

Moji prvi koraci u liječenju neplodnosti

**VODIČ KROZ LIJEČENJE NEPLODNOSTI -
PODRŠKA, SAVJETI I INFORMACIJE**



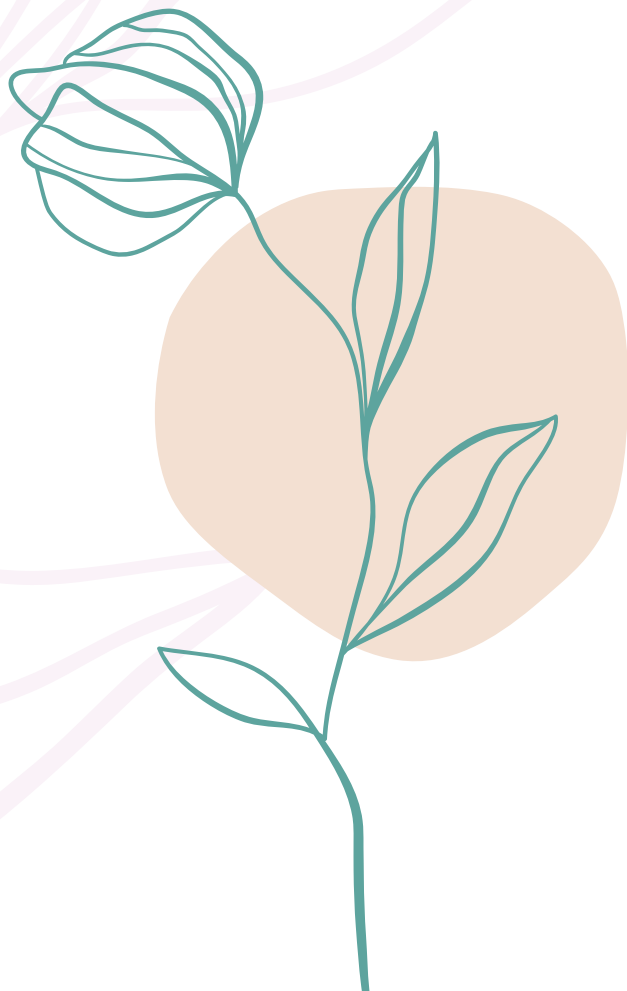
Ovaj vodič izrađen je u okviru projekta **MISIJA: RODITELJSTVO – Vodič kroz liječenje neplodnosti u Zagrebu**, za čije je provođenje Grad Zagreb dao financijsku potporu. Sadržaj vodiča isključiva je odgovornost udruge Roditelji u akciji – Roda i ni pod kojim se uvjetima ne može smatrati kao odraz stajališta Grada Zagreba.

Autorice su nastojale osigurati točnost informacija sadržanih u brošuri u vrijeme objave. Ova brošura nije namijenjena kao zamjena za savjete liječnice/liječnika. Redovito se savjetujte s liječnicom/liječnikom u pitanjima koja se odnose na vaše fizičko i mentalno zdravlje. Način na koji koristite informacije sadržane u ovoj brošuri vaša je vlastita odgovornost, a ne odgovornost autorica.

Napomena o jeziku korištenom u brošuri

Autorice ove brošure koristile su preporuke, praktične alate i metode o tome kako prenijeti informacije iz područja zdravstva odraslima s poteškoćama u čitanju, pisanju i korištenju digitalnih uređaja. Sukladno ovim preporukama, pojedini izrazi korišteni su u govornom obliku.

Svi izrazi korišteni u tekstu, a koji imaju rodno značenje, obuhvaćaju na jednak način i muški i ženski rod (sukladno članku 43. Zakona o ravnopravnosti spolova) bez obzira na to jesu li korišteni u muškom ili ženskom rodu.





Sadržaj

2	Na početku
3	Što očekivati kada krećete s liječenjem neplodnosti
6	Priprema za prve konzultacije
10	Mali rječnik MPO pojmova
13	Najčešća pitanja
20	Gdje se možemo liječiti?
24	Psihološka podrška i korisni resursi
27	Otvorenost na radnom mjestu
28	Prava pacijenata u MPO postupcima
31	Na vašem putu prema roditeljstvu
32	Planer / prostor za bilješke

Na početku

Dobro došli na stranice vodiča *Moji prvi koraci u liječenju neplodnosti*.

Ova brošura nastala je s ciljem da pruži podršku i osnovne informacije svima koji započinju ili razmišljaju o liječenju neplodnosti. Iako je naglasak na Zagrebu, mnogi savjeti i upute koje ćete ovdje pronaći primjenjivi su za sve pacijentice i pacijente koji se odlučuju na liječenje neplodnosti u Hrvatskoj.

Proces liječenja neplodnosti često je nepoznat teren prepun pitanja. S ovim vodičem želimo vas na tom putu pratiti – jednostavnim, jasnim i praktičnim informacijama, savjetima i korisnim kontaktima, koji vam mogu pomoći da se bolje snalazite u svim fazama liječenja neplodnosti i MPO postupaka (postupaka medicinski potpomognute oplodnje).

Vodič je zamišljen kao pomoćnik za vaše prve korake i odgovore na najčešća pitanja: što očekivati na početnim konzultacijama, kako razumjeti pojmove koje ćete čuti, koja su vaša prava i kome se možete obratiti za podršku. Također, ovdje ćete pronaći i popis svih klinika u Zagrebu, a dodatno nabrajamo i ostale u Hrvatskoj, za što bolju orijentaciju.

Najvažnije što ti želimo poručiti je: nisi sama i nisi sam, niste sami! Put liječenja neplodnosti može biti izazovan, ali uz prave informacije i podršku, postaje lakše donijeti odluke i osjećati se sigurnije u svakoj fazi ovog puta.

Tu smo za tebe,

autorice vodiča i članice MPO grupe udruge Roditelji u akciji – RODA

“Najviše su mi pomogla iskustva drugih pacijentica i pacijenata – na početku mi se činilo da se ovo događa samo meni, a kad sam čula da i drugi prolaze kroz isto, znala sam da nisam sama i da se imam na koga osloniti.”

Ana

Što očekivati kada krećete s liječenjem neplodnosti



Kretanje s liječenjem neplodnosti i ulazak u postupke medicinski potpomognute oplodnje (često ih zovemo – MPO postupci, izgovara se em-pe-o) za mnoge je korak u nepoznato i emotivno zahtjevno putovanje. Ponekad se dogodi da vas upravo prvi koraci najviše zbune: kome se javiti, koliko traje cijeli proces, što se od vas očekuje, što donijeti na prvi razgovor, koliko postupaka liječenja može biti potrebno?

Važno je znati da liječenje neplodnosti nije jednostavan proces i može se znatno razlikovati od osobe do osobe, od para do para. Ovisno o medicinskoj dijagnozi, vašoj dobi i drugim čimbenicima, za različite osobe put liječenja može izgledati bitno drugačije. Neki pacijenti do željene trudnoće dođu brže, dok drugima treba više vremena i više pokušaja, a manji dio njih neće pomoću medicinski potpomognute oplodnje postati roditelji, ali, ako žele, mogu ostvariti roditeljstvo i na druge načine.

Kako biste imali jasniju sliku o prvim koracima, evo što možete očekivati na tom putu:

Prvi korak: Upućivanje na specijalicu/specijalista humane reprodukcije

- Najčešće vas upućuje vaša izabrana primarna ginekologinja/ginekolog (za žene) ili izabrana liječnica/liječnik obiteljske medicine (za muškarce)
- Moguće je i da sami, bez uputnice, potražite savjet u privatnoj klinici ovlaštenoj za liječenje neplodnosti

2

Prve konzultacije u klinici

- Pregled dosadašnje medicinske dokumentacije i razgovor o vašoj povijesti (anamneza)
- Najava mogućih dijagnostičkih pretraga ili dodatno potrebnih pretraga
- Početno savjetovanje o opcijama liječenja

3

Dijagnostičke pretrage

- Hormonski profil, ultrazvučni pregled, spermogram, dodatne pretrage po potrebi
- Cilj je utvrditi moguće uzroke teškoća sa začećem kako bi se odabrao najprikladniji postupak liječenja

4

Odabir i planiranje postupka

- Na temelju nalaza liječnici će predložiti najprikladniji postupak liječenja: inseminacija, IVF, ICSI ili druge metode
- Dogovor o vremenskom okviru postupka i terapiji (ovo se često naziva "protokol")

