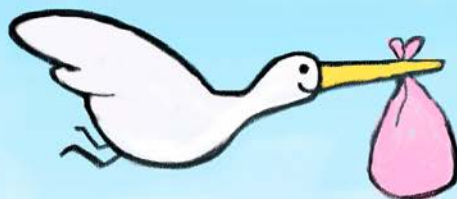


Plánujete v budúcnosti
bábätko? Takto sa dozviete,
aké sú vaše šance.



Zistite, ako sú na tom VAŠE VAJÍČKA

Keby ste mohli zistiť, aké sú vaše vyhladky na počatie dieťaťa, chceli by ste to vedieť? A čo ak vám povieme, že taká možnosť existuje a navyše ju hradí poisťovňa? Možno to ovplyvní vaše premýšľanie aj plánované otehotnenie.

Opuchnuté nohy?

Vyskúšajte tento liek

Opuch nôh nemusí byť vždy iba estetickým problémom. Objaviť sa môže kedykoľvek a môže byť varovným signálom nášho organizmu, že niečo nie je v poriadku. Vzniká hromadením vody v istej časti tela a najčastejšie sa prejavuje práve v oblasti nôh. Medzi možnosti, ako zmierniť opuch dolných končatín, patrí zdravá a vyvážená strava s nízkym obsahom solí, dostatočný príjem tekutín či každodenný pravidelný pohyb. Pri opuchoch vám môže pomôcť aj liek Lymphomyosot®, ktorý kúpite v lekárni bez lekárskeho predpisu vo forme kvapiek alebo tabliet. Viac na www.lymphomyosot.sk, www.lieky-heel.sk.



➔ To, že narastá populácia žien s rôznymi poruchami plodnosti, nie je žiadna novinka. Rovnako stúpa aj počet žien s diagnostikovaným malígnym ochorením ešte pred ukončením reprodukcie. Aj preto je veľmi dôležité vedieť, že sekcia asistovanej reprodukcie Slovenskej gynekologicko-pôrodníckej spoločnosti a Slovenská onkologická spoločnosť v spolupráci s Ministerstvom zdravotníctva SR vypracovala a schválila nové štandardné postupy pre diagnostiku, liečbu a prevenciu porúch plodnosti, ktoré vstúpili do platnosti už v roku 2023.

Dôležité novinky

Pre mladé ženy, ktorých sa prevencia porúch plodnosti týka, z toho vyplývajú mimoriadne dôležité informácie. Jednou z nich je aj možnosť odberu oocytov (oocyt - ženská pohlavná bunka, z ktorej sa vyvíja vajíčko) pred liečbou pre onkologické pacientky aj v prípade, keď nemajú

partnera, ktorý je hradený zdravotnými poisťovňami. Druhou veľmi dôležitou skutočnosťou je screeningové vyšetrenie Anti-Müllerovho hormónu (AMH) v rámci preventívnej gynekologickej prehliadky pre ženy od 30 rokov, ktoré je taktiež hradené zdravotnými poisťovňami.

Otestujte sa

Preventívne vyšetrenie AMH je tým prvým, najjednoduchším a najlacnejším testom ženskej plodnosti. Sme jediní v európskom regióne, komu sa podarilo reprodukčné zdravie žien, teda odber AMH zakomponovať do preventívneho gynekologického vyšetrenia. Ak ste o ANTI-MÜLLEROVOM HORMÓNE ešte nepočuli, ponúkame vám o ňom základné a dôležité informácie, ktoré nám poskytol špecialista na reprodukčnú medicínu a predseda sekcie asistovanej reprodukcie pri Slovenskej gynekologicko-pôrodníckej spoločnosti MUDr. Peter Harbulák, PhD.



Odpovedá
MUDr. Peter Harbulák, PhD.,
vedúci lekár
centra GYN-FIV

Kedy sa hormón AMH začína u žien tvoriť? A je to výhradne ženský hormón?

– ANTI-MÜLLEROV HORMÓN (AMH) sa začína produkovať u dievčat až v puberte. Dôležitou funkciou AMH u žien je regulácia dozrievania folikulov. Tak sa zabezpečuje to, že folikuly nedozrievajú naraz vo veľkom množstve a zásoby vajíčok sa nevyčerpajú predčasne.

Na čo slúžia odbery AMH, a v akých prípadoch sa ich odber osvedčil?

– AMH je ukazovateľom ovariálnej funkcie a je vhodný na posúdenie stavu pri polycystických ováriách aj pri predčasnom zlyhávaní ovariálnej funkcie, ktoré sa môže týkať aj žien mladších ako 30 rokov. Po menopauze nie je AMH v krvi detekovateľný.

A ako vplýva odber AMH na plodnosť ženy?

