

Ako je to teda na Slovensku s plodnosťou? Naozaj sa zvyšuje počet ľudí, ktorí majú problém prirodzene počať a vynosiť dieťa?

Veľmi výrazne sa zvyšuje. S plodnosťou to ide dolu vďaka. A to vidíme len tých, ktorí sa odhodlajú a prídu k nám. Demografické parametre sú však jasné. Zvyšuje sa vek rodičiek. Pred 30 rokmi sa 30-ročná bezdetná žena brala ako prístara na rodenie detí. Rodilo sa v 18 až 24 rokoch. Tehotenstvo po štyridsiatke bolo jednou z indikácií na interrupciu.

Dnes príde 40-ročná žena, ktorá má krátko partnera, že chce otehotnieť a je to úplne normálne. Prvá vec, ktorá ovplyvňuje plodnosť, je teda to, že my sami sme si posunuli vek, v ktorom sa snažíme mať deti. Príroda však na to nemyslela. Vybabrali sme sami so sebou.

Ako ženy znášajú, keď sa im nedarí otehotnieť vtedy, keď sa ony rozhodnú?

Veľmi zle. A to je ďalší problém. Povedzme, že 36-ročná žena sa rozhodne otehotnieť. Prvý mesiac snaženia sa je ešte o. k., druhý už hľadá červík pochybností a na tretí mesiac vypukne hotová panika. Ony pritom vedia aj tušia, že to chce svoj čas. Pravdepodobnosť otehotnenia u zdravého páru

v jednom cykle je 20 percent, tak sme my ľudia nastavení. Keď je však žena v panike, všetko je oveľa ťažšie. Vznikajú hormonálne poruchy, pár je v ustavičnom strese. Psychika ženy je však pre otehotnenie veľmi dôležitá a nemáme na ňu dostatočný dosah. Psychológovia, žiaľ, riešia úplne iné veci. Pri liečbe sterility treba riešiť vždy aj psychiku. Je však veľmi ťažké inak nastaviť a zmeniť vzorec správania po pár vyšetreniach.

Aké sú najčastejšie medicínske dôvody ženskej neplodnosti?

Hormonálne poruchy, polycystické vaječníky, rastie počet prípadov endometriózy.

U mužov?

Ustavične klesá počet, kvalita a rýchlosť spermií. To je hotová katastrofa. Čím vyspelejší štát, tým horší spermioqram u mužov. Norma Svetovej zdravotníckej organizácie (WHO) pre počet spermií v mililitri ejakulátu sa, žiaľ, počas života jednej generácie musí prispôbiť ich prudkému poklesu. Generácia našich otcov mala v mililitri ejakulátu do 200 miliónov spermií. Potom ich bolo 40, 20 a aktuálne je to 15 miliónov spermií. A naše deti budú mať možno normu 1 milión. Takto to momentálne je a k tomu spejeme. Norma WHO sa

bude musieť prispôbiť. Časť populácie mužov sa teda do nej dostane, hoci majú zlý spermioqram. Počet i kvalita spermií sa však stále znižujú.

Čo to spôsobuje?

Najmä súčasný životný štýl a nadmerný stres. Všetci sa naháňame. Existuje vyšetrenie, volá sa fragmentácia DNA, kde vieme zistiť, koľko percent spermií u muža je geneticky poškodených. Pri ňom veľmi pekne vidieť vplyv správania sa muža na jeho spermioqram. Veľmi rizikovým povoláním sú muži pracujúci v IT sektore. Tí už často prichádzajú s tušením, že ich spermioqram bude zlý. Žiarenie určite nezlepšuje kvalitu spermií. A sme mu vystavení od malička. Dnes sedí v triede 30 žiakov, ktorí majú 30 mobilov a 30 wifi. Nedá sa tomu vyhnúť.

Môžu s tým teda muži, ktorí majú zlý spermioqram, niečo robiť?

