

ВСЕ О ЖЕНСКОМ И МУЖСКОМ ЗДОРОВЬЕ



✓ **Использовать
все шансы**
с. 4

✓ **Мужской
разговор**
с. 11

✓ **Всеми
свое время!**
с. 12

Репродуктология

Научно-популярный журнал

*Главный редактор***С.Б. БАЙКОШКАРОВА**,
доктор биологических наук*Заместитель главного редактора***А. ПАК**,

кандидат медицинских наук

*Шеф-редактор***К. ЕВДОКИМЕНКО***Редакционный совет:***В.М. ЗДАНОВСКИЙ (Россия),
Д. ФЕЛЬДБЕРГ (Израиль),
В. ИСАЧЕНКО (Германия),
А.Т. РАИСОВА, С.У. МУСТАФАЕВ,
Т.П. КОПЫЛОВА,
З.Ж. АМАНЖОЛОВА,
Н.С. КАРАБАЛИН***Корректор-редактор***Г.Ж. МУРЗАГАЛИЕВА***Ответственный секретарь***С.О. ЕРГАЛИЕВА****№№ 2-3 (11-12), 2013 г.**Репродуктология - ежеквартальный
научно-популярный журнал
Казахстанской ассоциации
репродукции человека
Издается с 2009 г.**Собственник журнала -**

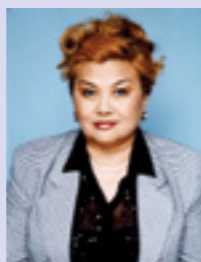
ТОО «Экомед»

Журнал зарегистрирован в Мини-
стерстве культуры и информации РК
Регистрационный номер 7430-ж**Адрес редакции:** г. Алматы,
пр. Гагарина, 78

Тел.: (327) 277-55-73, 375-90-04

По вопросам публикации
материалов обращаться
к ответственному секретарю:
эл. почта: info@kahr.kzОтветственность за содержание
публикуемых материалов
несут авторы материалов.Ответственность за рекламные
материалы несут рекламодатели.Перепечатка публикуемых материалов
допускается только с разрешения редакции.
При цитировании обязательны ссылки на
журнал.Журнал отпечатан в типографии
«Алем Принт»,
Алматы, ул. Глазунова, 44а
тел.: 8(727)328-38-07, 294-30-73
+7 705 399 88 00

ТИРАЖ 1000 экз.

**БАЙКОШКА-
РОВА Салта-
нат Бердено-
на** - главный ре-
дактор журна-
ла «Репродук-
тология», док-
тор биологиче-
ских наук, руководи-
тель и осно-
ватель первой кли-
ники ЭКО в
Казахстане - «ЭКОмед», член
Национальной комиссии по
делам женщин и семейно-
демографической политике при
Президенте Республики Казах-
стан.**ЗДАНОВСКИЙ****Валерий Мстис-
лавович** - (Рос-
сия) - доктор ме-
дицинских наук,
профессор,
врач-акушер-
гинеколог выс-
шей категории,
лауреат премии правительства
России за внедрение метода
ЭКО в лечении бесплодного
брака, генеральный директор
медицинского центра «Лера»
и центра лечения бесплодия
«ЭКО», г. Москва.**ФЕЛЬДБЕРГ
Дов** (Израиль)
- профессор,
доктор медицин-
ских наук (MD),
вице- председа-
тель женского
госпиталя Helen
Schneider RabinMedical Center (университетская
клиника Тель-Авива, Израиль),
вице-президент Всемирной
ассоциации репродуктивной
медицины (World Association of
Reproductive Medicine - WARM),
автор более 150 научных пу-
бликаций по репродуктивной
медицине.**РАИСОВА
Адебиет
Темирбула-
товна** - член-
корреспондент
АМНК, доктор
медицинских
наук, профес-сор, заведующая кафедрой
акушерства и гинекологии
Казахстанско-Российского ме-
дицинского университета.**МУСТАФА-
ЕВ Садуакас
Умбеталиевич**
- доктор меди-
цинских наук,
профессор,
генеральный
директор Алма-
тинского кли-
нического центра под руковод-
ством профессора Мустафаева
С. У.**АМАНЖОЛО-
ВА Зауреш
Джуманали-
евна** - доктор
медицинских
наук, заме-
ститель аки-
ма города Ал-
маты.**ИСАЧЕНКО
Владимир**(Германия)
- PhD, за-
ведующий
научно-иссле-
довательским
отделением ре-
продуктивноймедицины кафедры акушер-
ства и гинекологии Кельнского
университета.**КОПЫЛО-
ВА Татьяна
Павловна**- врач-акушер-
гинеколог
высшей квали-
фикационной
категории, руко-
водитель Медицинского центра
Копыловой.**КАРАБАЛИН
Нурлан Сери-
кович** - глава
представитель-
ства «Ферринг
фармацевтикалс
С. А.» в Казах-
стане, кандидат
медицинских наук.**ОТ РЕДАКТОРА:**

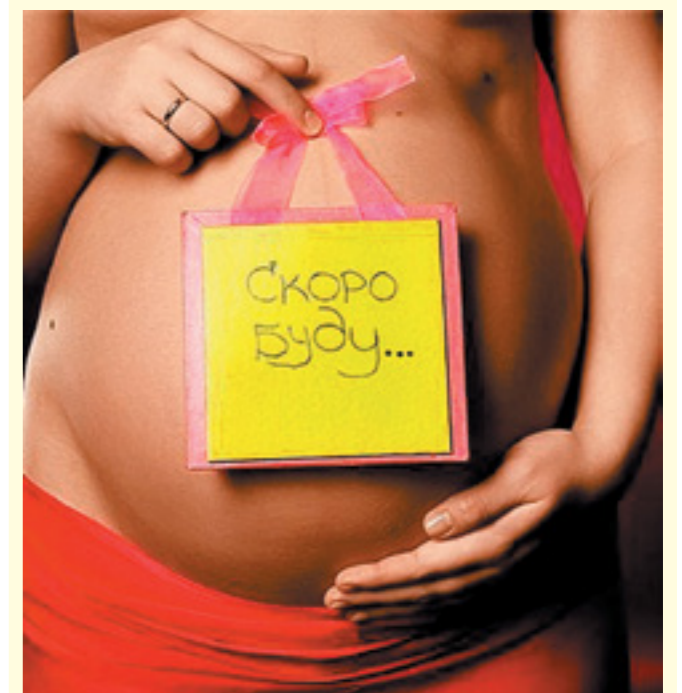
Меня иногда спрашивают: есть ли понятие VIP-клиентов в нашей клинике. И человеку, далекому от наших проблем, трудно объяснить, что нет клиентов - есть пациенты. Нет очень важных и менее важных. Это мужественные люди, которые не смиряются с приговором судьбы, которые готовы использовать малейший шанс, чтобы стать счастливыми.

Скажу одно - за то время, пока существует наша клиника, мы пережили много трудностей, менялись личные обстоятельства, законодательства, то опускались руки, то вырастали крылья. Но достаточно посмотреть на фотографии бутузиков, «сделанных» в пробирке, висящие в моем кабинете, чтобы понять, что все это не зря. Хочется мне, чтобы и вы, дорогие женщины, верили в это. Все трудности забудутся, или почти забудутся, все страхи и боль останутся позади.

