

ZAČALO SA TO TAKTO: VEK PO TRIDSAĎPÄTKE A KONEČNE NÁDEJ, ŽE SA OBJAVIL MUŽ, S KTORÝM MÔŽEM A HLAVNE CHCEM MAŤ DIEŤA. PUSTILI SME SA DO TOHO S VEROU, VTIPOM AJ VÁŠŇOU... LENŽE NAKONIEC BOLO VŠETKO INAK.

Text Lea Kiššová

Baby blues

Ubehlo pekných pár mesiacov. To nič, žiadna dráma. Nie sme prví ani poslední, ktorí sa rozhodli urýchliť „šťastie“ na klinike asistovanej reprodukcie. Veď všetky články a informácie človeka utvrdzujú, že ísť na umelé oplodnenie je pomerne ľahká a časovo rýchla záležitosť. Prídete za lekárom, urobí sa zopár vyšetrení, trocha si medzičasom poplačete, že dieťatku sa akosi nechce a nechce, no napokon sa všetko dobre skončí a príde to – svetlo na konci tunela! Alebo aj nie.

HORMÓNY MOJE KAŽDODENNÉ

Najprv mi na klinike odobrali krv. Presnejšie hektolitry krvi. Skúma sa totiž všetko, no predovšetkým hormonálne hladiny, kde narazila kosa na kameň. Výsledok bol, ľudovo povedané, takýto: som SUPERŽENA! V iných situáciách by som to brala ako kompliment, ale vysvitlo, že je to vážny problém. Príveľa ženských, ale aj mužských hormónov. Celé zle. Pýtam sa s malou dušičkou, či vôbec mám šancu s takouto výbavou

otehotnieť. Lekár sa usmial: „Pani, prosím vás, mali sme tu omnoho ťažšie prípady a otehotneli!“ Nabudená a pozitívne naladená som si vzala recept na lieky a po chvíľke, keď mi ich vydali v lekární, som začala „koštovať“ to, čomu sa hovorí hormonálne tabletky.

Hormóny boli určené, okrem iného, na to, aby vajíčko dobre dozrelo. Dobré, vydržím, to je to najmenej. Po pár dňoch zisťujem, že to síce vydržím, ale to nie je to najmenej. Predstavte si, že máte nonstop stavy pripomínajúce predmenštruačný syndróm. Výkyvy a zmeny nálad, depresie, plač, dookola. Presne si pamätám, ako som nadopovaná hormónmi odletela so svojim mužom na dovolenku a CELÚ som ju preplakala. Mozog vám síce hovorí, prestaň už konečne revať, ale psychika nepustí. Naša úžasná dovolenka, na ktorej som spotrebovala hromady papierových vreckoviek a milých slov veľmi, veľmi obetavého partnera s nervami zo železa, sa skončila takmer rozchodom. Ustáli sme to. Veď čo človek nespraví, všakže. Mesiac hormonálnej liečby ubiehali, ale pozitívny výsledok neprichádzal. Tá mrcha vždy napokon prišla. Takto volajú menštruáciu všetky ženy, ktoré sa pokúšajú otehotnieť... a aj omnoho horšie. Tehotenstvo, na ktoré ma lekár navnadil, neprichádzalo, začalo sa teda obdobie, na ktoré mám len dve slová: Na guľku.

AKO V PRECHODE

Potom, čo som každý mesiac chodila na kliniku a zakaždým oznamovala, že „mrcha prišla“, sme postúpili do ďalšieho levelu. Naše nové svetielko nádeje sa volalo inseminácia. Proces, keď partnerovi odoberú spermie (našťastie ich mal stopercentné), vy sa naaranžujete na kozu, presne ako na gynekologickom vyšetrení, a lekár do vás túto „plodnú“ tekutinu strekne presne v deň, keď je vajíčko dozreté. Znie to celkom prijateľne, ale realitou vás nebudem strašiť ani obťažovať. Príšerne to bolí, videla som všetkých svätých. O dva týždne sa malo definitívne potvrdiť, či to vyšlo. Prišla som odhodlane na krvné testy a popoludní nasledoval telefonát – „je nám ľúto, ale nie ste tehotná“.

Nádej, že by to vyšlo s insemináciou, nie je veľká, ale človek aj tak dúfa. Potom veci nabrali rýchly spád. Narkóza, prefúknutie vajíčkovodov, odstránenie polypu z maternice a príprava na mimotelové oplodnenie, známe pod skratkou IVF. To je práve zákrok, ktorému my všetci hovoríme „umelé oplodnenie“. Stačilo vyplniť prihlášku do zdravotnej poisťovne, a keďže nemám 39 rokov a mám všetky predpoklady na IVF, poisťovňa do tridsiatich dní zákrok odsúhlasila. Nebol čas na premýšľanie. Keď mi zdravotná sestra z kliniky zavolala,

že poisťovňa všetko schválila, ešte som sa ani nenadýchla a už som počula otázku – Kedy ste mali naposledy menštruáciu? Keď podstupujete túto cestu za dieťatkom, častejšie počujete otázku – kedy ste naposledy menštruovali, než ako sa voláte. Pred umelým oplodnením dostanete recepty na injekcie, ktorých úlohou je nastimulovať telo tak, aby bolo schopné vytvoriť čo najviac vajíčok. Pichajú sa do brucha (vďaka Bohu za obetavú susedu, zdravotnú sestru, lebo na toto veru guráž nemám!) a okrem vajíčok evidentne stimulujú aj psychiku. Tým najhorším možným smerom... Náladu som menila ako aprílové počasie, ovládal ma neustály strach, smútok, bola som podráždená, nervózna a napokon prišlo aj na najväčšie klišé, dohadovanie sa s osudom, že prečo ja, prečo práve ja musím podstupovať takúto tortúru? Odpovede som sa nedočkala a celá rozľútená som ešte musela zvládnuť posledný sprievodný jav injekčnej terapie – návaly horúčav. Touto cestou skladám úctu všetkým ženám v menopauze. Niekoľkokrát za noc si prezliekať pyžamo, to sa ešte dá. Ale návaly pri šoférovaní, ktoré vám v podstate znemožnia dýchať, to je už silná káva.

Tehotenstvo, na ktoré ma lekár navnadil, neprichádzalo.

TRI MALIČKÉ NÁDEJE

Za desať dní som si nahonobila tri vajíčka. Nebolo to veľa, ale ani málo. Sú ženy, ktoré vďaka stimulačným injekciám vyprodukujú aj desať-pätnásť vajíčok. Potom sa vajíčka v narkóze odoberú, rutinný zákrok, na sálu vás berú ako na páse. Zakričia meno, ženu naložia a po približne pätnástich minútach ju dovezu naspäť, ešte spiacu. Na klinike, ktorú som navštevovala, nikto neberie ohľad na to, čo prežívate a ako sa cítite. Pichli mi injekciu, ale ešte som stihla začuť posledné slová sestričky: „Rýchlo jej to pichnete, nech nám tu necirkusuje.“ Potešili.

V každom prípade boli vajíčka na svojom mieste, mimo môjho tela, a prišla najdlhšia fáza. Neokonečné čakanie.

Funguje to takto. V deň, keď sa odoberú vajíčka, partner musí odovzdať spermie. A v ten deň D by sa mali spojiť a začať komunikovať, ako mi to vysvetlil embryológ. Pre istotu som si priplatila metódu nazývanú ICSI. V preklade: embryológ vyberie najsilnejšiu spermium a zavedie ju priamo do vajíčka. Stalo sa - na druhý deň mi z kliniky oznámili, že spolu komunikujú a začína sa proces delenia. Hurá! Vyhrkli mi slzy. Už aj to mi prišlo ako neveriteľný úspech, pretože som vedela, čo všetko musí klapnúť, aby títo dvaja spolu „kooperovali“. Takú vedu si nikto, kto otehotnel len tak, na jeden šup, nevie

ani predstaviť. Celá fáza od chvíle, keď mi vybrali vajíčko, až do okamihu, keď mi ho oplodnené vrátili naspäť, trvala päť dní. Zakaždým, keď som prechádzala okolo kliniky, som vedela, že niekde tam vnútri a v tme sú možno naše budúce deti. A plakala som, opäť. Stále. Bolo to jedno z najhorších období. Neraz som cítila zlosť, ako je možné, že sedemnásťka ide na diskotéku a na prvý šup otehotnie. Alebo existujú ženy, na ktoré sa muž len pozrie a hotovo, je to tam. Ja nemám nič, len tri vajíčka, ktoré si momentálne plávajú v bazéne.

