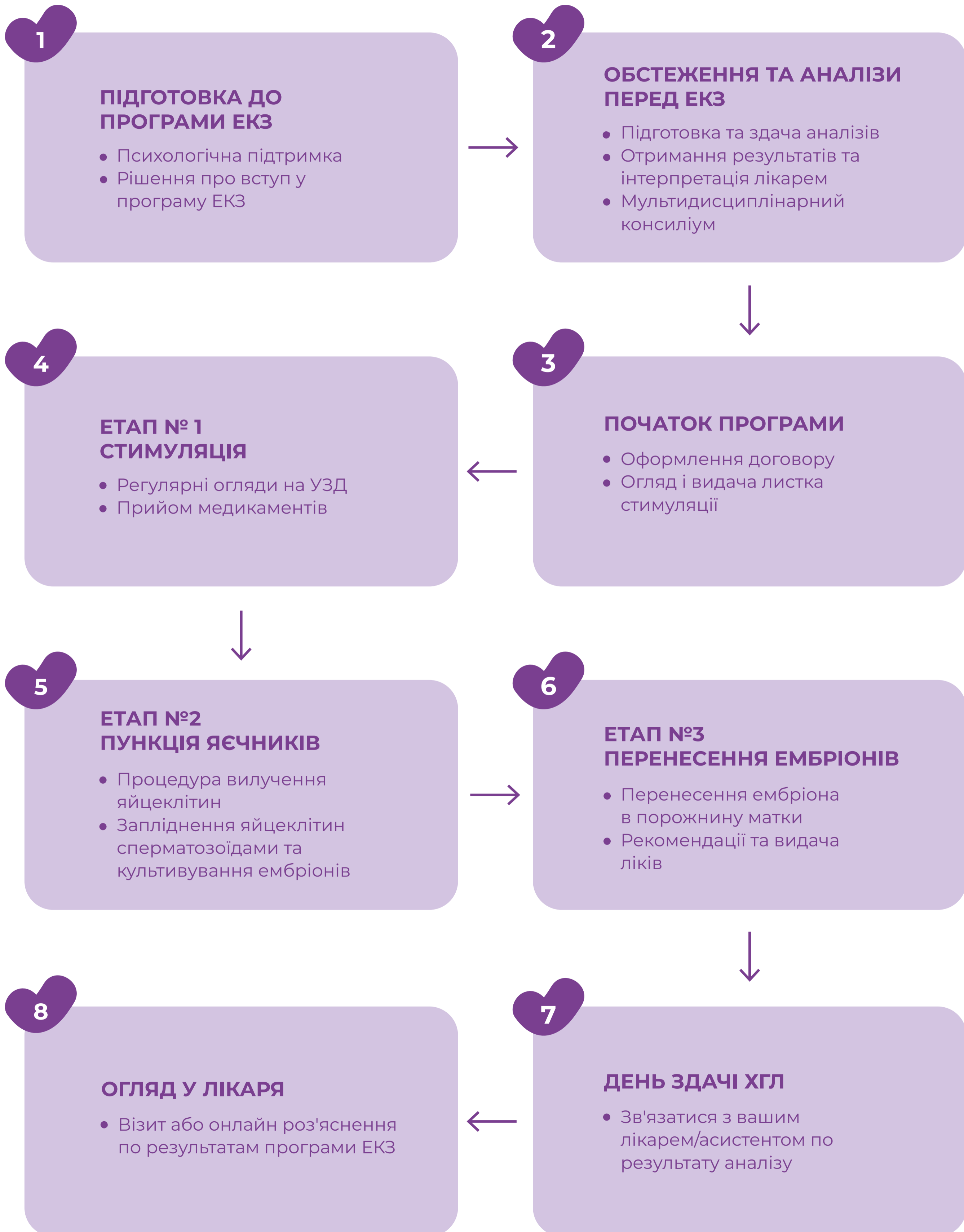


РЕКОМЕНДАЦІЇ УЧАСНИКАМ

**ПРОГРАМ ДОПОМІЖНИХ
РЕПРОДУКТИВНИХ ТЕХНОЛОГІЙ**

ВАШІ КРОКИ НА ШЛЯХУ ДО НАРОДЖЕННЯ МАЛЮКА:



