hogy az orvosok nem találják semmilyen szervi magyarázatot a sikertelen próbálkozásokra” – meséli *Varga Katalin*, a Csillagkuckó Alternatív Termékenységi Központ alapítója. „Ennek tulajdon-

képpen örülhetünk, hiszen klasszikus orvosi segítség nélkül is meg tudjuk oldani a problémát, ám a 'Ne stresszeljen!' jó tanács ez esetben édeskevé. A rossz hír az, hogy bármi lehet ilyenkor a teherbeesést nehezítő ok, a jó hír viszont az, hogy ha képesek vagyunk magunkba nézni, megértéssel, elfogadással feltárni az okokat, szükség esetén pedig segítséget kérni ehhez, akár meglepetésszerűen is megérkezhet az életünkbe, akire vártunk.”

Varga Kati szerint gyakran a sejt szinten vagy tudatalattinkban tárolt információk állnak a termékenységünk útjába: ezek lehetnek akár magzatkori traumák, a saját anyukánkkal fennálló, feszültségekkel teli kapcsolat, vagy sok-

szor súlykolt családi szlogenek. A baba útjába állhat az is, ha túl kemény, irányító női mintákat másolunk, problémáink vannak saját nőiségünk megélésével. De akadályozhatnak a félelmeink, vagy akár párunk félelmei is, a kapcsolati problémák, a kettőnk között fennálló kimondatlan feszültségek, a családi harmónia hiánya is. „Mi magunk vagyunk a testünk, lelkünk legjobb ismerői, érdemes hát barátkozni, kommunikálni vele – tanácsolja a szakember. – Ahogy a lelkünk gyógyul és ezzel újra egyensúlyba kerülünk, a szer- vi problémáink is gyógyulnak, sok esetben meg is szűnhetnek. A lélek mindig üzen a testnek, a rosszat is, de a jót is! Arra vár, hogy szóba álljunk vele végre.”

CÉLZOTT MEGOLDÁS HURUTOS KÖHÖGÉSRE!



04CC72607.16

SANDOZ A Novartis
Division

Sandoz Hungária Kft. • 1114 Budapest, Bartók Béla út 43-47. • Tel.: +36-1-430-2890 • www.sandoz.hu

Vény nélkül kapható, acetilcisztein tartalmú gyógyszer.

A kockázatokról és a mellékhatásokról olvassa el a betegtájékoztatót, vagy kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét!