

# ΦΥΣΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΣΤΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΤΗΣ ΥΠΟΓΟΝΙΜΟΤΗΤΑΣ



ΤΟΥ  
**ΣΤΕΦΑΝΟΥ ΧΑΝΔΑΚΑ**

Η εξωσωματική γονιμοποίηση τα τελευταία 40 χρόνια υπήρξε για πολλές οικογένειες το «θαύμα» που τους οδήγησε στην απόκτηση ενός υγιέστατου παιδιού. Ωστόσο σήμερα, δεδομένης της τάσης που υπάρχει για το «φυσικό», είναι εύλογο να αναρωτηθεί κανείς αν υπάρχει μια πιο φυσική προσέγγιση όσον αφορά τη θεραπεία της υπογονιμότητας. Πολλές γυναίκες επιλέγουν τον τροποποιημένο φυσικό κύκλο (Mini IVF). Ο τροποποιημένος φυσικός κύκλος είναι μια μέθοδος αντιμετώπισης των προβλημάτων γονιμότητας που χρησιμοποιεί την ίδια διαδικασία με τη συμβατική εξωσωματική γονιμοποίηση με τη διαφορά ότι γίνεται χρήση ελάχιστων φαρμάκων για την παραγωγή ωαρίων παρέχοντας υψηλά ποσοστά επιτυχίας ενώ χρησιμοποιεί σημαντικά λιγότερη φαρμακευτική αγωγή.

Όπως η εξωσωματική γονιμοποίηση (IVF), ο τροποποιημένος φυσικός κύκλος αφορά μια ολιστική προσέγγιση στη φροντίδα της γονιμότητας και προσφέρει μια ήπια εναλλακτική λύση στη συμβατική εξωσωματική γονιμοποίηση.

## Μικρός αριθμός με υψηλή ποιότητα

Το πρωτόκολλο τροποποιημένου φυσικού κύκλου εστιάζει στην παραγωγή μικρού αριθμού ωαρίων υψηλής ποιότητας. Η ποιότητα του ωαρίου μπορεί να επιτευχθεί όταν χρησιμοποιούνται μικρές ποσότητες φαρμακευτικής αγωγής. Στόχος είναι να παραχθούν μέχρι πέντε ωάρια καλής ποιότητας και να είναι κατάλληλα για γονιμοποίηση.

Σχετικά με τη διαδικασία, ανάλογα με τη διάρκεια και τη συχνότητα του εμμηνορρυσιακού κύκλου της κάθε γυναίκας χορηγείται, ξεκινώντας από τη δεύτερη ημέρα της περιόδου, ένα χάπι, η κλομιφαίνη, το οποίο θεωρείται το φάρμακο εκλογής για τη διέγερση ωορρηξίας. Ανάλογα με τις ορμονικές απαιτήσεις μπορεί να δοθούν συμπληρωματικά φάρμακα διέγερσης – χορηγούμε πολύ μικρή ποσότητα φαρμάκων γοναδοτροπινών – την 8η, την 9η και τη 10η ημέρα του κύκλου. Η δοσολογία των ενέσεων προσαρμόζεται πάντοτε με βάση τις διαφορετικές ανάγκες της κάθε γυναίκας, σε αντίθεση με τις καθημερινές ενέσιμες θεραπείες που περιλαμβάνει η κλασική εξωσωματική για διάρκεια 12-15 ημερών, απλοποιώντας σημαντικά τη θεραπεία αλλά και τη φαρμακευτική επιβάρυνση.

## Υπέρηχος και εξετάσεις αίματος

Παράλληλα με τη θεραπεία προτείνεται υπερηχογραφική παρακολούθηση σε συνδυασμό με εξετάσεις αίματος. Έτσι παρακολουθούνται ο αριθμός και το μέγεθος των αναπτυσσόμενων ωοθυλακίων.

Όταν έχουμε ικανοποιητικό αριθμό ωοθυλακίων μεγαλύτερων των 18 mm, ικανοποιητικό πάχος ενδομητρίου και επίσης ιδανική τιμή οιστραδιόλης στο αίμα, επιτυγχάνουμε την τελική ωρίμανση των ωαρίων με τη χορήγηση χοριακής γοναδοτροπίνης (hCG) σε μορφή υποδόριας ένεσης, η οποία δίνεται για να διεγείρει την ωρίμανση των ωαρίων και 36 ώρες μετά

γίνεται η ωοληψία. Τα ωάρια στη συνέχεια γονιμοποιούνται από τους εμβρυολόγους στο εργαστήριο με το σπέρμα του συντρόφου. Το επόμενο πρωί ελέγχεται η γονιμοποίηση των ωαρίων και στις ημέρες που ακολουθούν παρακολουθείται η εξέλιξή τους. Στη συνέχεια καταψύχονται με σκοπό τη συλλογή εμβρύων καλής ποιότητας. Όταν συγκεντρωθεί ο επιθυμητός αριθμός εμβρύων, αυτά αποψύχονται, πραγματοποιείται η εμβρυομεταφορά και ύστερα από δώδεκα έως δεκαπέντε ημέρες γίνεται η εξέταση β-χοριακής για να επιβεβαιωθεί εάν το έμβryo έχει εμφυτευθεί με επιτυχία.