А вы действительно VIP-клиенты! Не потому, что я сама знаю, что такое - долгое ожидание детей, не потому, что наши врачи, как олимпийские спортсмены, заточены на достижение цели. Только задумайтесь: мир ЭКО - это мир новейших технологий, невероятных и удивительных. Ни в одной другой области медицины не идут такие упорные изыскания, не появляется столько важной информации. Не совершенствуется высокотехнологическое оборудование. Поэтому к нашим с вами детям в полной мере применимо любимое восклицание мамочек - чудо, а не ребенок!

ЧИТАЙТЕ В НОМЕРЕ:

- 4 Использовать все шансы
- 6 «Дурацкие вопросы»
- 8 Будем работать
- 9 Если вы планируете беременность...
- 10 Естественный отбор
- 11 Мужской разговор
- 12 Все мое время!
- 13 Подарки судьбы
- 14 Никогда не поздно
- 16 Невыдуманные истории



Использовать все шансы

Клиника ЭКОМЕД сделала еще одну серьезную инвестицию в новейшие технологии. Теперь врачи могут справляться с такой проблемой, как синдром пустых фолликул.

Удивительно, но факт - очень часто мы воспринимаем врача как представителя сферы обслуживания. Мы ведь заплатили деньги, так пусть повернет время вспять, восстановит растраченное здоровье, словом, совершит невозможное. Наверное, поэтому самый больной вопрос, который задают репродуктологам: «Почему нет беременности?». Врачи устают объяснять пациентам, что они делают все возможное и даже чуть больше. За чудеса отвечает другая инстанция. Впрочем, современные технологии как раз и находятся на грани чудес.

Одна из пациенток недавно устроила настоящий скандал репродуктологу: «Я выполняла все предписания, почему вы не смогли обнаружить яйцеклетки?». Ситуацию пришлось разъяснять в кабинете главврача Салатнат Байкошкаровой:

- Да, действительно, есть такая проблема, как синдром пу-



стых фолликул. Что это такое? С человеческой точки зрения - это слезы пациентов, напрасно затраченные финансы, ощущение, что природа тебя обманула, что врач что-то не сделал. Потому что после соблюдения всего протокола, приема стимуляторов мы получаем фолликулы, но не находим в них яйцеклеток.

С медицинской точки зрения все очень просто: яйцеклетка в положенное время должна отделиться от стенки фолликула и «выплыть» в жидкость, напол-

Женщины иногда даже начинают паниковать, считая, что у них закончились фолликулы.

няющую его. Это означает готовность к оплодотворению. ЭКО подразумевает, что именно в это время делается пункция, тончайшей иглой под контролем УЗИ аппарата отсасывается жидкость из фолликула вместе с яйцеклеткой. Если ЭКО происходит в естественном цикле, то пунктируют, соответственно, единственный фолликул. Если операции предшествовала стимуляция, то созреть могут до 20 фолликул. Можете представить разочарование врачей и пациента, когда усилия бывают увенчаны минимальным результатом даже при таком богатом «урожае»!

- Особенно часто такую ситуацию мы наблюдаем у возрастных пациентов, - рассказывает Салатнат Берденовна, - или у пациентов в естественном цикле. Женщины иногда даже начинают паниковать, считая, что у них закончились фолликулы. Бывают просто тупиковые ситуации. Вот свежий



пример: мы подобрали донора яйцеклеток, женщина получала все необходимые препараты, а яйцеклеток так и не было. Донор справедливо ожидает вознаграждения - ведь она выполнила все, что от нее требовалось. Клиент отказывается платить, поскольку не получил ожидаемый результат. Крайними получаемся мы, врачи.

Да, врачи иногда надеются обмануть природу и несколько раз промывают фолликул в надежде все-таки добыть яйцеклетку. Но она может вернуться назад с током жидкости, застряв в игле, потерять качество из-за неизбежного перепада температур во время продолжительных манипуляций со специальным раствором. Тем более что применяются в этом случае специальные двухканальные иглы с меньшим просветом и не обеспечивающие достаточно активного поступления жидкости. То есть это тоже не решение вопроса.

- Последние годы мы работаем по принципу минимальной стимуляции и стараемся использовать естественный цикл, соответственно, сталкиваемся с этой проблемой чаще. Понятно, что когда в результате стимуляции мы получаем большое количество фолликул, то скорее всего, получим и достаточное количество яйцеклеток. А вот для цикла, в котором

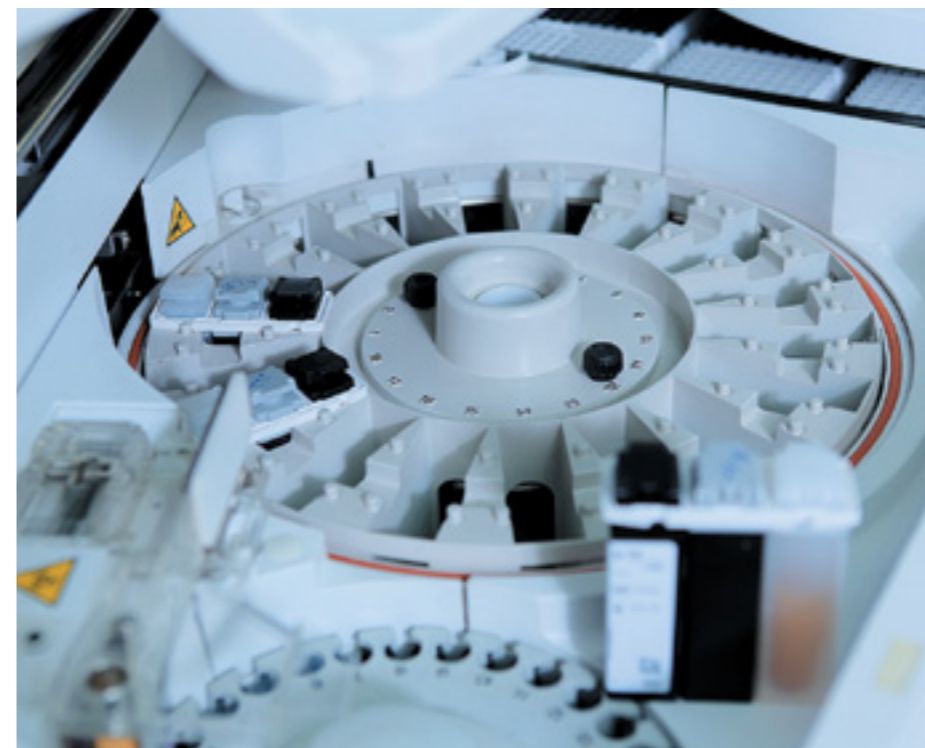


мало фолликул, это настоящая потеря.

Вот почему клиника ЭКОМЕД так заинтересовалась новой разработкой, специальным аппаратом, который обеспечивает температурный режим и эффект турбулентности во время промывки фолликул, когда яйцеклетка просто не может оставаться «залипшей» на поверхности фолликула. Доктор Занг, партнер клиники, провел настоящий мастер-класс и доказал, что, применяя 7-8 циклов промывки фолликула, можно в 98% добиться результата! Аппарат стоит порядка 5 миллионов тенге, но уже во время первых, те-

стовых, месяцев он настолько помог врачам в работе, что теперь на очереди покупка такого же аппарата для филиала клиники в Астане.