ПРАВИЛЬНЕ ПСИХОЛОГІЧНЕ НАЛАШТУВАННЯ

Ефективність програми ЕКЗ багато в чому залежить від вашого психологічного стану. Що гармонійнішим він буде, то вища ймовірність настання довгоочікуваної вагітності. У ході підготовки до майбутнього батьківства усіма можливими способами налаштовуйте себе на позитив. І якщо потрібно, не соромтеся звернутися по допомогу до психолога.

Медичні процедури можуть виявитися малоефективними, якщо в душі збереглися неусвідомлені конфлікти, страхи та опір змінам, які настають після зачаття, вагітності та майбутнього батьківства. Втома і депресія — теж не кращі супутники у протоколі ЕКЗ.

При правильній психологічній підготовці ви пройдете всі етапи ЕКЗ набагато легше і з кращим результатом. Позитивний настрій також допоможе подолати стрес та напруження, які відчувають деякі жінки після прийому ліків та підготовки до проходження процедури.



ВАЖЛИВО!

**Перед початком лікування постарайтеся відповісти на такі запитання.
І обов'язково попросіть про це свого партнера.**

- Ви готові до емоційних навантажень та тривалого очікування результатів?
- Ви маєте страхи, пов'язані з ЕКЗ, негативним досвідом у минулому, вагітністю чи пологами?
- Ви готові до корегування життєвої стратегії у зв'язку з тим чи іншим результатом ЕКЗ?

РЕКОМЕНДАЦІЇ



Розповідайте тим, кому Ви довіряєте, про свої почуття. Не тримайте в собі переживання, страхи та тривоги



Підтримуйте один одного з чоловіком, не будьте байдужими до почуттів партнера



Змиріться з тим, що інколи можуть наставати періоди тривоги та хвилювання. Ви обов'язково подолаєте їх!



Намагайтеся не займатися тим, що призводить до стресового стану. Не спілкуйтеся з тими, хто сумнівається в успіху



Знаходьте час для задоволення своїх бажань та потреб



Займайтеся творчістю, відкривайте для себе нові заняття та захоплення



Не контролюйте те, що від Вас не залежить. Контроль = напруженість, довіра = розслаблення



Відвідайте лікаря разом із партнером: це ще більше зближить Вас і дозволить краще розуміти значення тестів та процедур



Перед візитом до лікаря записуйте свої запитання, аби нічого не забути і обговорити все, що вас турбує

ОБСТЕЖЕННЯ І АНАЛІЗИ ПЕРЕД ЕКЗ

Вам видали перелік обстежень перед програмою. Уважно вивчіть його.

ВАЖЛИВО!