5

I napokon... MPO postupak

- Npr. kod postupaka poput IVF-a, proces uključuje poticanje jajnika lijekovima na stvaranje više od jedne jajne stanice, aspiraciju jajnih stanica, vantelesnu oplodnju i embriotransfer
- Period čekanja na rezultate embriotransfera zna biti emocionalno najzahtjevniji

6

Ishod postupka

- Nakon postupka slijedi beta hCG test
- Bez obzira na ishod, uvijek možete razgovarati s timom klinike o daljnjim koracima ili dodatnom savjetovanju

Savjet

Dio potrebnih pretraga uoči postupaka medicinski potpomognute oplodnje možete obaviti i prije konzultacija kod subspecijalistice/subspecijalista humane reprodukcije, u dogovoru sa svojom primarnom ginekologinjom/ginekologom (npr. osnovni laboratorijski nalazi, brisevi cerviksa, PAPA test) – ovo potencijalno skraćuje vrijeme dolaska do pravilne dijagnoze za najmanje jedan ciklus.



Koliko sve to traje?

Vrijeme od prvih konzultacija do početka postupka liječenja varira.

U nekim od klinika postoje liste čekanja od nekoliko tjedana do nekoliko mjeseci. U privatnim klinikama proces može biti nešto brži. U prosjeku, cijeli postupak – od naručivanja na konzultacije do ishoda prvog postupka – često traje više mjeseci. Ako je postupak neuspjao, pauza između dva postupka može biti jedan ciklus ili nekoliko mjeseci, ovisno o tipu postupka, zdravstvenom stanju i raspoloživosti termina zdravstvene ustanove.

Za neke će liječenje neplodnosti završiti već za nekoliko mjeseci, nakon uspješnog prvog postupka liječenja, dok će se na ovom putu drugi nažalost zadržati godinama... U svakom slučaju, dobro je imati na umu: **liječenje neplodnosti nije sprint nego maraton!**

Emocionalni aspekt

U suočavanju s neplodnosti i pripremi za njeno liječenje, dobro je znati da su sve emocije koje možda osjećate – očekivane, i dožive ih gotovo svi parovi koji se liječe. Neki se osjećaju nestrpljivo, drugi zabrinuto, treći umorno od iščekivanja. Poteškoće sa začecem i ulazak u proces liječenja često uključuju valove nade i straha, posebno tijekom čekanja ishoda postupka ili donošenja odluka o sljedećim koracima.

Ne ustručavajte se potražiti emocionalnu podršku, bilo stručnjakinje/stručnjaka za mentalno zdravlje, bilo kroz grupe podrške ili razgovore s drugim osobama koje prolaze slično iskustvo.



“Bilo nam je lakše kad smo shvatili da ne moramo sve razumjeti odmah. Korak po korak, uz pitanja koja smo si zapisivali, sve je postajalo jasnije.”

Maja i Davor

Priprema za prve konzultacije

Prve konzultacije u klinici za liječenje neplodnosti često su trenutak kad strah od nepoznatog može nadjačati osjećaj nade, no važno je znati da vam dobra priprema može uvelike olakšati daljnje korake. Što ste informiraniji, to ćete sigurnije voditi razgovor s liječnicom/liječnikom i lakše sudjelovati u donošenju odluka.

U nastavku potražite korake i konkretne savjete za pripremu za prvi susret s vašim MPO timom.

Pripremite svoju medicinsku dokumentaciju

Što više informacija o dosadašnjem zdravstvenom stanju možete prikupiti, to će vaša liječnica/liječnik imati bolji uvid u vaše zdravstveno stanje. Isto tako, dobro je znati da na prve konzultacije ne trebate doći sa svim navedenim nalazima pretraga!

U pripremi vam može pomoći vaša izabrana primarna ginekologinja/ginekolog, koja vas može poslati na dio osnovnih pretraga ili vam usmjeriti pažnju na postojeće nalaze koji su od posebne važnosti za subspecijalicu/subspecijalista humane reprodukcije.

U klinikama za liječenje neplodnosti najčešće će biti potrebni sljedeći dijagnostički postupci i nalazi, kako bi liječnice/liječnici odredili vašu dijagnozu (ili dijagnoze) te napravili plan za vaše liječenje.