- Мы убедились, что только в редчайших случаях в фолликуле действительно нет яйцеклетки. И в норме, даже здоровая, фертильная (то есть способная зачать ребенка) женщина имеет в год 3-4 «пустых» цикла - когда отсутствует яйцеклетка в фолликуле или не отходит от его стенки. Это один из факторов, почему женщина не беременеет в любой месяц. Конечно, технология очень затратна. Ведь кроме самого аппарата требуется большое количество расходных материалов (питательные среды, пробирки). Но зато мы можем точно сказать, что использовали все возможности, данные нам на сегодняшний день, чтобы добиться беременности. Кстати, аппарат так и называется - «Забор яйцеклеток в XXI веке». ■



«Дурацкие вопросы»

Врачам задают порой странные, неожиданные вопросы. Такие, которые с полным правом можно было бы назвать дурацкими. Но раз они возникают, врач обязан ответить. И, как ни странно, именно такие неожиданные вопросы и оказываются самыми интересными...

«Можно ли провести процедуру ЭКО без ведома мужа?»

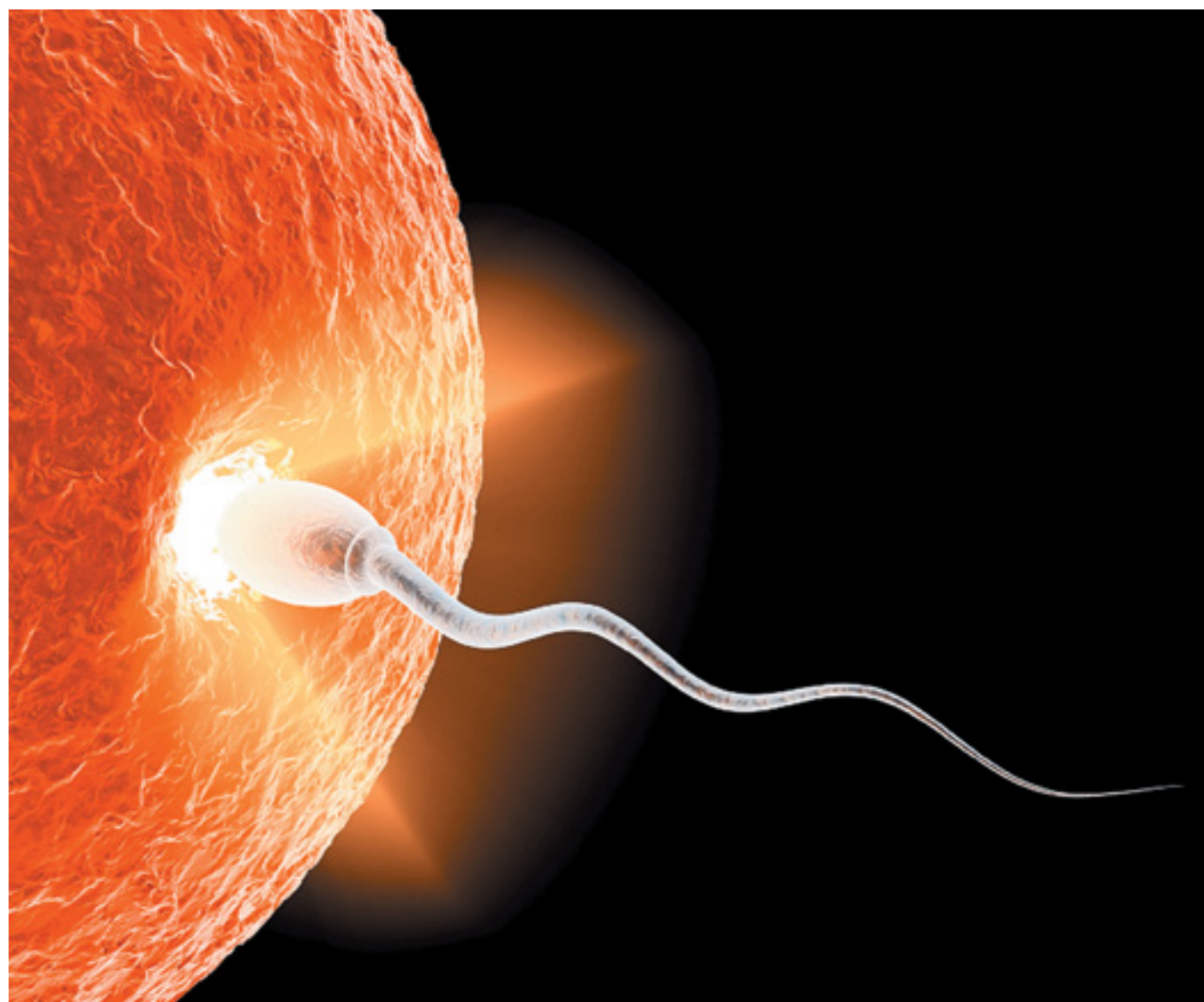
- Это невозможно по простой причине - при проведении ЭКО, как при любых врачебных манипуляциях, могут возникнуть осложнения. Есть даже такие, которые называются ожидаемыми, например, синдром гиперстимуляции яичников. Либо при заборе яйцеклеток будет задет сосуд, начнется кровотечение - это осложнение крайне редкое, но оно теоретически возможно. В самом крайнем случае может потребоваться даже экстренная опера-

ция и как врачи будут объяснять это родственникам или мужу?

«Муж категорически не хочет сдавать сперму на анализ. Можно ли без его ведома принести материал в том же презервативе?»

- Принести-то можно, но на анализ этот материал не годится, поскольку презерватив обработан спермицидами, то есть веществами, убивающими сперматозоиды. Иногда женщины спрашивают, можно ли принести

сперму... во рту. Репродуктологи объясняют, что в этом случае помехой будет микрофлора полости рта и анализ сделать тоже не получится. Единственный вариант при категорическом нежелании мужа сдавать сперму на анализ - это утром, после полового акта прибежать к врачу и сдать мазок с цервикального канала. Этот анализ тоже не будет достоверным, но по крайней мере, можно будет понять, присутствуют ли живые сперматозоиды. Действительно, иногда мужчины не хотят признаваться в своем бесплодии, а



порой, имея детей в предыдущем браке, считают, что в этой сфере не могли произойти изменения.