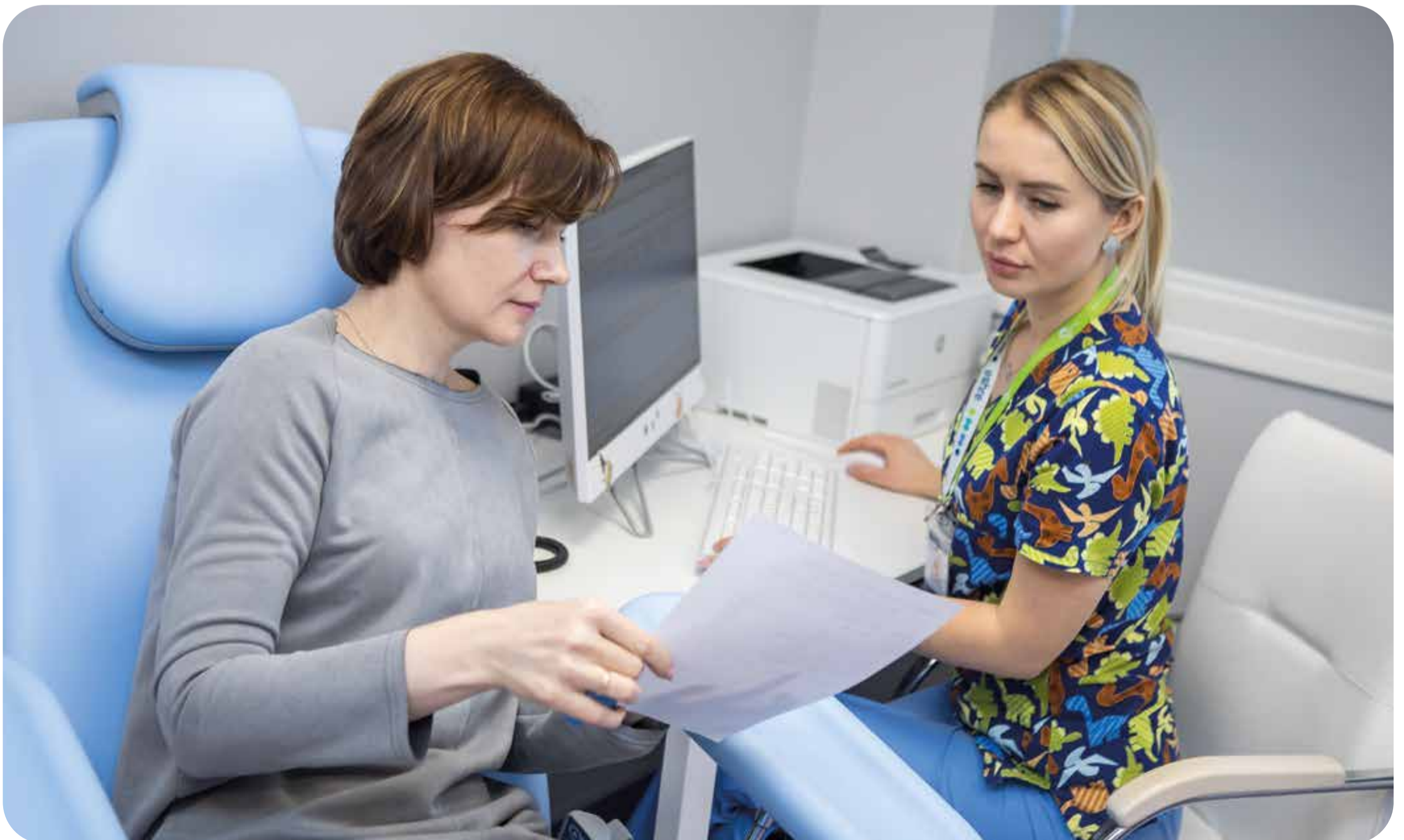
Зверніть увагу на термін дії обстежень.

Одні показники не змінюються протягом життя, інші дійсні лише місяць. Рівень гормонів крові взагалі залежить від дня менструального циклу. Якщо ви раніше не здавали каріотип і призначені лікарем тести ДНК (найчастіший — на спадкову схильність до тромбозів), то зробіть це передусім, оскільки результати будуть готові через 4–6 тижнів. Також можна зробити всі обстеження, які дійсні протягом 1 року.

Інколи початок програми відтермінується на декілька місяців. Тому не поспішайте проходити тести, результати яких дійсні 1 місяць. Ви зможете здати їх, коли визначитеся з термінами.

Ваш лікар повинен побачити результати всіх обстежень до початку програми. Якщо ви здавали аналізи в іншій лабораторії, завантажте їх в особистий кабінет застосунку "Добробут" та запишіться на онлайн роз'яснення або запишіться і прийдіть на прийом.

Існують відносні, або тимчасові, протипоказання для виношування вагітності, що потребують коригування. Також може виникнути потреба у додаткових обстеженнях та консультаціях інших спеціалістів.



