



Как пережить ЭКО?

Осознание, что за рождение детей придется немало побороться, подобно урагану. Паника, сумятица в мыслях, отчаяние – многие пережили эти чувства. Как настроить себя правильно, чтобы программа ЭКО прошла без волнений, как пережить неудачу и как подождать анализа на ХГЧ, когда уже на следующий день руки тянутся «замочить тестик»? Мы задали эти вопросы тем, кто ежедневно сталкивается с тревогами будущих мам, – нашим репродуктологам.

«Моя мама говорит, что не верит в ЭКО. Мол, дети, что «получаются» после процедуры – ненастоящие.... А я уже четыре года лечусь от бесплодия и для меня это единственный способ зачать. Скоро я вступлю в протокол. Но как бороться с негативным мнением окружающих?»



**Ирина Андреевна
Грачева,
репродуктолог
«Центр ЭКО»,
Рязань**

Большинство семейных пар, не имеющих детей, нередко обращаются к богу. Со стороны служителей церкви они сталкиваются с непониманием и осуждением. Казалось бы, все, тупик!.... Не пытайтесь переделать мнение людей об ЭКО.

Держитесь вместе. Я заметила, что за время лечения бесплодия методом ЭКО бесплодные пары намеренно теряют много социальных связей (работу, общение с родственниками, друзьями), что приводит к изоляции, беспокойству и депрессии. Как показывает опыт, бесплодным парам присуще скрывать свои проблемы. Они высказывают свою боль на форумах в Интернете.

На самом деле, большинство друзей и родственников готовы вас поддержать. Нужно просто определить тех людей, с которыми хотелось бы поделиться. Поверьте, помощь и любовь близких облегчат нелегкий путь к долгожданному деторождению!

«Как держать себя в руках, когда идет пропаганда рождаемости? Из каждого угла кричат – не родила, не женщина. А у нас не получается, и от этого слышать это вдвойне тяжело»



**Олеся Сергеевна Берестецкая,
«Центр ЭКО Партус de NOVA»,
Екатеринбург**

Смотреть на данный вопрос можно с нескольких позиций: с точки зрения проблемы, цены и желания. Если смотреть с точки зрения проблемы, то это становится самым энергозатратным вариантом работы как для врача, так и для пациентки. Здесь на помощь приходит репродуктивный психолог, который сможет грамотно подготовить психологический фон. В случае если поставлена цель: «Хочу забеременеть!», то, получив положительный результат, у пациенток возникает чувство растерянности и страха: «А что же с этой радостью делать дальше?». И здесь мы снова работаем в коалиции с психологом.

На сегодняшний день в понятие «репродуктолог» укладывается работа целой команды специалистов: гинекологов, психологов, эндокринологов и т.д. Современный образ жизни и социального развития диктует свои условия, и проблема бесплодия у пары является всегда многофакторной: соматической, физической, психологической и социальной, что требует всегда индивидуального подхода. Поэтому стараемся с каждой пациенткой ставить ту цель, которая и выполняема, и всегда служит ступенькой к следующему этапу – рождению ребенка.

Имеются противопоказания. Требуется консультация специалиста.



«Предстоит ЭКО. Не могу собраться с мыслями и сделать шаг к нему»



Татьяна Михайловна Ларюшева,
репродуктолог,
к.м.н. «Центр ЭКО
на Воскресенской»,
Архангельск

«У вас два пути: либо взять себя в руки и действовать. Либо продолжить себя жалеть и надеяться на авось. Как вы думаете, какой путь принесет вам желанный результат? Проведение процедуры ЭКО – это труд не только репродуктолога, но и самой женщины. Выполнять все назначения, не волноваться, действовать четко – так, словно вы выполняете поставленную задачу на работе. Сделайте маленький шаг нам навстречу, и остальное мы сделаем уже вместе».

«Недавно врачи сказали, что я не могу иметь своих детей. Мне предстоит ЭКО. Я не знаю, как быть и очень волнуюсь. Если не получится, я не знаю, как это пережить?»



Ирина Валерьевна Сапега,
репродуктолог
клиники «Центр ЭКО»,
Волгоград

Когда мои пациенты идут на процедуру ЭКО, я советую следующее: для душевного комфорта надо психологически настраиваться на 3-4 попытки. Если беременность наступила с первой попытки (а это примерно 70 % первичных пациентов), то – УРА! Но если нет, то это не должно быть трагедией всей жизни, просто лечение продолжится.

«Мы с мужем вместе пять лет. У нас бесплодие по сочетанному фактору! Впереди у нас серьезное испытание – протокол ЭКО. Я чувствую, что муж печален и напряжен. Он начинает раздражаться на меня. Как сохранить хорошие отношения?»



Альберт Михайлович Иркалийев, репродуктолог
«Центр ЭКО», Нальчик

Действительно, роль супруга очень важна. Мужчина не может расплакаться, поделиться с кем-то своими переживаниями, своей болью. Он должен показывать супруге, что он с ней и всегда готов помочь. Хорошо, когда с врачом можно поделиться переживаниями. Если репродуктолог тоже мужчина, то они находят с супругом общие моменты дружеского общения. Поверьте, большинство женщин-репродуктологов готовы также выслушать, понять и посоветовать сильной половине пары, как быть! Я в своей практике стараюсь показать пациентке как тяжело ее супругу, объяснить, почему это происходит, поднять его авторитет, если это необходимо. Только дружная пара готова все выдержать и достигнуть положительного результата. посоветовать сильной половине пары, как быть! Я в своей практике стараюсь показать пациентке как тяжело ее супругу, объяснить, почему это происходит, поднять его авторитет, если это необходимо. Только дружная пара готова все выдержать и достигнуть положительного результата.

«Мне предстоит протокол ЭКО. Где найти поддержку?»



Надежда Михайловна Чуприна,
репродуктолог, акушер-гинеколог
«Центр ЭКО»,
Москва

Я уверена, что все люди разные, кому-то нужна тишина и покой, другому атмосфера праздника. Так же и в поддержке. Для одной женщины – это муж, крепкое мужской плечо. Для второй – самая близкая подруга или сестра, которая будет хранить все тайны. Для третьих – это может быть Интернет-форум.

Настройтесь на результат. Удачная попытка ЭКО – выигрыш. Неудачная – это получение данных, обобщение полученных результатов с обязательным выигрышем впереди.