

Plodnosť nie je samozrejmá

Problémy počať má každý šiesty pár.

Ako chrániť svoju plodnosť a zvýšiť šance na otehotnenie?

Prirodzená túžba ženy po dieťati niekedy naráža na limity jej zdravotného stavu a obavy z následných rizík v priebehu tehotenstva a po narodení dieťaťa. Jednou z diagnóz, ktoré môžu viest k pochybnostiam o tom, či mať dieťa, je aj diabetes mellitus 1. typu alebo cukrovka. Počas prípravy na tehotenstvo je kľúčová dobrá kompenzácia cukrovky, teda stav, v ktorom sa vaše laboratórne a iné výsledky blížia hodnotám zdravých ľudí a kvalita vášho života bude čo najlepšia. Dôležitá je komplexná zdravotná prehliadka s odporučením liečby chronickej komplikácií cukrovky, ako sú retinopatia, nefropatia, neuropatia a srdečno-cievne ochorenia. Lekár posúdi stav ich aktuálnej liečby, pretože niektoré z liekov sú v tehotenstve zakázané a je nutné ich nahradíť bezpečnými. Počatie dieťaťa by malo prebehnuť v čase výbornej kompenzácie, teda po dosiahnutí aspoň 3 mesiace trvajúcej stabilizácie hladín cukru. Sleduje sa hladina tzv. glykovaného hemoglobínu, čím menej glukózy, tým menej glykovaného hemoglobínu. Pred počatím by jeho hladina mala byť čo najbližšie norme, bez toho, aby vás ohrozovala hypoglykémia, nízka hladina cukru v krvi. Dobrá kompenzácia cukrovky výrazne znižuje riziko vzniku vrozených vývojových chýb u detí. Kým ju dosiahnete, pred otehotnením sa chráňte správne zvolenou antikonceptiou, vhodnou aj pre diabetičky.



Ak sa pokúšate o bábätko a bočian nie a nie priletiť, stačí, ak do 30. apríla 2017 na adresu najcennejsidar@bocianoviny.sk napíšete, ako dlho sa už o dieťa snažíte, koľko máte vy i váš partner rokov a čo už ste vo svojej snahe o tehotenstvo podstúpili. Občianske združenie Bo-

cian pripravilo pre vás v spolupráci s partnermi projekt Najcennejší dAR, ktorého cieľom je liečba porúch plodnosti pre päť vybraných párov.

Materiál bol pripravený s láskavou pomocou MUDr. Silvie Dokušovej, diabetologičky z Národného endokrinologického a diabetologického ústavu v Liptovskom Mikuláši. Viac na www.bocianoviny.sk