

**Mięśniaki macicy a planowanie ciąży**

**Kobiety od dłuższego czasu starające się o dziecko niepokoją się, gdy pomimo kolejnych prób nie dochodzi do zapłodnienia. Za trudności z zajściem w ciążę może odpowiadać wiele czynników. Jednym z nich mogą być niezdiagnozowane do tej pory i nieleczone problemy zdrowotne, w tym mięśniaki macicy. W jaki sposób mogą one wpływać na płodność? Czy mimo schorzenia kobiety mają szansę na zajście w ciążę?**

Przyczyny niepłodności są bardzo różne i nie wynikają jedynie z zaniedbań zdrowotnych, ale także mogą być skutkiem wielu chorób. Jeśli para od około roku współżyje regularnie bez środków antykoncepcyjnych, a mimo to nie dochodzi do poczęcia, kobieta powinna pomyśleć o wykonaniu badań, które skontrolują jej stan zdrowia.

*Zalecane jest przede wszystkim wykonanie badania USG, dzięki któremu możliwe jest wykluczenie lub zdiagnozowanie mięśniaków macicy. Te łagodne guzy mogą mieć wpływ na płodność, a nawet donoszenie ciąży. Umiejscowione w okolicy ujść jajowodów do jamy macicy, mogą powodować ich niedrożność. Z kolei nawet drobne, lecz licznie rozsiane mięśniaki podśluzówkowe, mogą utrudniać zagnieżdżenie się zarodka w błonie śluzowej macicy –* **wyjaśnia ekspert programu „Zdrowa ONA”, ginekolog, prof. Grzegorz Jakiel.**

**Wybór metody leczenia**

Jeśli badanie USG wykaże, że kobieta ma mięśniaki, niezwykle ważny jest wybór odpowiedniej metody leczenia, który powinien być wspólną decyzją pacjentki i jej lekarza prowadzącego. Należy wziąć pod uwagę przede wszystkim jej wiek, plany dotyczące posiadania dzieci i miejsce usytuowania mięśniaków.

*Jeśli guzki są małe i nie powodują niepokojących dolegliwości można rozważyć zajście w ciążę bez podejmowania leczenia. W przypadku mocno objawowych mięśniaków macicy u kobiet planujących macierzyństwo, rekomenduje się jak najbardziej zachowawcze leczenie.* *W takich przypadkach sięgamy zwykle po zabiegi oszczędzające macicę. Jednym z rozwiązań jest też przedoperacyjne zastosowanie octanu uliprystalu, który działa bezpośrednio na mięśniaki, redukując ich wielkość. Zmniejszenie objętości guza pozwala na wykonanie mniej inwazyjnego zabiegu ich wyłuszczenia, co jest istotne szczególnie w przypadku młodych kobiet. Niestety nowa terapia nie jest na razie refundowana przez NFZ* **- komentuje ekspert programu „Zdrowa ONA”, ginekolog, prof. Grzegorz Jakiel.**

**Czas na macierzyństwo**

*Moment, w którym para może rozpocząć starania o dziecko, zależy od podjętej metody terapii. Jeżeli u kobiety zastosowano leczenie farmakologiczne i mięśniaki nie wymagają dalszego leczenia, kuracja nie powinna mieć negatywnego wpływu na płodność pacjentki w czasie powrotu do krwawień miesiączkowych. Po zabiegu operacyjnym zazwyczaj wystarczy 3-miesięczny okres regeneracji macicy, aby kobieta mogła z powodzeniem zajść w ciążę. Jednakże zanim pacjentka podejmie decyzje o macierzyństwie, powinna skonsultować się ponownie z lekarzem prowadzącym* *–* **dodaje prof. Grzegorz Jakiel.**

**Płodność pod kontrolą**

Jeśli kobieta planuje zostać mamą warto, aby zadbała o stan swojego zdrowia i wyleczyła ewentualne schorzenia, które mogą wpływać na przyszłą ciążę. Zanim para zacznie starać się o dziecko, przynajmniej pół roku wcześniej, należy zaplanować zalecane przez lekarza badania profilaktyczne, m.in. morfologię krwi, próby wątrobowe czy cytologię. W przypadku wcześniej występujących u kobiety mięśniaków ważne są regularne wizyty u ginekologa i wykonywanie USG narządu rodnego. Badanie to pozwoli na szybką reakcję, jeśli pojawią się guzy.

**Istotna siła**

*Kobiety chcą i lubią mieć poczucie, że panują nad wszystkim. Poczucie kontroli pozwala ograniczyć lęk i dyskomfort, zaplanować wiele sytuacji, ale niekiedy może być też źródłem stresu, frustracji czy też napadów paniki. Płodność jest właśnie takim obszarem, w którym nasz wpływ jest znaczący, ale jednak ograniczony. Kobiety często mają poczucie, że w pełni panują nad płodnością – sądzą, że zaraz po odstawieniu antykoncepcji czy też po podjęciu decyzji o macierzyństwie, zajdą w ciążę. W wielu przypadkach rzeczywiście tak jest. Zdarza się jednak, że mimo starań nie mogą doczekać się upragnionego dziecka. Pojawia się silny stres i poczucie obciążenia, rośnie frustracja, a każdy miesiąc oczekiwania jest coraz gorszy. Kobiety zadają sobie pytanie, dlaczego nie mogą zajść w ciążę, niektóre zaczynają obwiniać się za niepowodzenie, a przecież nie na wszystko mamy wpływ. W takim razie, co od nas zależy w kwestiach zdrowia i płodności? Regularne kontrole u lekarza, dbanie o swoją dietę, kondycję psychiczną i fizyczną, poznanie własnego cyklu, a w przypadku kłopotów z zajściem w ciążę – wykonanie badań, które mogą odkryć przyczynę niepłodności. W staraniach o dziecko właściwa diagnoza stanowi jednak połowę sukcesu – podstawą jest stawienie czoła problemowi i stosowanie się do zaleceń lekarza. Poza tym istotne jest odpowiednie nastawienie psychiczne, które często trzeba w sobie wypracować. Łatwo mówić, że „jeśli się za bardzo chce, to wtedy nie wychodzi”, że „trzeba odpuścić” – trudniej to zrobić, kiedy tak bardzo pragnie się dziecka. Rzeczywiście jednak osiągnięcie tego stanu bardzo sprzyja zachodzeniu w ciążę. tylko dojście do niego wymaga przeżycia wielu rozczarowań. Warto pamiętać, że podejrzenie schorzeń, w tym np. mięśniaków macicy nie przekreśla planów o macierzyństwie –* **komentuje ekspert programu „Zdrowa ONA”, psycholog, mgr Dorota Gromnicka.**