Za žene:

- hormonski profil (FSH, LH, estradiol, prolaktin, AMH, hormoni štitnjače, kao i ostali po preporuci specijalistice/specijalista) – ovu pretragu potrebno je napraviti između 2. i 5. dana ciklusa
- cervikalni brisevi, kako bi se isključila prisutnost bakterija koje mogu utjecati na plodnost – uključujući klamidiju, mikoplazme, ureaplazme te druge aerobne i anaerobne bakterije
- nalaz PAPA testa (ne stariji od godinu dana)
- dosadašnji nalazi o prohodnosti jajovoda (HSG), ako ih imate
- nalazi o prijašnjim zahvatima, terapijama ili stanjima (npr. operacije, ciste, endometrioza i sl.)
- ako ste već bili u MPO postupcima: prijašnji stimulacijski protokoli, broj dobivenih jajnih stanica i zametaka, kvaliteta zametaka, ishodi postupaka.

U sklopu konzultacija, liječnica/liječnik će napraviti i pregled maternice i jajnika ultrazvukom (transvaginalni) – na taj način se pregledava anatomija tih organa. Tom se pretragom može vidjeti u kojoj fazi menstrualnog ciklusa je jajnik, postoje li na njemu naznake stanja i bolesti poput policističnih jajnika ili endometrioze, a mogu se vidjeti i razvojne anomalije maternice (npr. septum, dvoroga maternica...) te odgovara li stanje endometrija fazi menstrualnog ciklusa.

Česta klinička praksa jest i ultrazvučna procjena broja antralnih folikula (tzv. AFC, *antral follicle count*). Broj antralnih folikula važan je za dodatnu procjenu zalihe jajnih stanica u jajnicima, odnosno ovarijsku rezervu.

Za muškarce:

- nalaz spermograma (preporuka: ne stariji od 6 mjeseci) – čak i ako već imate nalaz, u nekim od klinika mogu vas tražiti da ponovite pretragu u njihovom laboratoriju
- ako postoji: androloški ili urološki nalazi
- dodatne pretrage po preporuci (npr. hormoni, mikrobiološki nalazi).

Ako nešto od navedenog nemate – ne brinite! Upute za eventualno potrebne dodatne nalaze dobit ćete na prvim konzultacijama.

Također, za liječenje i ulazak u prvi MPO postupak liječenja bit će vam nužna dodatna dokumentacija propisana Zakonom o MPO i nalazi, na primjer:

- testovi na zarazne bolesti (HIV, hepatitis B i C, sifilis) za oba partnera. Ovi su testovi obvezni radi sigurnosti

postupka i smanjenja rizika prijenosa zaraze, osobito u slučajevima zamrzavanja spolnih stanica i zametaka ili embriotransfera

- bračni list (za parove u braku) ili izjava o izvanbračnoj zajednici, ovjerena kod javne bilježnice/bilježnika (za partnere koji žive u izvanbračnoj zajednici)
- potpisivanje drugih izjava vezanih uz liječenje, koje će vam dati u klinici.



Savjet

Za ulazak u MPO postupke, neki nalazi mogu vrijediti ograničeno vrijeme (npr. 6 mjeseci), stoga se preporučuje provjeriti takve zahtjeve klinike u kojoj se planira liječenje.

Pripremite svoja pitanja unaprijed

Na konzultacijama često čujemo mnogo novih pojmova i informacija. Lako je nešto zaboraviti ili kasnije imati osjećaj da "nismo sve pitali". Zato preporučujemo da unaprijed zapišete pitanja za liječnicu/liječnika ili da tijekom konzultacija zapisujete sve što vam se čini važnim.



Savjet

Na konzultacije ponesite bilježnicu ili koristite aplikaciju za bilješke na mobitelu. Tijekom razgovora možete zapisati odgovore na pitanja ili dodatne informacije koje dobijete.

**“Umirilo me zapisivanje
pitanja prije razgovora.
Kasnije sam s partnerom
mogla sve proći još
jednom i ništa nismo
propustili.”**

Iva

Ovo su neka od korisnih pitanja za prve konzultacije.