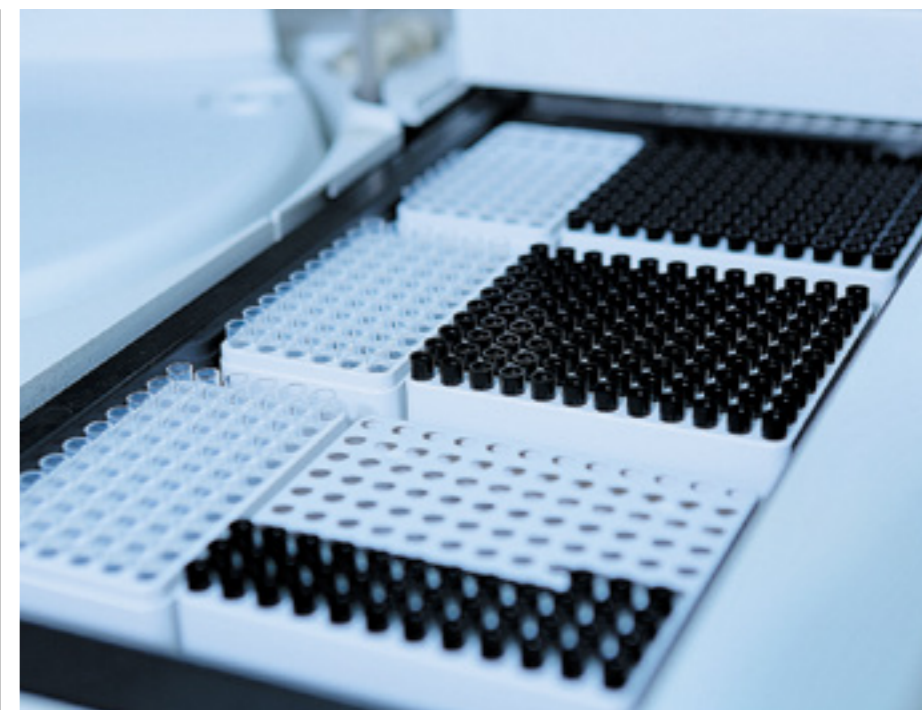
«Можно ли без ведома мужа сделать инсеминацию его спермой, принеся ее в клинику в презервативе? В этом случае здоровьем женщины ничто не грозит...»

- Конечно, инсеминация - простейшая процедура, и осложнения могут возникнуть только... юридического характера. Дело в том, что для инсеминации необходимо согласие мужа. В клинике ЭКОМЭД вообще есть очень жесткий регламент по забору спермы для инсеминации. Если для анализов материал можно сдать и дома, то для оплодотворения яйцеклетки необходимо посетить клинику, причем с удостоверением личности. Документ проверят несколько раз, сверят фотографию и подпись на документе, в котором мужчина подтверждает, что прекрасно понимает, для чего требуется сперма, и не возражает против инсеминации.

«Можно ли попасть на программу ЭКО в руки самой Салтанат Берденовны, сколько это будет стоить или это только для VIP-пациентов?»

- Да, очень часто пациенты, особенно имеющие негативный опыт ЭКО, верят, что только руководитель клиники даст им заветный шанс стать родителями. Салтанат Байкошкарлова не устаёт повторять, что ЭКО - это командная работа, что репродуктолог выполняет функцию мозга, а не няньки. Если вы рассчитываете, что такой патронаж означает хождение по кабинетам за ручку или более широкие улыбки персонала, то ошибаетесь. Но бывают такого рода личные просьбы, и Байкошкарлова редко отказывает. Правда, порой руководит процессом из другого города, потому что находится в постоянных разъездах. Дополнительных денег такая опека не предусматривает.

- И для меня нет понятия виповости, - говорит Салтанат Берде-



новна, - для меня все пациенты VIP, потому что для них это самая важная задача - достигнуть желанной беременности.

«На сколько попыток в среднем стоит настраиваться при проведении ЭКО?»

- Последнее время в клинике ЭКО приводят опыт американских коллег, те сразу предупреждают, что в среднем пациенту предстоит шесть попыток. По статистике, именно на 5-6 попыток приходится 80 процентов экстракорпоральных беременностей. Конечно, бывает, что цель достигается и с первого раза. Но ничто так не нервнрует и пациента, и врача, как истерики по поводу неудачи. Ощущение катастрофы если все не получилось сразу.

«Есть ли противопоказания для проведения ЭКО?»

- Есть, они оговорены приказом Минздрава РК. Причем существуют как относительные, то есть поддающиеся коррекции, так и абсолютные. Относительные - это воспалительные процессы, наличие новообразований, проблемы, выявленные терапевтом, но поддающиеся лечению. Абсолютные - это некоторые психические заболевания,

онкология, риск для здоровья матери при вынашивании ребенка и родах (по мнению терапевта).

«Что из народной медицины разрешено во время программы ЭКО?»

- Репродуктологи против любых вмешательств в этот тонкий процесс. И рекомендуют воздержаться по возможности от любых препаратов и манипуляций. После старта ЭКО приветствуются только витамины и фолиевая кислота. ■

Будем работать

Самое главное, уверена Баян Жунусовна АБДИЛЬМАНОВА, врач-репродуктолог ЭКОмед в Астане, - это помочь женщине настроиться на победу. У нее есть и любимая фраза: «Давайте сейчас работать, а то потом некому будет стакан воды подать». Женщины переключаются и успокаиваются от такого понятного слова «работать».

Баян Жунусовна окончила Целиноградскую медицинскую академию, долгое время работала гинекологом-эндокринологом. Такая специализация сама по себе означает глубокий вдумчивый подход к женскому здоровью, изучение самых сложных механизмов нашего устройства. Поэтому и уход в репродуктологию логичен:

- Мне нравится, - говорит Баян Жунусовна, - что именно в этой сфере мы даем женщинам реальный шанс на долгожданную беременность. Что здесь быстрее можно добиться успеха, чем при традиционном консервативном лечении. Конечно, с нашими пациентами очень сложно работать, и в первую очередь из-за их психологического фона. Но зато больше всего приносят радости как раз трудные случаи, когда победа долго не дается в руки, когда надо продумать настоящую военную кампанию и блестяще провести ее. Я очень счастливый человек, потому что могу каждый день видеть результаты своего труда. Такую работу не назовешь будничной, рутинной.

У Баян Жунусовны счастливая семья - муж-финансист и двое взрослых детей. Сын выбрал папину сферу и стал экономистом, дочь, как и мама предпочла медицину и стала стоматологом. И хотя сама Баян Жунусовна не сталкивалась с проблемой сложного зачатия детей, но очень хорошо понимает своих пациентов:

- Это ясно каждому, для женщины, особенно лет после 35, вопрос появления ребенка архиважно. И здесь очень важно отрешиться от эмоций и просто грамотно и правильно проделать необходимую работу. Что мы и делаем! ■



Если вы планируете беременность...

Начните принимать фолиевую кислоту, таким образом вы почти на 70% уменьшите риск рождения ребенка с дефектами типа анэнцефалии или расщепления позвоночника. Специалисты рекомендуют начать прием фолиевой кислоты за 2-3 месяца до предполагаемой беременности. Именно поэтому стоит начинать свое утро со стакана фрэша или апельсинового сока, и то и другое прекрасный источник фолиевой кислоты.

Занимайтесь сексом, когда захотите и где захотите, а не по расписанию. И не бегите сразу после этого в ванную. Достаточно полежать с любимым человеком еще 5-10 минут, чтобы значительно повысить шансы на встречу сперматозоида с яйцеклеткой.

Помните, что зачатие - это все же не точная наука. Даже если вы делаете все абсолютно правильно, ваш шанс забеременеть составляет 25%-30% в любой момент цикла.

