

Η Γλυκερία Ζερβακάκου, γυναικολόγος αναπαραγωγής

με ειδίκευση στην υποβοηθούμενη αναπαραγωγή και εξωσωματική γονιμοποίηση (www.haveababy.gr) μας μιλά για τους παράγοντες που επηρεάζουν τη γυναικεία γονιμότητα.



Ποιοι παράγοντες καθορίζουν τη γονιμότητα μιας γυναίκας;

Πρωταρχικός παράγοντας είναι η ηλικία της γυναίκας. Είναι γνωστό, ότι η γονιμότητα ελαττώνεται με τη πάροδο της ηλικίας. Αυτό οφείλεται στο γεγονός, ότι κατά τη διάρκεια της αναπαραγωγικής της ζωής, μειώνεται τόσο ο αριθμός, όσο και η ποιότητα των ωαρίων της. Επομένως, τα ωάρια τους έχουν περισσότερες χρωμοσωμικές ανωμαλίες οι οποίες μεταδίδονται στα έμβρυα τα οποία παράγουν και σαν αποτέλεσμα μειώνεται η γονιμότητα της γυναίκας. Ο αριθμός των ωαρίων με τα οποία γεννιέται μια γυναίκα καθορίζεται γενετικά.

Ποιοι άλλοι παράγοντες μπορεί να επηρεάσουν τη γονιμότητα μιας γυναίκας;

Προβλήματα ορμονολογικά, όπως η μη κανονική διαδικασία της ωορρηξίας, προβλήματα που δημιουργούνται από την απόφραξη των σαλπίνγων, καθώς επίσης και προβλήματα με την μήτρα. Η ενδομητρίωση, επίσης είναι δυνατόν να επηρεάσει τη γονιμότητα, αν και δεν είναι γνωστός ο μηχανισμός. Ιατρικά προβλήματα, όπως η μη φυσιολογική λειτουργία του θυρεοειδούς, όπως επίσης γενετικά προβλήματα. Πολλές φορές μπορεί να οφείλεται και σε συνδυασμό των παραπάνω παραγόντων. Τέλος, ορισμένες επιλογές που εμείς οι ίδιοι κάνουμε στο σύγχρονο τρόπο ζωής, επηρεάζουν αρνητικά τη γονιμότητα μιας γυναίκας. Είναι γνωστό ότι η παχυσαρκία, BMI > 30, επηρεάζει την φυσιολογική αναπαραγωγική ικανότητα μέσω ορμονικών και μεταβολικών διαταραχών. Το ενδοκρινικό προφίλ που δημιουργείται, οδηγεί στα παθοφυσιολογικά χαρακτηριστικά, μέσω των οποίων επηρεάζεται η δυνατότητα της αναπαραγωγής. Άλλοι παράγοντες, όπως το κάπνισμα, έχουν αποδεδειγμένα αρνητική επίδραση στην παραγωγή ορμονών από το ωοθυλάκιο, τοξική επίδραση στο DNA των ωαρίων και επιδρά αρνητικά στην δεκτικότητα του ενδομητρίου. Επίσης και το στρες είναι δυνατόν να επηρεάσει τη γονιμότητα. Πιθανόν να επηρεάζει

λόγω της υψηλής παραγωγής των ορμονών του stress, κατελοχαμίνες και κορτιζόλη, που έχουν αρνητική επίδραση στην ανάπτυξη και ωρίμανση των ωαρίων.

Πόσο καιρό πρέπει να περιμένει ένα ζευγάρι πριν ζητήσει ιατρική συμβουλή;

Αυτό εξαρτάται πρώτα απ' όλα από την ηλικία της γυναίκας. Σύμφωνα με τις οδηγίες της Αμερικανικής Εταιρείας Αναπαραγωγικής Ιατρικής (ASRM), πρόβλημα υπογονιμότητας θεωρείται ότι υπάρχει, μόνον όταν ένα ζευγάρι έχει προσπαθήσει να συλλάβει τουλάχιστο για 12 μήνες, εκτός εάν υπάρχει κάποιο επιβαρυντικό ιατρικό ιστορικό ή η ηλικία της γυναίκας, υπαγορεύουν την έναρξη των εξετάσεων και την εκτίμηση της γενικής εικόνας νωρίτερα. Βεβαίως απαραίτητο είναι να εξεταστεί και ο άντρας γιατί το πρόβλημα μπορεί να μην εντοπίζεται στη γυναίκα.

Συνοπτικά, συστήνεται σε ένα ζευγάρι να προσπαθήσει για ένα χρόνο, όταν η γυναίκα είναι κάτω από 35 ετών, και για 6 μήνες, όταν η γυναίκα είναι κάτω των 39 ετών. Όταν όμως ξεπερνάει την ηλικία των 40, το διάστημα που θα προσπαθήσουν, μειώνεται στους 3 μήνες.

Ποια βήματα πρέπει να κάνει μια γυναίκα όταν ανησυχεί για τη γονιμότητα της;

Πρέπει να απευθυνθεί σε γιατρό εξειδικευμένο στην Αναπαραγωγική Ιατρική, όπου με εξειδικευμένες εξετάσεις μπορεί να γίνει η διάγνωση τυχόν προβλήματος.

Με την έγκαιρη διάγνωση, την εκτίμηση και την αντιμετώπιση τυχόν προβλήματος από τον ειδικό στην υπογονιμότητα, είναι αυτή που τελικά θα καθορίσει την επιτυχία.