BOJÍM SA TEŠIŤ

Po piatich dňoch ideme na to. To isté prostredie, ten istý personál a pásová výroba. Na izbe sme štyri. Dve sme absolvovali IVF prvý raz, tretia išla na druhý pokus a štvrtá mala pred sebou posledný, teda tretí. Ďalšie pokusy poisťovňa nepreplatí, tolerujú sa iba tri. Každú z nás vyvolávali menami, boli sme ticho, všetky na jednej lodi. Komunita snažiacich sa žien presne vie, ako sa práve cíti tá druhá. Embryológ mi oznámil, že prezili dve. Jedna blastocysta, teda vyvinutejšia forma, a jedna morula. Nezniesť to hrozne? Morula. No nič, hlavne, že sú na svojom mieste, malé fazulky už boli doma. Stále som brala hormóny, ktorých úlohou bolo, aby sa obe dobre uchytli a vydržali. Nasledovali DVA nekonečné týždne. Opäť čakanie. Tentoraz už na finále!

Pár dní predtým, ako som mala ísť na krvné testy, z ktorých bude jasné, či som, alebo nie som tehotná, som neodolala. Urobila som si tehotenský test. Usmievala sa na mňa jedna hrubá čiarka a druhá tenučká ako vlások, takmer neviditeľná. Srdce mi začalo prudko biť, pretože už aj slabá čiarka bola znamením, že niečo sa deje. Kamarátky a kolegyne ma utvrdili, že som tehotná! Vážne som tomu uverila. Zo všetkých strán som počúvala, to je jasné, sú tam dve čiarky, si v tom! Sestra už išla kupovať kočík, rodičia mi oznamovali, že oni nám s bábätkami pomôžu... Všetci to považovali za hotovú vec. Vráťane mňa.

V určený deň som v povznesenej nálade kráčala na kliniku na krvný test. Dvom drobcom vo svojom vnútri som oznámila, že ich konečne spoznám!

Sestrička slúbila, že okolo obeda budú výsledky. Obhrýzla som si všetky nechty od nervozity, no aj tak som čakala len dobré správy. Telefón skutočne zazvonil. Hrdinsky som ho zdvihla, pretože som mala pred očami svoju druhú čiarku.

„Je nám veľmi ľúto, ale, žiaľ, tehotenstvo sa u vás nepotvrdilo.“ Sestričkin hlas ma úplne omráčil. A čo moja druhá čiarka, spýtala som sa, ako je to možné?!? Vysvetlila mi, že áno, nízke hodnoty tam síce boli, reakcia nastala, ale na tehotenstvo to nie je a plody odišli. „Vysaďte tabletky a keď budete znova pripravená, prídte k nám na kliniku,“ počula som svoj ortieľ. Všetko bolo preč, moje sny aj plány. Plakala som toľko, koľko som vládala. Bez nádeje a totálna prázdnota.

Dnes už ubehlo pár mesiacov, na kliniku som ani nepáchla. Necítim to tak. Prešla som rôznymi štádiami. V sebe a aj v partnerskom vzťahu. Samozrejme, že pár dní po neúspešnom pokuse som partnerovi so slzami v očiach oznámila, aby si našiel inú. Mladšiu, zdravšiu, s ktorou bude môcť mať deti. Ja som v tej fáze hodila flintu do žita. Trápilo ma to ešte dlho, priam ma to vnútorne zožieralo. Lahko sa povie, daj tomu čas alebo pusť to z hlavy! Neprešiel deň, aby by som si nespomenula, ako sme boli blízko. Až pred pár týždňami, keď konečne vykukli prvé slnečné lúče, som sa s trápením rozlúčila. Teším sa na leto. Na oddych, žiadne hormóny a žiadne falošné nádeje. Viem, že raz to príde, hádam naozaj áno, ale v tejto chvíli to zrejme ešte vyčkáva. Nie je dobré chcieť niečo nasilu. Vždy sa mi potvrdilo, že ak sa o niečo veľmi snažíš, akoby naschvál sa to nestane. Keď to necháš voľne plávať, vtedy to vraj príde. Tak dúfam.

VŠETKO SA DÁ ZVLÁDNUŤ

Rozhovor s gynekológom MUDr. Petrom Harbulákom, PhD. (www.gyn-fiv.sk)

Kedy ženy prichádzajú na kliniku asistovanej reprodukcie? Aký je tolerovaný čas, keď sa pár snaží o bábätko, ale neúspešne?