Если вы курите - бросайте эту привычку. 10 сигарет в день снижают шансы зачатия примерно на 50%.

Пьете кофе? Откажитесь от этой привычки тоже или как минимум перейдите на кофе без кофеина. Доказано, что кофе снижает фертильность!

Следите за тем, чтобы среда влагалища была «неагрессивной» для сперматозоидов. Не используйте вагинальные спреи, ароматические тампоны и лубриканты - все

это нарушает естественный Ph баланс во влагалище.

Ваш партнер любит занятия на велотренажере? Предложите ему перейти на беговую дорожку. Вело-спорт и занятия на тренажере повышают риск бесплодия у мужчин.

Не переусердствуйте с занятиями спортом. Слишком сильное увлечение фитнесом может создать проблемы: нерегулярные месячные, ановуляторные циклы (когда овуляция не происходит) и подобные неприятные последствия.

Забудьте о диетах о похудении. Голодание и очистка организма негативно влияют на овуляцию.



Естественный отбор

Исследователи из Медицинской школы Уорвика и Фонда общественного здравоохранения исследовали, как эндометрий, покрывающий дно матки, «анализирует» конкретный эмбрион и «решает», «помогать» ему развиваться дальше или нет.



Авторы отмечают, что до момента имплантации человеческий эмбрион может быть очень неоднородным по генетическому составу. Некоторые зародыши не содержат нормальных клеток, в некоторых смешаны клетки нормальные и имеющие отклонения. Эмбрионы «высокого качества» выделяют особый химический секрет, трипсин, который стимулирует слизистую матки и служит своеобразным сигналом для того, чтобы поддержать имплантацию. Соответственно, эмбрионы с отклонениями не имеют трипсина, и матка их уничтожает.

- Если слизистая оболочка матки недостаточно подготовлена к беременности, может происходить имплантация зародышей с отклонениями или отторжение нормаль-

ных эмбрионов. Оба сценария могут вести к потере беременности или ее осложнениям, таким как замедления роста плода или досрочное рождение, - говорит профессор Ян Бросенс.

Таким образом, около 15% всех диагностированных беременностей терпят неудачу из-за качества зародыша.

- Этот труд дает новые доказательства того, что оценка и улучшение слизистой матки могут быть единственным эффективным методом профилактики бесплодия и осложнений беременности, — уверен профессор Сайобхан Кенби.

Ученые надеются, что их выводы помогут в будущем найти лечение для бесплодных пар и снизить процент ошибок при имплантации эмбриона.

И снова про возраст

Американские ученые доказали, что для крепкого здоровья дочери одинаково важны и возраст матери, и возраст отца. Чем старше отец на момент зачатия дочери, тем выше у нее риск развития «женской онкологии» - рака груди, яичников, матки в будущем.

В течение 15 лет калифорнийские исследователи изучали сведения о состоянии здоровья более 133 тысяч женщин. За это время у 5 300 человек была диагностирована опухоль молочной железы, 515 женщин заболели раком яичника, а у 1 100 дам обнаружен рак эндометрия. Проведя параллель между заболеваемостью женщин и возрастом их отцов, эксперты обнаружили, что у дочерей мужчин, которым на момент зачатия было до 20 лет, риск развития рака груди встречается на 35% реже, а рак яичника - почти в два раза по сравнению с женщинами, чьи отцы были по 25-29 лет на момент зачатия. А вот вероятность опухоли эндометрия у женщин, чьи отцы на момент зачатия ребенка отпраздновали 30-34 года, возрастает на 25%.

«Обнаруженная нами связь требует углубленного исследования: ведь все три вида рака, которые мы изучали, в той или иной мере связаны с балансом гормонов в женском организме. Очевидно, что возраст отца способен неким образом влиять на риск развития таких опухолей», - заключил автор исследования профессор Яни Лу.

Важный фактор

Сколько переживаний женщинам доставляет собственный вес! Но, оказывается, это еще и один из важных факторов зачатия.

Не зря именно пышные формы ассоциируются с плодородием - статистика доказывает, что у обладательниц жировых складок на талии и «ушек» на бедрах больше шансов забеременеть, чем у очень стройных дам. Конечно, речь идет всего лишь о лишнем весе в килограммах, а не об ожирении, особенно в том случае, когда оно связано с нарушением эндокринной системы.

Во времена каменного века, когда добывать пищу было проблематично, грудное молоко было единственным источником питания для детей. А потому женщина с точки зрения выживания потомства должна была иметь хоть немного жира - в качестве стратегического запаса на случай перебоев с едой. Современной женщине продукты достаются гораздо легче, но доисторические переживания оставили отпечаток на бессознательном уровне. К тому же, для гормонального обмена в организме необходимо присутствие жировой клетчатки, иначе эндокринная система не будет полноценно выполнять репродуктивные функции.



Мужской разговор

Сперматогенез - это процесс, во время которого развиваются половые клетки мужского типа. Мальчики растут и развиваются, болеют, занимаются спортом и превращаются в мужчин. Все этапы жизни на глубоком уровне отражаются на качестве генного материала, а именно сперме.

Генетики уже доказали, что информация, записанная в ДНК, пополняется и обновляется. Весь цикл, включающий стадии сперматогенеза, длится чуть более двух месяцев. Что довольно сильно во временном интервале отличается от этапов и стадий развития яйцеклетки. Различие фазы сперматогенеза и овуляции обусловлено не только разницей между строением мужских и женских половых органов, но также и функционированием гормональной и других систем организма человека.

Мужской организм не менее коварен, чем женский. Достаточно банального гриппа и трехдневной температуры 38-39 градусов, и характеристика сперматогенеза ухудшается на ближайшие три месяца. Откуда такие сроки? Сперматогенез происходит последовательно. После своего длительного деления сперматозоиды «дозревают» в яичках. Поэтому часто упоминают, что улучшение сперматогенеза достигается путем соблюдения определенного температурного режима.

Не зря врачи ругают сиденья с подогревом в современных автомобилях - не зря яички у мужчин расположены вне брюшной полости! Для созревания спермы необходима прохлада, так что никакая стимуляция не поможет, если мужчина не будет соблюдать самых простых рекомендаций по отношению к своему организму в целом, и к своим репродуктивным органам в частности.

Итак, мужчинам стоит обратить внимание на такие факторы, препятствующие нормальному сперматогенезу:

- **тесное белье, нарушаю-**

щее теплорегуляцию и нормальное кровообращение;

- **повышение температуры, по причине болезни или длительном пребывании в сауне;**
- **антибиотики и антигистаминные средства;**
- **стероиды;**
- **стресс и нервное напряжение;**
- **гормональный дисбаланс.**

Улучшение сперматогенеза и увеличение сперматогенеза достигается следующими факторами:

- **питание (белковая диета, витаминные добавки, мед и продукты пчеловодства);**
- **отказ от курения;**
- **отказ от алкоголя;**
- **отказ от антибиотиков и других лекарственных средств;**
- **травяные чаи и гомеопатия;**
- **разумные физические нагрузки;**

- **белье с нормальной терморегуляцией;**
- **расслабляющий массаж.**

Дополнительные методы воздействия на мужской организм.