## Για ποιον λόγο να επιλέξω τη Mini IVF; Ποια είναι τα οφέλη;

- Λιγότερη δυσφορία που σχετίζεται με τις ανεπιθύμητες ενέργειες των φαρμάκων διέγερσης, συμπεριλαμβανομένου του πόνου στο σημείο της ένεσης.
- Παραγωγή ωαρίων υψηλής ποιότητας που είναι κατάλληλα για γονιμοποίηση.
- Μια πιο ήπια επιλογή θεραπείας σε όσους θέλουν να περιορίσουν την ποσότητα των φαρμάκων γονιμότητας που λαμβάνουν.
- Η οικονομική επιβάρυνση είναι σημαντικά μικρότερη.
- Κατάλληλο για γυναίκες με υψηλή FSH (>10) και ιδιαίτερα χαμηλή AMH (<0,4 ng/mL).
- Αυξημένα ποσοστά επιτυχίας.

## Τι ποσοστό επιτυχίας έχει η μέθοδος;

Τα αποτελέσματα της με-

θόδου αυτής φθάνουν το 25% ανά εμβρυομεταφορά, ποσοστό εξαιρετικό, ειδικά για γυναίκες με ελάχιστη παραγωγή ωαρίων ή/και προχωρημένης αναπαραγωγικής ηλικίας. Συμπερασματικά, ο τροποποιημένος φυσικός κύκλος (Mini IVF) ελαχιστοποιεί την ποσότητα των φαρμάκων που χρησιμοποιούνται στις θεραπείες γονιμότητας και αυξάνει τις πιθανότητες εγκυμοσύνης δίνοντας πλεονάζοντα έμβρυα προς κατάψυξη με σκοπό τη χρήση τους σε έναν μεταγενέστερο κύκλο.

## ULTRA MINI IVF

Το Ultra Mini IVF ακολουθεί την ίδια στρατηγική με τη Mini IVF, με τη διαφορά ότι επικεντρώνεται μόνο στη λήψη φαρμάκων από το στόμα – συνήθως ένα-δύο χάπια ημερησίως.

## IVF σε φυσικό κύκλο

Ο φυσικός κύκλος είναι μια άλλη εναλλακτική μορφή IVF που σας επιτρέπει να αποφύγετε το υψηλό κόστος που σχετίζεται με τη φαρμακευτική αγωγή καθώς και την «ταλαιπωρία» των καθημερινών ενέσεων που χρησιμοποιούνται στην κλασική μέθοδο εξωσωματικής γονιμοποίησης.

Οι υποψήφιοι για Φυσικό Κύκλο IVF™ περιλαμβάνουν:

- Γυναίκες που έχουν υψηλά επίπεδα FSH.
- Γυναίκες που διατρέχουν υψηλό κίνδυνο εμφάνισης του συνδρόμου υπερδιέγερσης των ωοθηκών (OHSS).
- Γυναίκες με χαμηλή παραγωγή ωοθυλακίων σε έναν μόνο κύκλο.

- Γυναίκες με χαμηλή ανταπόκριση στα φάρμακα γονιμότητας.
- Γυναίκες μεγαλύτερης ηλικίας.
- Γυναίκες που δεν επιθυμούν τη χρήση μεγάλων ποσοτήτων φαρμακευτικής αγωγής γονιμότητας.
- Γυναίκες που επιθυμούν μια χαμηλού κόστους επιλογή θεραπείας.
- Γυναίκες που επιθυμούν μικρό αριθμό εμβρύων, είτε για θρησκευτικούς είτε για ηθικούς λόγους.

Η πολιτική που ακολουθούμε στη θεραπεία του φυσικού κύκλου αφορά την ποιότητα του ωαρίου και όχι την ποσότητα ωαρίων που είναι σε θέση να παράγει η κάθε γυναίκα. Επιλέγοντας το πρωτόκολλο του φυσικού κύκλου, το ένα ωάριο που παράγεται με φυσικό τρόπο κάθε μήνα συλλέγεται κατά την ωοληψία, γονιμοποιείται in vitro και μεταφέρεται στη μήτρα για εμφύτευση με σκοπό την επίτευξη επιτυχούς εγκυμοσύνης. Όλες οι ασθενείς πρέπει να λαμβάνουν εξατομικευμένη θεραπεία γονιμότητας. Η εξειδικευμένη φροντίδα της εξωσωματικής γονιμοποίησης αποτελεί την επιλογή ενός θεραπευτικού σχεδίου που να ανταποκρίνεται στις ιδιαίτερες ανάγκες της εκάστοτε περίπτωσης.

**Ο κ. Στέφανος Χανδακάς, MD, MBA, PhD, είναι μαιευτήρας-ενδοσκοπικός χειρουργός Αναπαραγωγής, τ. επιμελητής του Princess Royal University Hospital στο Λονδίνο, μέλος του Επιστημονικού Συμβουλίου του νοσοκομείου «Μπτέρα» [www.drchandakas.gr](http://www.drchandakas.gr)**

**Ο τροποποιημένος φυσικός κύκλος (Mini IVF), η νεότερη θεραπεία γονιμότητας, ελαχιστοποιεί την ποσότητα των φαρμάκων που χρησιμοποιούνται στις θεραπείες και αυξάνει τις πιθανότητες εγκυμοσύνης δίνοντας πλεονάζοντα έμβρυα προς κατάψυξη με σκοπό τη χρήση τους σε έναν μεταγενέστερο κύκλο**