Len ťažko. Musia žiť v danej civilizácii, jest to, čo kúpia v obchode. Niektoré parametre sa dajú upraviť - v aute si dať veteráciu podložku, nevyhrievať sedadlá, nechodiť často do sauny a nedávať si dlhé horúce kúpele. Informatici si môžu dať k počítačom káble namiesto wifi. Dobré je nenosiť mobil v prednom vrecku nohavíc,

snažiť sa nestresovať, užívať vitamíny. Žiaľ, vitamíny sú jediná vec, ktorú môžu títo muži užívať. Lieky na to neexistujú. Niektorí muži však dokážu svojou životosprávou upraviť aj veľmi zlý spermioqram do normy. Takže sa to dá. Je to však veľmi malý počet, iba asi 10, 20 percent. Mnohým teda ani zlepšená životospráva vôbec nepomáha. A liečiť to nevieme. Dokážeme však využiť aj horšie spermie na tie metodiky oplodnenia, ktoré zlepšujú šancu páru otehotnieť. Iba 4 percentá spermií sú dnes u mužov tvarovo správne. Predtým to bolo podľa normy WHO 14 percent a predtým 80 percent. Verím tomu, že mužom, ktorí sú dnes ešte chlapcami, bude raz treba pomáhať umelým oplodnením, aby mohli mať deti.

Je to naozaj také zlé?

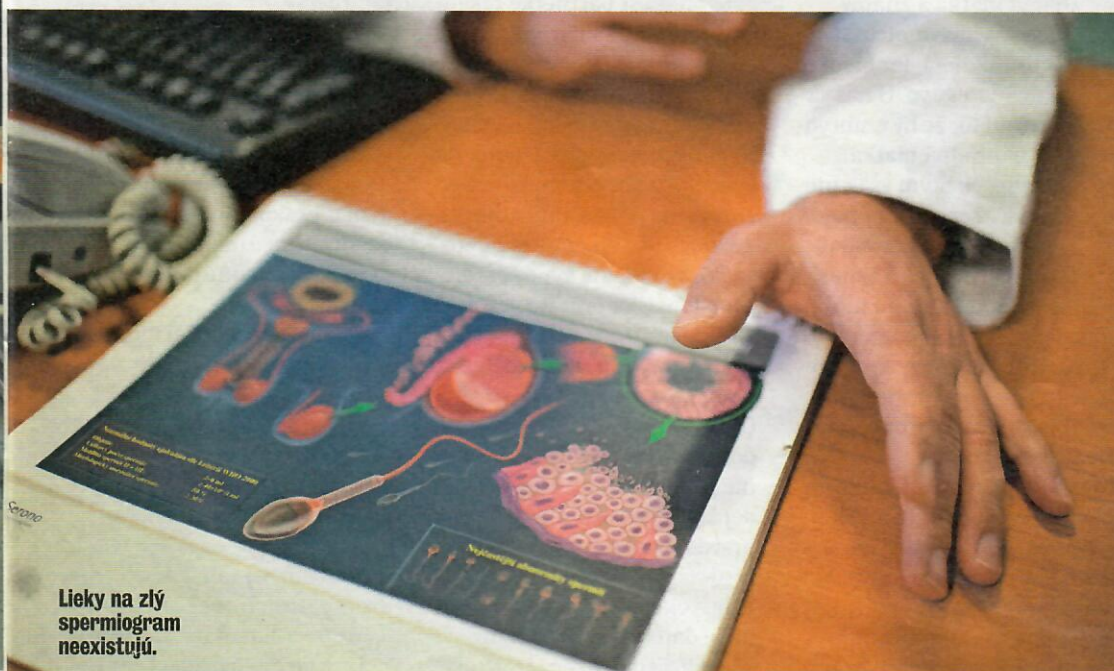
Je. Mali sme tu nedávno matúrnu triedu. Chalani sa totiž z recesie rozhodli, že si dajú vyšetriť spermie.

Ako to dopadlo?

U potenciálnych darcov spermií sú požiadavky na spermioqram vyššie než u bežnej populácie. Z tých pätnástich zdravých mladých 18-ročných chlapcov ich splnili iba dvaja. Dnes majú skutočne štyridsiatnici lepšie spermie ako dvadsiatnici. Keďže negatívny vplyv životného prostredia sa zvyšuje, dnešní mladí muži budú mať vo veku, keď sa budú pokúšať o dieťa, oveľa horší spermioqram ako dnešní štyridsiatnici v ich veku.

Ak má pár problém so splodením dieťaťa, po akom čase by mali prísť do centra asistovanej reprodukcie?

Keď sa pár snaží rok otehotnieť bežným pohlavným stykom a nedarí sa to. Ak však vedia o faktore, ktorý bráni otehotneniu, napríklad upchaté vajčkovody či iný problém, treba to riešiť hneď. Potom sú tu vekové kritériá. Ak má žena 36, 37 rokov, mali by prísť už po polroku, ak má 40 rokov, mali by prísť hneď. Určite nemá význam, aby 40-ročná žena rok čakala, či to vyjde prirodzene. →



Lieky na zlý spermioqram neexistujú.