ПОЧАТОК ПРОГРАМИ

Ваш лікар визначить найбільш сприятливі для початку програми дні менструального циклу. Щоб приїхати у призначений час, вам необхідно:



У 1-2Й ДЕНЬ ПОЧАТКУ МЕНСТРУАЦІЇ ЗАПИСАТИСЯ НА ПРИЙОМ, ЗАТЕЛЕФОНУВАВШИ ДО РЕЄСТРАТУРИ АБО АСИСТЕНТА ЛІКАРЯ



У ПРИЗНАЧЕНИЙ ДЕНЬ ПРИЙТИ НА ОГЛЯД І БЕСІДУ ДО ЛІКАРЯ



ПІДПИСАТИ ДОГОВІР



ОТРИМАТИ ПРЕПАРАТИ



ВИКОНАТИ ПРИЗНАЧЕННЯ

Після огляду лікар видасть вам листок стимуляції, де будуть відмічатися всі призначення та дати прийому. Обов'язково беріть цей листок із собою на кожну консультацію. Протягом програми асистент лікаря особисто записуватиме Вас на наступний прийом.

ОФОРМЛЕННЯ ДОГОВОРУ



Для укладення договору Ви маєте приїхати до клініки разом із партнером. При собі слід мати паспорт та оригінали всіх обстежень.

Якщо з якоїсь причини Ваш чоловік не зможе бути присутнім, заздалегідь зверніться до нотаріуса та оформіть доручення на право підпису документів, які стосуються ваших обстежень, лікування та проведення усіх дій у ММ «Добробут», з переліком запланованих програм. Наприклад: інсемінація спермою чоловіка, Кріо цикл (із замороженими ембріонами), цикл ЕКЗ із донорською яйцеклітиною, цикл ЕКЗ із донорською спермою, цикл ЕКЗ із донорськими ембріонами. Оригінал доручення залишається у клініці й долучається до договору. Ваш примірник договору ви отримаєте до моменту пункції.

Якщо робота вашого чоловіка пов'язана з частими відрядженнями або тривалими від'їздами, сперму краще заморозити. Заздалегідь обговоріть це питання із вашим лікарем.

ЕТАП №1 СТИМУЛЯЦІЯ

Зазвичай стимуляція триває від 8 до 14 днів. Необхідно суворо дотримуватися всіх призначень лікаря: дози, дня і часу прийому медикаментів, а також введення препаратів, зазначених у листку стимуляції.

Після початку стимуляції ви можете відчувати, як розміри яєчників збільшуються. У цей період не рекомендуються фізичні навантаження, у тому числі інтенсивні заняття спортом, а також підняття предметів вагою понад 3 кг.

Через збільшення рівня певних гормонів у вашому організмі можуть з'явитися слизові виділення, часом досить рясні. Нехай вас це не лякає – це природньо. У такий період важливо пити достатньо рідини.

ЩО МОЖНА ПІД ЧАС СТИМУЛЯЦІЇ:

✓ Робити легку зарядку

✓ Жити статевим життям

✓ Відвідувати басейн

НЕ РЕКОМЕНДУЄТЬСЯ:

✗ Вживати алкоголь

✗ Вживати безалкогольне пиво

✗ Палити, у т.ч. фруктовий кальян

ПАМ'ЯТАЙТЕ:

Гормональні препарати, які приймаються під час програми, не спричиняють збільшення ваги, але можуть посилювати апетит і інколи затримувати рідину в організмі.

Якщо під час стимуляції інші лікарі призначили вам додаткові препарати, рекомендуємо зв'язатися з вашим лікарем для інформування та узгодження найбільш безпечних для вас варіантів.

Під час проведення стимуляції вам можуть призначати гормональні дослідження.

Залежно від протоколу кількість відвідувань лікаря може змінюватися від 4 до 6 візитів. Усі візити, крім пункції та перенесення ембріонів, складатимуться з УЗД та отримання препаратів.