В клиниках по лечению бесплодия также проводится гормональная стимуляция сперматогенеза. Но она может не давать постоянного стойкого эффекта улучшения качества мужской воспроизводящей системы. Более того, медикаментозная стимуляция сперматогенеза вообще может угнетать естественные процессы организма. Получая гормоны извне, головной мозг захочет притормозить процесс выработки собственного тестостерона. И тогда характеристика сперматогенеза ухудшится.

Увеличение сперматогенеза может наступать у мужчины, пребывающего в длительном состоянии влюбленности. Мозг вырабатывает больше гормонов для различных желез, вследствие чего, улучшается общий тонус организма. ■



Всеми свое время!

Врачи все время предупреждают женщин, что нельзя затягивать с появлением детей. Насколько время готово пощадить репродуктивные свойства мужчин?

Вполне закономерно, что чем старше становятся мамы, тем старше становятся и отцы. Эксперты ВОЗ предсказывают, что эта тенденция будет продолжаться. Сравните: В 1970 году менее 15% родившихся в Нью-Йорке детей имели отцов в возрасте 35 лет и старше. Сегодня таковых уже 25%!

Правда, считается, что репродуктивные способности мужчины не особо изменяются со временем, ребенка можно родить и в 70 лет, и позже. Вот несколько примеров возрастных отцов: Майкл Дуглас, Род Стюарт, Доналд Трамп, Олег Табаков, Андрей Кончаловский. Стоит добавить, что мужчины в возрасте - это привлекатель-

ный мужчина! Он добился успеха, создал материальную базу, он уже готов воспринимать ребенка как самое большое чудо в жизни.

Конечно, мужской климакс не настолько стремителен и молод, как женский, да и после его наступления мужчина может зачать детей. Тем не менее после 40 лет возможность иметь детей у мужчин снижается. По данным журнала *Obstetrics & Gynecology*, 2004, примерно на 7% ежегодно в промежутке от 41 до 45 лет. После 45 лет скорость падения фертильности увеличивается до 11%. Правда, если мужчина не курит, умеренно употребляет алкоголь, регулярно занимается спортом и сексом, влияние возраста на фертильность не так значимо. Но существуют и другие риски. В результате крупномасштабных исследований (более 2 млн. детей) было доказано, что вследствие большего числа мутаций в спер-

матозоидах мужчин старшего возраста у отцов в возрасте 45-49 лет более вероятно рождение детей с шизофренией, чем у мужчин моложе 25 лет. Этот риск утраивается для мужчин старше 50 лет. У детей, рожденных от отцов в возрасте 45 лет и старше, по сравнению с потомством пап моложе 30 лет, почти в 4 раза выше риск развития расстройств аутистического спектра, в 2 раза выше риск возникновения психозов и суицидальных попыток. Дети возрастных отцов в 2,5 раза чаще употребляют психоактивные вещества и подвержены большему риску интеллектуальных расстройств (данные *JAMA Psychiatry*, 2013). Вот почему в Европе и Америке набирает обороты тенденция к замораживанию спермы в молодом возрасте с целью уменьшения возможных рисков для будущих детей. ■



Подарки судьбы

До чего обидно из уст врачей услышать термин «старородящая»! Сразу представляешь себя эдаким динозавром. Но не всегда мы тянем с беременностью, желая наслаждаться беззаботной жизнью или создавая карьеру. Так вот, чтобы понять, кто же такие возрастные мамочки, мы сделали подборку из женщин, рожавших в достаточно позднем возрасте.

Конечно, чаще всего, когда заходит речь о поздней беременности, оказывается, что дело не обошлось без современных репродуктивных технологий. Но есть и поздние мамочки, зачавшие детей вполне естественным путем. Так, в 2005 году румынка Адриана Илиесу стала известна во всем мире благодаря позднему материнству. Она родила ребенка в 66 лет и несколько лет считалась самой старородящей матерью на планете.

После выкидыша в 44 года американка Морган Зинута, состоявшая во втором браке и уже имевшая взрослого сына от первого брака, решила, что детей у нее больше не будет, и перестала принимать противозачаточные средства, однако спустя семь лет 51-летняя женщина обнаружила, что находится на 5-м месяце беременности. В 2001 году она родила дочь. При родах понадобилось кесарево сечение.

Американская актриса Адриен Барби вышла замуж и в надежде забеременеть пробовала искусственное оплодотворение. А в итоге забеременела естественным путем и родила ребенка в возрасте 51 год. Людмила Белявская - вторая жена советского и российского актера Александра Белявского - в 2003 году, в возрасте 52 лет родила дочь. Белявской сделали кесарево сечение. Мужу к тому моменту было 70 лет! Соланж Коуту - бразильская актриса, известная, например, по роли Доны Журы в сериале «Клон», вышла замуж за студента, который был моложе ее на 30 лет, и в 2011 году, в возрасте 54 лет родила ему ребенка. В 2009 году 54-летняя жительница Израиля родила ребенка от своего 71-летнего мужа, который впервые стал отцом.

Англичанка Элизабет Гринхилл в 1669 году в возрасте 54 лет ро-



дила своего 39-го ребенка. Всего в жизни Элизабет было 38 родов (37 раз по одному ребенку и 1 раз родилась двойня). Все ее дети выжили. Элизабет Гринхилл - рекордсмен по количеству успешных родов и одна из самых многодетных матерей в истории человечества. Сама Элизабет говорила, что если бы не смерть мужа еще до рождения 39-го ребенка, то она, возможно, родила бы еще двух или трех детей.

Россиянка Раиса Ахмадеева из Ульяновска в 2008 году с помощью кесарева сечения родила своего первого ребенка, будучи в возрасте 56 лет. При рождении ребенок (это был мальчик) весил 2,6 кг и имел рост 49 см.

Киевлянка, чье имя неизвестно, в 2008 году стала самой старой роженицей Украины, в 57-летнем возрасте путем кесарева сечения родив сына. При рождении ребенок весил 3,9 кг. Это был четвертый ребенок женщины. Первый ее ребенок трагически погиб в 20 лет, после чего она попыталась родить снова. Но ее двойня, мальчики, умерли через 10 дней. Женщина тем не менее не отказалась от попыток стать матерью, и ее желание осуществилось, хотя и в таком позднем возрасте. Россиянка Наталья Суркова - старейшая мать России. В 1996 году 57-летняя женщина, уже имевшая двух взрослых детей, родила дочь. При рождении девочка весила 3,45 кг и имела рост 51 см.

Даун Брук, живущая на острове Гернси, в 1997 году родила путем кесарева сечения сына, будучи в

возрасте 59 лет. Забеременеть женщине помогла гормональная терапия. Даун Брук является старейшей матерью в истории человечества, за чашей естественным путем и родившей живого ребенка.

Что касается матерей, родивших детей после искусственного оплодотворения, то здесь рекорд принадлежит 70-летней индианке Омкари Панвар (на фото), которая в 2008 году родила путем кесарева сечения близнецов (мальчика и девочку), каждый из которых весил по 2 кг. На момент рождения близнецов у женщины уже были две взрослых дочери и пятеро внуков. Семидесятилетний муж женщины очень хотел наследника мужского пола, поэтому женщина решила на искусственное оплодотворение. Ради этого мужчина продал своих буйволов и заложил землю. После рождения сына радостный отец сказал: «Лечение стоило мне целого состояния, но рождение сына того стоит. Я могу умереть счастливым человеком и гордым отцом».