– V súčasnosti sa za najvýpovednejší a najpresnejší spôsob, ako zistiť počet vajíčok u ženy, považuje stanovenie hladiny hormonálneho markera AMH (Anti-Müllerov hormón) v krvi, teda stanovenie ovariálnej rezervy. Ovariálna rezerva je funkčný potenciál vaječníka, ktorý odzrkadľuje počet v ňom obsiahnutých oocytov.

Kedy môže žena požiadať o vyšetrenie AMH v rámci vyšetrenia u gynekológa, aby bolo bezplatné?

– Gynekológ dokáže z jedného odberu krvi povedať, ako je na tom



Odber je jednoduchý, robí sa z krvi pacientky, menštruačný cyklus tu nezohráva úlohu.

žena s plodnosťou. Od mája minulého roka má na Slovensku nárok na toto vyšetrenie každá žena po tridsiatke v rámci pravidelných preventívnych prehliadok a hraďi ho zdravotná poisťovňa. Ak je hodnota AMH už veľmi nízka, šanca na otehotnenie s vlastnými oocytmi je limitovaná.

Ako sa vykonáva samotný odber?

– Vyšetrenie hladiny hormónu AMH nezávisí od menštruačného cyklu. Test sa vykonáva z krvi, kde sa zisťuje a vyhodnocuje hladina AMH, a tým sa sleduje „folikulárna/ovariálna“ rezerva. Tento skrining u mladých žien na bežnej preventívnej prehliadke je veľmi potrebný, pretože to, ako sa žena cíti a v akej je zdravotnej kondícii nesúvisí s jej ovariálnou rezervou.

Zohráva pri odbere AMH vek?

– Hodnota AMH nehovorí o kvalite vajíčok. Okrem počtu vajíčok je veľmi dôležitý genetický potenciál, ktorý si oocyt so sebou nesú. U 20-ročných žien je najvyšší, u 30- až 35-ročných žien zaznamenávame prvý zásadný pokles a vo veku 35 až 40 rokov je pokles

kvality vajíčok dramatický. Osve-ta je nevyhnutná pre laikov aj pre odbornú verejnosť. Žena sa rodí s určitým počtom vajíčok, ktoré sa postupom života mňajú. Tento proces je veľmi individuálny a nedokážeme ho zvrátiť. Jediným preventívnym opatrením pre ženy, ktoré momentálne z rôznych sociálnych dôvodov nemôžu mať deti, je dať si zmraziť vlastné vajíčka. Kryokonzervácia oocytov je metódou prevencie neplodnosti, je to metóda overená, bezpečná, rýchla a počas celého procesu väčšina žien pracuje a funguje bez významnejšieho zásahu do životného štýlu. ■



Aj ona si ich dala zamraziť

Vyšetrenie AMH má zmysel nielen pre zadané ženy, ale aj pre tie bez partnera, ktoré ešte nestretli toho pravého, s ktorým by si založili rodinu. Medzi takéto ženy patrí aj 33-ročná moderátorka Becca, ktorá prešla odberom oocytov a dala si ich preventívne zamraziť. Získala tak poistku, že ak by sa jej neskôr nedarilo otehotnieť prirodzenou cestou, má ešte zamrazené vajíčka.

Chcela by som sa spýtať, či je možné dostať rakovinu krčka maternice z orálneho sexu. Má význam dať sa proti tomuto ochoreniu v 34 rokoch zaočkovať?

Lucia

Intimná poradňa



Radi
MUDr. Dezider Timko,
gynekológ
a sexuológ

Rakovina krčka maternice nie je prenosné ochorenie z človeka na človeka - partnera. Teda pri orálnom sexe - z partnerových úst rakovina krčka maternice nehrozí. Ale čo je prenosné pri orálnom (i análnom) sexe, je HPV infekcia (ľudský papilomavírus), ktorá sa prenáša najmä priamym kontaktom sliznice počas orálneho, vaginálneho i análneho styku z infikovaného partnera. HPV infekcia zvyšuje riziko rakoviny krčka maternice partnerky a očkovanie proti HPV infekcii má určité významy i vo vašom veku. Z vedeckej i medicínskej stránky je dokázané, že očkovanie proti HPV vírusu má silný ochranný účinok. A to aj vtedy, keď sa už HPV vírus v ženskom tele nachádza. Najvhodnejšie preventívne očkovanie je ešte pred prvým pohlavným stykom, resp. pred 14. rokom života. Rovnako je dokázané, že očkovanie má význam aj u opačného pohlavia (chlapci, muži). ■

Opýtajte sa odborníka!

Ak vás niečo trápi, opýtajte sa gynekológa, ktorý každý týždeň odpovie na vaše ženské alebo sexuálne otázky. Píšte na naše kontakty a pridajte heslo **Gynekológ!**

@ novycasprezeny
@novycasprezeny.sk

WhatsApp
+421915731094

f @NCprezeny

Instagram @novycasprezeny



Ak ste prekročili prah tridsiatky a nemáte ešte deti, je dôležité vedieť, aká je vaša ovariálna rezerva.