ЕТАП №2 ПУНКЦІЯ ЯЄЧНИКІВ

День пункції буде призначено вашим лікарем. Протягом двох-трьох днів до ймовірної дати утримайтеся від статевої близькості. Триваліша стриманість (довше 5 днів) також не рекомендована.

У ДЕНЬ ПУНКЦІЇ НЕОБХІДНО:



Прийти з чоловіком за 30 хв. до призначеного прийому



Мати при собі паспорти

Ви маєте бути абсолютно натщесерце!

За 6 годин до початку пункції не вживати:



Їжу



Воду

ВАЖЛИВО!

Уранці почистіть зуби без зубної пасти.

Це дуже важливо для того, щоб наркоз минув без ускладнень.



Вашого чоловіка попросять очікувати в холі, поки ви перебуватимете у денному стаціонарі. Після проведення пункції та отримання яйцеклітини його запросять здати сперму. Потім чоловік може поїхати з клініки або почекати вас у холі протягом двох годин.

Підготовка для чоловіка перед здачею сперми:

РЕКОМЕНДУЄМО ВИКЛЮЧИТИ:



Статеві контакти протягом щонайменше двох-трьох днів



Паління



Вживання алкоголю



Відвідування сауни, бані

РЕКОМЕНДАЦІЇ ПІСЛЯ ПУНКЦІЇ

Після пункції ви перебуватимете у відділенні протягом 2-х годин. Потім лікар вас обстежить, аби переконатися, що вас можна відпускати додому. Визначить дату і час перенесення ембріонів. Медсестри денного стаціонару розкажуть вам, як поводитися і як приймати медикаменти.

Дата і час наступного візиту можуть змінюватися залежно від зміни вашого стану або стану ембріонів. Ми вас одразу про це повідомимо.

ВАЖЛИВО!

Після пункції не можна сідати за кермо машини і залишати межі Києва.

Якщо ви мешкаєте в іншому місті, заздалегідь потурбуйтеся про те, де можна залишитися до ранку.

У ПЕРШУ ДОБУ ПІСЛЯ ПУНКЦІЇ ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ:



Приймати гарячу ванну
(можна теплий душ)



Жити статевим
життям



Піднімати важкі
предмети

РЕКОМЕНДАЦІЇ



Режим – максимально спокійний. Найкраще після процедури поїхати додому і відпочити.



Увечері може трішки і недовго боліти живіт, але цей біль не буде сильнішим, ніж при менструації. Якщо біль не минає або посилюється, зателефонуйте лікарю.



Є декілька симптомів, у разі виникнення яких треба негайно телефонувати до вашого лікаря та його асистента. Вони описані в кінці буклета.



Якщо ніч пройшла спокійно, вранці можна йти на роботу або їхати додому (якщо ви мешкаєте в іншому місті). Але якщо робота пов'язана з фізичним або емоційним навантаженням, то краще залишитися вдома.



Асистент лікаря зв'яжеться з вами увечері або вранці, щоб дізнатися про ваше самопочуття.



У деяких ситуаціях з метою уникнення розвитку синдрому гіперстимуляції яєчників лікар може порадишити заморозити ембріони. Це абсолютно безпечно для вашого здоров'я та здоров'я майбутньої дитини, зате дозволить у наступних циклах перенести ембріони без додаткових ризиків.

ЕТАП №3 ПЕРЕНЕСЕННЯ ЕМБРІОНІВ

Будемо вдячні, якщо ви приїдете до клініки за 20–30 хвилин до призначеного часу.

РЕКОМЕНДАЦІЇ

- Вам не потрібно бути натщесерце, однак слід уникати їжі, яка підвищує газоутворення.
- За 40–60 хвилин до запланованого перенесення ембріонів вам потрібно випити 0,5–1 л води без газу. У вас має бути відчуття легкого бажання сходити в туалет, але за можливості трішки потерпіть. Це допоможе краще роздивитися матку на УЗД.
- Після перенесення ембріонів загальний час перебування у відділення складає до 60 хвилин.
- У день перенесення можна їхати додому автомобілем, поїздом і навіть летіти літаком. Під дією сили тяжіння, а також при чханні та кашлі ембріони не залишать матку.
- У наступні 2–3 дні треба дотримуватися максимально спокійного режиму життя.
- Через 3 дні можете повертатися до звичайного ритму життя, при цьому слід уникати значних фізичних і, особливо, емоційних навантажень.