Библейская Сарра с помощью божественного вмешательства родила сына, будучи в возрасте 90 лет. Видя успехи современной медицины, такой возраст роженицы не выглядит сверхъестественным, хотя пока недостижим. Например, в США в период между 1997 и 1999 годами 539 рожениц были старше 50 лет, а 1994-м старше 55-ти. Иногда доходит до того, что женщины, становящиеся суррогатными матерями для страдающих бесплодием дочерей, рожают ребенка, для которого они одновременно являются бабушкой и матерью...■

Никогда не поздно

Конечно, врачи рекомендуют не затягивать с беременностью. Но что поделаешь, если иногда жизнь диктует совсем иное.

Например, оскароносная актриса Холли Берри впервые стала матерью в 42 года. А в 47 лет снова оказалась беременна... Канадская певица Селин Дион родила близнецов в 41 год. Келли Престон подарила наследника своему знаменитому супругу Джону Траволте, когда ей было 48 лет. Мэрайя Керри в 42 года родила двойню - сына и дочку. Звезда телесериала «Отчаянные домохозяйки» Марсия Кросс забеременела и родила двух дочерей в 44 года. Первая дочь Мадонны родилась, когда той было уже 38, а сын - в 42 года. Сальма Хайек также не торопилась с тем, чтобы стать мамой, и родила дочку в 41



год. Дженнифер Лопес, Джулия Робертс, Николь Кидман, Джейн Сеймур, Джина Дэвис - все эти знаменитости стали мамами, перешагнув 40-летний рубеж.

На самом деле ничего удивительного в этом «феномене» нет. Реалии современной жизни таковы, что женщинам достаточно сложно совмещать материнство и покорение карьерных вершин. Особенно это касается звезд эстрады и кино: конкуренция сумасшедшая - пропадешь с экранов хотя бы на один год, и прощайте баснословные гонорары и бесконечные приглашения. Поэтому-то многие знаменитости вынуждены откладывать радость материнства на потом, тем бо-

лее что современная медицина вполне позволяет это сделать. Да, кто-то честно признается, что зачал детей с помощью ЭКО, кто-то предпочитает это скрывать. Но мы прекрасно знаем физиологию женщины и понимаем, что чем она старше, тем сложнее ей зачать и выносить ребенка. Конечно, бывают исключения из правил, но все-таки основная масса поздних беременностей наступает благодаря усилиям репродуктологов и эмбриологов. Обратите внимание, как часто поздние мамочки рожают близнецов! А ведь именно многоплодная беременность очень часто указывает на применение ЭКО. Так что долгожданные дети, рожденные после сорока лет, как правило, появляются с помощью новейших технологий. И нет ничего постыдного в том, чтобы ими воспользоваться. Тем более, что цель замечательная! И для того чтобы доказать, что даже у суперуспешных звезд не все получается сразу и легко, вот несколько историй.

Американская певица и киноактриса Дженнифер Лопес после того как вышла замуж за композитора и певца Марка Энтони, призналась: «Всю свою жизнь я посвятила карьере и работе.

Пришло время подумать о себе и о создании семьи. Ребенок будет для меня большим благословением!» Врачи порекомендовали паре ЭКО, но одна за другой попытки заканчивались неудачей. Специалисты сказали, что это уже становится опасным для здоровья, да и вряд ли Дженнифер сможет выносить своих детей. Словом, стоит прекратить попытки. Но актриса не согласилась на вариант с суррогатной матерью и продолжила попытки. Упорство Дженнифер было вознаграждено вопреки предсказаниям врачей. Кстати, беременность проходила на удивление легко, и актриса успешно родила близнецов.

А вот Анджелина Джоли и Бред Питт могли бы обойтись и без ЭКО, но пара слишком хотела сразу получить близнецов, поэтому и обратились к врачам. На момент зачатия Анджелине было 33 года, что по нынешним меркам совсем немного для «поздней мамочки». По словам доктора Артура Уисота из Лос-Анджелесского медицинского центра репродукции, шансы зачать близнецов в возрасте Ан-



джелины (на тот момент ей исполнилось 33 года) составляют менее процента. А вот при экстракорпоральном оплодотворении шансы повышаются до 25 процентов.

«Мы живем в век репродуктивной свободы. Любой человек может делать что угодно, если он не нарушает законов», - добавил Уисот.

Николь Кидман воспитывала двоих детей, но собственного ребенка родила лишь в сорок. И вот что она говорит: «Я воспитывала детей когда мне было чуть больше 20 лет. Это совсем разные вещи. Все-таки в позднем материнстве есть

свои плюсы. Сандей перевернула мою жизнь.»

Сьюзен Сарандон родила первого ребенка, дочку Еву, в 39 лет, но не остановилась на этом! На свет появились еще два сына: в 42 и 45.

Келли Престон и ее муж Траволта потеряли своего сына, когда ему было 16 лет. Каково же было удивление пары, когда Келли поняла, что в 48 лет снова ждет ребенка: «Я не думала о риске. Да, я понимала, что он существует. Но мы были настолько рады, что не стали брать в голову все предрассудки. Мы сделали правильно. У нас чудесный малыш». ■



Вот еще «поздние мамочки»: Ольга Кабо - 44 года, Светлана Разина («Мираж») - 38 лет, Татьяна Догилева - 37 лет, Алена Апина - 37 лет, Евгения Добровольская - 44 года, Елена Проклова - 40 лет, Александра Вертинская - 41 год, Алена Свиридова - 47 лет, Лариса Гузеева - 40 лет, Лолита Милявская - 37 лет, Светлана Пермякова (Люба «Интерны») - 40 лет, Илзе Лиепа - 45 лет, Ума Турман - 41 год, Моника Беллуччи - 39 лет, 45 лет, Карла Бруни-Саркози - 44 года, Холли Берри - 41 год, Мадонна - 38 лет, 42 года, Виктория Бекхэм - 36 лет.



Невыдуманные истории

Все истории реальны. Имена героев по этическим соображениям изменены.

Артисты!

На фотографии два озорных розовощеких бутуза. Жаль только, что картинка не передает в полной мере характер маленьких шkodников. Оказывается, пацаны для домашних устраивают маленькое шоу: один изображает бабушку (походку, разговор, кашель), другой - деда. Представление всегда вызывает хохот собравшихся. Уже никто не вспоминает, что мальчишки родились вопреки диагнозу врачей.

Мы привыкли, что бесплодие - это головная боль женщин. Именно на их долю выпадает самая тяжелая часть лечения: стимуляции, операции, удержание беременности... Но каково мужчине, когда прозвучал приговор врачей о полном мужском бесплодии. То есть в семенной жидкости просто нет сперматозоидов. Зачатие невозможно. Только новейшие технологии дают шанс в этом случае. Под наркозом делается биопсия яичка и врачи стараются отыскать и извлечь хотя бы один сперматозоид. Далее происходит



стандартная процедура зачатия в пробирке. Такими единичными сперматозоидами не рискуют. Им обеспечивают свидание с яйцеклеткой под присмотром эмбриологов в идеально созданных условиях. У данной пары в этом случае получилось сразу два хороших эмбриона, которые благополучно прижились в матке.