- ☐ Koji su mogući uzroci naše situacije, prema prvim informacijama?
- ☐ Koliko dugo u našem slučaju može trajati priprema za postupak?
- ☐ Kakve opcije liječenja predlažete za naš slučaj?
- ☐ Kolika je uspješnost predloženog postupka liječenja s obzirom na našu dob i dijagnozu u ovoj klinici?
- ☐ Koje su prednosti, a koji su rizici preporučenih postupaka liječenja?
- ☐ Preporučujete li neke dodatne pretrage koje bi nam mogle pomoći? Ako preporučujete, je li njihova učinkovitost znanstveno dokazana? Što će se promijeniti u našem planu liječenja nakon sto pristignu rezultati traženih pretraga?
- ☐ Koji su ukupni troškovi postupka liječenja (i što pokriva HZZO)? Koji su troškovi čuvanja zametaka?
- ☐ Koja je praksa ove klinike vezana za eventualni prestanak čuvanja zametaka, ako se na tu opciju jednom odlučimo?
- ☐ Koliko vremena je potrebno odvojiti za dolaske u kliniku tijekom jednog postupka liječenja? Koliko ću, eventualno, biti na bolovanju?
- ☐ Može li partner prisustvovati pregledima i konzultacijama? U kojim je fazama postupka nužno da je partner prisutan?
- ☐ Kako se možemo emocionalno pripremiti? Postoji li stručna psihološka podrška u ovoj klinici?

Partnerstvo je važno za pripremu

Ako se u liječenje uključujete kao par, preporučujemo da oboje aktivno sudjelujete u pripremi za konzultacije i u prvim razgovorima s liječnicom/liječnikom.

- Partnerice/partneri imaju vrlo važne uloge u procesu liječenja, ne samo kroz pretrage i fizičko prisustvo, već i kao najvažnija podrška jedno drugome.
- “Dva para ušiju bolje čuju” – u stresnoj situaciji, što za neke osobe mogu biti konzultacije, lako je propustiti pojedine informacije, na koje vas partnerica ili partner može kasnije podsjetiti.
- Zajednička priprema i razumijevanje koraka liječenja može ojačati vaš odnos i međusobno povjerenje, kao i ublažiti eventualnu tjeskobu.

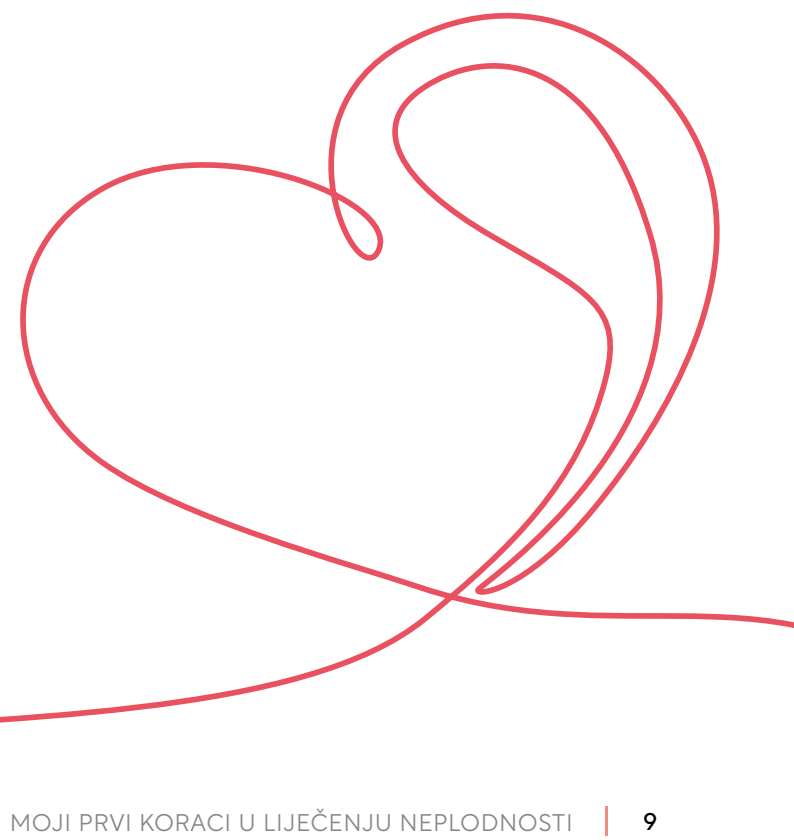
Dodatna preporuka:

Ako ste pacijentica bez partnera (prema Zakonu o medicinski pomognutoj oplodnji, omogućeno vam je liječenje preko HZZO-a ako imate dijagnozu neplodnosti), razmislite o podršci bliske osobe koja vam može pomoći u organizaciji informacija i biti vam podrška u procesu liječenja.