ДЕНЬ ЗДАЧІ ХГЛ

Після перенесення ембріонів наші співробітники призначають дату і запишуть вас у клініку на здачу ХГЛ (хоріонічний гонадотропін людини). Якщо вам зручніше здавати його в одній із наших клінік, обов'язково повідомте про це асистента лікаря.

Також ви можете здати його за місцем проживання, якщо мешкаєте далеко від Києва. Знайдіть лабораторію, де роблять цей аналіз упродовж одного-двох днів. Отримавши результат, одразу зателефонуйте асистенту або лікарю.

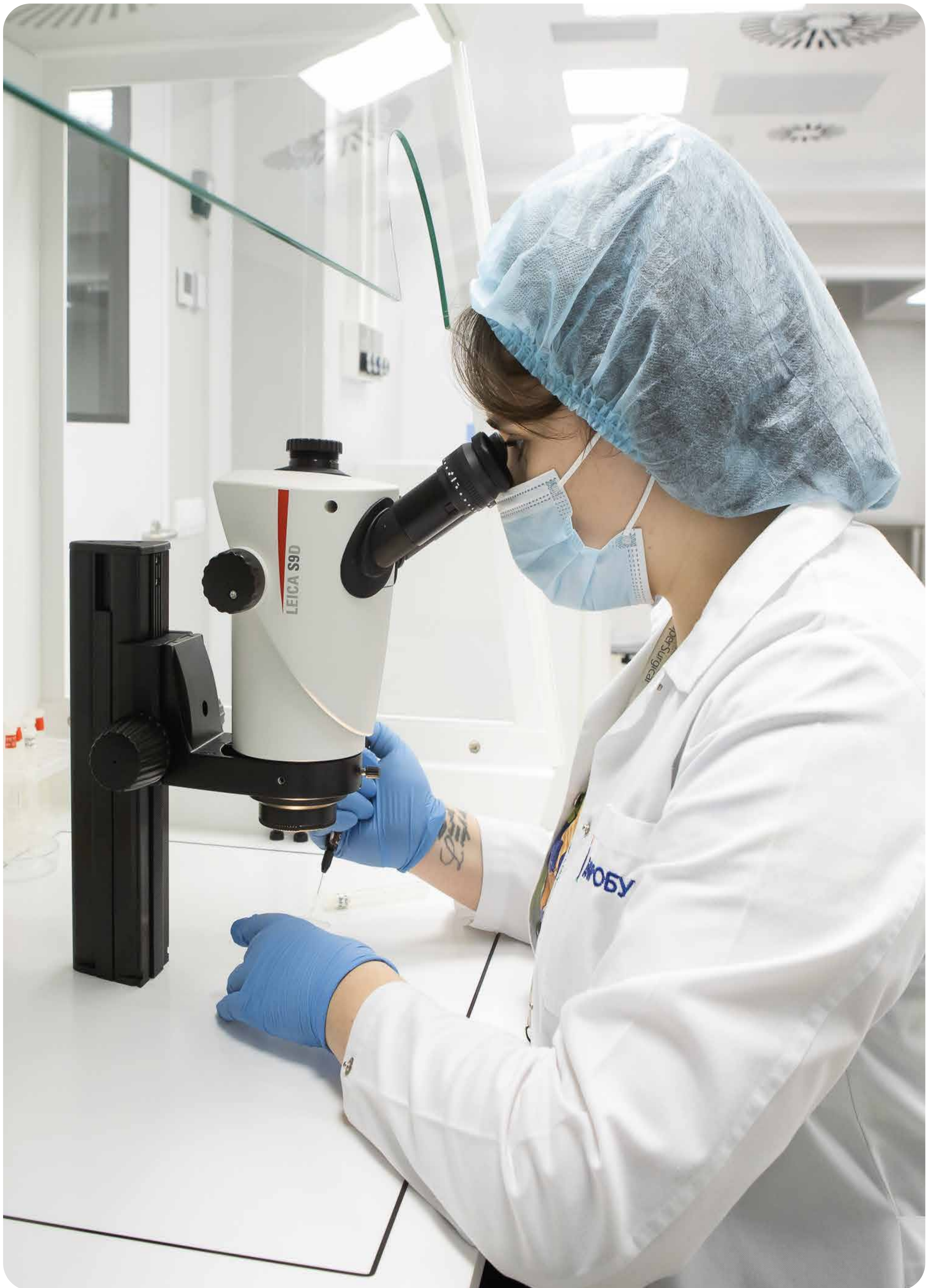
До отримання результату в жодному разі не відмінюйте препарати, навіть якщо у вас з'явилися кров'янисті виділення.