- Конечно, - рассказывает Салтанат Байкошкарлова, - возможно, мужское бесплодие в этом случае передастся детям. Но к тому времени, пока мальчишки вырастут и

решат обзаводиться собственными семьями, человеческие знания, в том числе и репродуктология, уйдет далеко вперед. Либо им придется воспользоваться тем же способом, с помощью которого зачали их самих. Но бесплодие может и не передаваться. В любом случае сейчас мы имеем двух замечательных малышей, счастливых родителей и бабушку с дедушкой, которые души не чают во внуках, хотя те и передразнивают их с таким артистизмом.

Все позади

Мужчина всегда очень сильно переживает за здоровье своей женщины. Особенно если долгожданная беременность приносит осложнения. Обычно в этом случае муж готов отказаться от детей, лишь бы не потерять жену.

Вот довольно типичный случай. Алуа приехала в клинику из пригорода - ей врачи давно сказали, что забеременеть она сможет только с помощью чуда или ЭКО, что, в общем-то, почти одно и то же - Алуа имела только один яичник, а трубы были давно удалены. Деньги на ЭКО долго собирали с помощью многочисленной родни. И действительно произошло чудо. С первой же попытки наступила долгожданная беремен-



ность. Но вместе с ней, как это часто бывает у молодых женщин, началась гиперстимуляция яичников. Врачам прекрасно известно это прогнозируемое осложнение. Организм словно «сходит с ума» и накапливает жидкость, которую приходится откачивать из организма женщины, а параллельно капать физраствор, поскольку кровь сгущается. Все это, естественно, очень мучительно, требует госпитализации и на мужей наводит настоящую панику! Вчера еще жена была здоровая, а теперь она лежит с капельницей, ее постоянно контролируют встревоженные врачи. Длиться все это может достаточно долго, недели две.

Причем врачи прекрасно понимают - достаточно удалить плод, и буквально за сутки или двое организм полностью придет в норму. Эдилет - муж Алуы, буквально потерял голову. Он требовал от врачей срочно сделать аборт его жене, любой ценой спасти ей жизни. Даже сама Алуа не могла успокоить своего мужа, как ни уверяла его, что она счастлива и готова терпеть все что угодно, лишь бы дома звучал детский смех. Эдилет скандалил с врачами, требовал спасти жену.

Через две недели состояние будущей мамы нормализовалось, ее выписали, а спустя положенный срок она родила замечательных близнецов. Каждый год родители присылали врачу фотографии малышей. А репродуктолог признается, что ей так и хотелось спросить: «Ну, не жалеваете, что мы не дали вам сделать аборт?». Все забылось.

Нервные мамы...

...настоящая катастрофа для персонала. Если папаши лишь изредка терроризируют врачей, то неуравновешенная пациентка могут стать настоящим испытанием даже в самом благоприятном случае.

Например, Шынар - сначала казалось, что она не доставит особых проблем. Сама врач, кардиолог, уроженка юга, то есть вопрос появления наследника для женщины ключевой. Казалось,



она будет четко и спокойно исполнять все указания врачей. Но получилось все наоборот...

Случай оказался сложный. Сначала Шынар удалили воспаленные трубы. Муж уехал домой, а женщина осталась для первого цикла ЭКО. Врачи ликовали, когда с первой же попытки получилась красивая двойня. Вот тут и началось представление. То ли муж не выражал особой радости, то ли как-то не так разговаривал с Шынар, но женщина начала переживать и уверять врачей, что мужу дети не нужны, ей самой их не поднять и вообще непонятно, что теперь делать. Пришлось пойти на достаточно жесткий разговор.

- Я всегда говорю женщинам, - рассказывает Салтанат Байкошкарлова, - что детей они рожают не для мужа, не для родни, а для себя. Это надо очень четко понимать. Я сама, когда забеременела в сорок лет, переносила тяжелый токсикоз. На работе держалась, а по пути домой отрывалась на мужа. Я жаловалась, ныла, чуть не плакала. Пока он однажды не сказал: «Сделай аборт, раз тебе так тяжело, ты меня достала!». Вот тут я отрезвела и поняла, что надо держать себя в руках, муж ни при чем. Мы взрослые люди и должны владеть своими эмоциями.

Шынар Салтанат Берденовне

объяснила, что неизвестно, найдутся ли деньги на следующее ЭКО, может быть муж решит, что дешевле сделать свадьбу с новой женой. Для юга это самое простое решение при бездетности, что уж тут скрывать. Шынар уехала, потом еще несколько раз звонила жаловалась на мужа... А потом с гордостью рассказала, что родила двух наследников, что свекровь и свекр «сдувают с нее пылинки», родня «носит на руках». ■



Если Вы мечтаете о ребенке...

Первая лаборатория ЭКО в Казахстане – клиника «Экомед».
Эффективные методики лечения женского и мужского бесплодия методом
"Экстракорпорального оплодотворения", в клинике введены с 1995 года.
Первому Казахстанскому ребенку «из пробирки» уже 16 лет.

Руководитель клиники - основатель первой лаборатории ЭКО
в Казахстане, доктор биологических наук, репродуктолог-эмбриолог,
Президент Казахстанской Ассоциации репродукции человека,
Член Национальной комиссии по делам женщин и
семейно-демографической политике при Президенте Республики Казахстан,
автор первого Казахстанского ребенка "из пробирки", - Байкошкарова Салтанат Берденовна.
Специалисты прошли стажировку в Израиле, Германии, России, Италии и Японии.

1. Лечение женского и мужского бесплодия.
Экстракорпоральное оплодотворение (ЭКО), ИКСИ, ТЕЗА,
суррогатное материнство, донорство яйцеклеток,
искусственная инсеминация, предимплантационная
генетическая диагностика эмбрионов, замораживание
эмбрионов и т.д.
2. Лечение гинекологических заболеваний
у женщин и андрологических заболеваний у мужчин.

Диагностика:

- спермограмма с морфологией
- тесты на совместимость спермы и цервикальной слизи
- диагностическая гистероскопия
- гормональные исследования
- исследование крови на инфекции
- УЗ-диагностика, в том числе трансвагинальное
гинекологическое УЗИ (без наполнения мочевого пузыря)
- УЗИ плода (до 12 недель беременности)

Проводится отбор доноров спермы (мужчины),
доноров яйцеклеток и суррогатных матерей (женщины).
Желающих просим обращаться в клинику.



Клиника «Экомед», г. Алматы, пр. Гагарина, 78, уг. ул. Шевченко.
Тел./факс: (8-727)- 277-55-73, 375-90-04, 375-39-69, +77017348184, +77017777269.
Филиал в г. Астана: пр. Сары-Арка, 3 (напротив отеля «Radisson»).
Тел./факс: (8-7172)- 928-441, 928-442, 517-807, 517-808.
Филиал в г. Тараз: ул. Сатпаева, 14а
Тел.: (8-7262)-425-303, 87011111512
e-mail: ecomed_sb@mail.ru, www.ecomed.kz.