Podľa štatistík nášho centra k nám 80 percent pacientok prichádza vo veku od 28 do 39 rokov. V poslednom období narastá počet tých nad 40 rokov. Kým v roku 2014 ich bolo 6 percent, v roku 2015 sa ich počet zvýšil na 8 percent. Pri liečbe neplodnosti je vek ženy rozhodujúci. So stúpajúcim vekom sa zvyšuje výskyt ochorení, ktoré vedú k zhoršeniu reprodukčného zdravia, napríklad endometrióza, zápalové ochorenia, prekancerózy a



Foto: išľa

iné. Neplodný alebo sterilný pár je podľa definície Svetovej zdravotníckej organizácie ten, ktorý nedospel k tehotenstvu počas jedného roka pri pravidelnom nechránenom pohlavnom styku. U žien nad 35 rokov odporúčame obrátiť sa na lekára v centre asistovanej reprodukcie už po šiestich mesiacoch. Čím skôr sa začne s liečbou, tým je väčší predpoklad úspešnosti.

Čo je podľa vás základom, aby sa žene mimotelové oplodnenie IVF podarilo?

Vek, vek, vek. Neodkladať tehotenstvo. Najväčším nepriateľom ženy je pribúdajúci vek. Ovariálna rezerva ženy je limitovaná. Je veľmi jednoduché overiť si, v akom stave je tá vaša. Stačí jeden odber krvi kedykoľvek v priebehu menštruačného cyklu a výsledok testu AMH (Antimullerov hormón) vám dá odpoveď, v akej kondícii sú vaše vaječníky. Po diagnostike a vyhodnotení výsledkov vyšetrení navrhne lekár páru cieľnú liečbu. Ak je to vhodné, začína sa jednoduchšími formami. Medzi metódy liečby neplodnosti patrí IUI – vnútromaternicová inseminácia, a ďalej môžeme hovoriť o IVF – in vitro fertilizácii. Vtedy sa spermie partnera pridávajú k vajíčkam a kultivujú sa spolu pri presne stanovených podmienkach. Pri závažných poruchách spermiogramu sa používajú na oplodnenie vajíčka

mikromanipulačné techniky. Z oplodnených vajíčok sa vyvíjajú embryá, ktoré sa dva až päť dní kultivujú v inkubátore. Potom lekár prenesie jedno, najviac dve vhodné embryá do maternice.

Áké je percento úspešnosti?

Úspešnosť IVF cyklu sa pohybuje v priaznivých prípadoch okolo 50 percent. Veľa žien počas liečby nie celkom dobre reaguje na hormóny. Myslím tým zmeny nálad, rozladenosť. Všetko sa dá zvládnuť. Tak ako predmenštruačný syndróm, ani „búrlivá emocionálna“ reakcia na hormonálnu stimuláciu sa rozhodne netýka každej ženy podstupujúcej liečbu. Samozrejme, chápavý a tolerantný partner je výhoda:-) Sú ženy, ktorým prvý pokus nevyjde.

Čo im/nám radíte?

Nevzdávajte sa a spoločne v liečbe pokračujte! Každý organizmus je jedinečný a reakcia na hormonálnu liečbu nie vždy prebieha tak, ako predpokladáme. V novom cykle sa z neúspechu môžeme poučiť, proces modifikovať, usmerniť a dosiahnuť tak želaný cieľ. Pri príprave na liečbu a počas nej odporúčame partnerom vyvarovať sa stresu, mať dostatok pohybu a dodržiavať správnu životosprávu, pozitívne myslieť. Počas našej dlhoročnej praxe mnohokrát vytúžený výsledok prišiel až po viacerých opakovaných pokusoch. ME

Základné fakty o IVF

- Zdravotné poisťovne na Slovensku hradia tri cykly mimotelového oplodnenia a časť liekov do dovŕšenia 39. roku ženy.
- Nepriechodnosť vajíčkovodov bola prvým dôvodom rozvoja mimotelového oplodnenia
- Neplodnosť štatisticky v 30 percent tvorí ženský faktor, v 30 percent mužský faktor, v 25 percentách je príčina neplodnosti v páre a 15 percent tvoria nevysvetliteľné príčiny, tzv. idiopatická neplodnosť.
- IVF cyklus trvá od prvej užitej dávky hormonálneho preparátu až po vloženie embrya do maternice 14 – 30 dní.