ВАЖЛИВО!

Не здавайте кров раніше призначеного часу — результат не буде достовірний.

Також не варто робити експрес-тести на вагітність. Вони не настільки високочутливі.





У НАС ВСЕ ВИЙШЛО!

Щиро вітаємо! Через 12–14 днів ми запишемо вас на УЗД і розкажемо, які препарати приймати, а які відмінити.

А поки що ви повинні дотримуватися всіх попередніх рекомендацій і уникати фізичних та емоційних навантажень. Обов'язково приймайте призначені препарати за тією самою схемою, що й раніше. При появі тривожних симптомів одразу телефонуйте лікарю або його асистенту.

ЯКЩО РЕЗУЛЬТАТ НЕГАТИВНИЙ

У жодному разі не можна опускати руки і втрачати надію. Ми попросимо вас відмінити усі препарати, дочекатися місячних, зателефонувати нам у 1–2й день менструального циклу і записатися на прийом із шостого дня циклу. Лікар огляне вас на УЗД і детально обговорить з вами усі можливі причини невдачі.

Пам'ятайте: у переважної більшості наших пацієнтів вагітність обов'язково настає! Так, бувають складні чинники безпліддя. Але досвід та професіоналізм спеціалістів «Добробут» допоможуть їх успішно подолати. Просто для цього буде потрібно більше часу і проведення повторних програм.



ЗАПИС У КЛІНІКУ ТА ЗВ'ЯЗОК З МЕДПЕРСОНАЛОМ

У вас виникли запитання? Ви можете телефонувати лікарю у робочий час, у будні з 9:00 до 18:00. У цей час лікар і асистент перебувають на робочому місці і зможуть швидко і ефективно вирішити проблеми, що виникли. У суботу і неділю дзвінки приймає call-центр.

Для запису на прийом телефонуйте до call-центру з 8:00 до 20:00. У разі відсутності вільного часу в розкладі ваш номер телефону запишуть і передадуть координатору відділення Репродуктології «Добробут», він зв'яжеться з вами і запише на прийом.

з 9:00 до 18:00
з понеділка по п'ятницю

Можна телефонувати лікарю та асистенту, якщо ви в програмі ЕКЗ і у вас виникли питання, які потребують вирішення до чергового візиту

з 8:00 до 16:00
з понеділка по п'ятницю

Реєстратура відділення Репродуктології



067 320 45 58

Спілкування тільки СМС повідомленнями

з 9:00 до 18:00
call-центр

Для запису на прийом або відповідей на питання обирайте лінію ДРТ

ТРИВОЖНІ СИМПТОМИ (ТЕЛЕФОНУЙТЕ ЦІЛОДОБОВО)

У разі виникнення зазначених симптомів необхідно зв'язатися з лікарем або асистентом у будь-який час доби.

- ⓘ Кров'яністі виділення зі статевих шляхів після пункції, перенесення ембріонів, при вагітності, яка настала.
- ⓘ Різкий переймоподібний біль у животі, відчуття здуття або розпирання живота, збільшення живота в об'ємі, біль у підребер'ї.
- ⓘ Сильний головний біль, підвищення або зниження артеріального тиску, «мигтіння мушок» перед очима, поява болю у грудях, в області серця, задишка.
- ⓘ Порідшання, зменшення об'єму або припинення сечовипускання, нудота, блювання, пронос, висип на шкірі.
- ⓘ Підвищення температури тіла вище 38 °С, поява симптомів застуди.



ЛІКУВАННЯ БЕЗПЛІДДЯ

Завдяки успіхам сучасної репродуктивної медицини безпліддя перестало бути неминучим – у багатьох випадках цю проблему можна подолати.

Сьогодні відділення Репродуктології медичної мережі «Добробут» – це команда професіоналів, чиї знання, досвід та вміння здатні допомогти навіть у найскладніших випадках безпліддя. Успішність запліднення у нашій клініці обумовлена також потужною базою ембріологічної лабораторії та унікальними навичками її фахівців.

ДОПОМІЖНІ РЕПРОДУКТИВНІ ТЕХНОЛОГІЇ, ЩО ЗАСТОСОВУЮТЬСЯ У ВІДДІЛЕННІ РЕПРОДУКТОЛОГІЇ ММ «ДОБРОБУТ»



Внутрішньоматкова інсемінація (ВМІ)



Екстракорпоральне запліднення (ЕКЗ)



Відкладене материнство (кріоконсервація яйцеклітин)



Кріоконсервація сперматозоїдів, яйцеклітин і ембріонів



Донація яйцеклітин



Передімплантаційна генетична діагностика

ЧОМУ ВАРТО ДОВІРИТИ СВОЮ МРІЮ ПРО ДИТИНУ ММ «ДОБРОБУТ»?



ДОСВІД

Завдяки багаторічному досвіду експертних лікарів маємо багато успішних історій вагітності



КОМПЛЕКСНИЙ ПІДХІД

Проводимо ретельну діагностику і, за потреби, ендоскопічну підготовку перед застосуванням допоміжних репродуктивних технологій



РЕЗУЛЬТАТИВНІСТЬ

Успішність лікування в нашому відділенні 46% і наші спеціалісти роблять все, щоб показник збільшувався



ДІАГНОСТИЧНА БАЗА

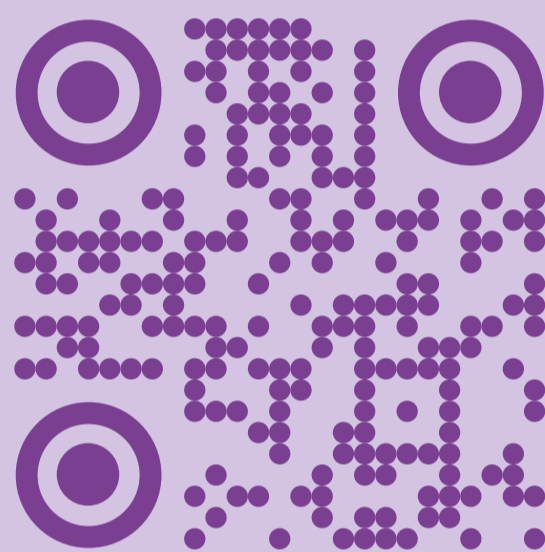
Власна лабораторія



ВЕЛИКІ МОЖЛИВОСТІ

Нас вирізняє багатопрофільна структура та індивідуальний підхід на шляху до батьківства





ЦЕНТР РЕПРОДУКТОЛОГІЇ
МЕДИЧНОЇ МЕРЕЖІ
«ДОБРОБУТ»

 вул. Сім'ї Ідзиковських, 3

044
097
050 **495 2 888**

Вартість дзвінків за тарифами вашого оператора

   **0673204558**

Пн–Пт з 9:00 до 17:00,
спілкування тільки через SMS-повідомлення