Psihološka priprema

MPO put nije samo medicinski, već i emocionalni izazov.

- Strahovi, neizvjesnost i nestrpljenje sastavni su dio ovog procesa.
- Već na početku možete razmotriti uključivanje stručnjakinje/stručnjaka za mentalno zdravlje – razgovor s nekim od njih koji su specijalizirani za temu neplodnosti može vam pomoći da se bolje pripremite.
- Udruge poput Rode ili grupe pacijentica i pacijenata mogu pružiti dragocjenu podršku iskustvom drugih osoba koje su prošle ili prolaze isto što i vi.



Mali rječnik MPO pojmova

Tijekom pripreme za liječenje neplodnosti i u postupcima medicinski potpomognute oplodnje susrest ćete se s nizom stručnih pojmova koji mogu zvučati zbunjujuće – može vam se činiti kao da trebate savladati neki novi jezik. Ovdje donosimo pojašnjenja nekih od najčešćih izraza na koje ćete naići u razgovoru s medicinskim timom u odabranoj klinici, na nalazima ili u planiranju postupka.



Savjet

Ovo poglavlje vodiča možete koristiti kao mali priručnik za brzu provjeru nepoznatih pojmova.

AMH (Anti-Müllerov hormon)

Laboratorijski parametar koji se koristi kao jedan od pokazatelja prilikom procjene zalihe jajnih stanica.

Antralni folikuli

Mali folikuli koje liječnica/liječnik može vidjeti ultrazvukom, što se obično kontroliira na početku menstrualnog ciklusa

– njihov broj (AFC – *antral follicle count*) može okvirno prognozirati ishod stimulacije jajnika, kao i ukazivati na stanje rezerve jajnih stanica (u kombinaciji s AMH).

Za liječenje neplodnosti ultrazvučna slika i AFC često su važniji od same vrijednosti AMH-a.

Aspiracija jajnih stanica

Postupak kojim se pod kontrolom ultrazvuka specijalnom iglom prikupljaju jajne stanice iz folikula koji su rasli tijekom stimulacije.

Beta hCG test (ili jednostavno – "beta")

Krvna pretraga kojom se može potvrditi rana trudnoća nakon inseminacije ili embriotransfera. Izlučuju je stanice posteljice od trenutka pričvršćivanja/ugnježđenja zametka u sluznicu maternice.

Blastocista (ponekad i – "blastica")

Zametak star 5-6 dana, koji se najčešće koristi za prijenos u maternicu ili zamrzavanje.

Embrij

Zametak. Često se koriste oba naziva – oba možete čuti na konzultacijama i u MPO postupcima.

Embriotransfer (ili ET)

Postupak vraćanja zametka dobivenog izvantjelesnom oplodnjom u maternicu.

FET (Frozen Embryo Transfer)

Postupak vraćanja odmrznutog zametka (zametka koji je bio krioprezerviran/zamrznut) u maternicu. FET se najčešće radi 5 dana nakon ovulacije jer je obično zametak zamrznut upravo u tom stadiju razvoja. Za to je nužno pratiti ovulaciju u ciklusu odabranom za FET (tzv. FET u prirodnom ciklusu). Alternativno, kod žena koje imaju poremećaje menstruacijskog ciklusa ili ovulacije, liječnica/liječnik može odlučiti da će lijekovima imitirati faze menstruacijskog ciklusa i/ili ovulaciju.

Endometrij

Sluznica maternice koja se tijekom ciklusa zadebljava i u koju se ugnježđuje zametak.

Folikul

Mjehurić u jajniku u kojem dozrijeva jajna stanica.

FSH (Foliklostimulirajući hormon)

Hormon hipofize koji potiče rast folikula u jajnicima.

HSG (Histerosalpingografija) / HSSG (Histerosalpingosonografija ili sonoHSG)

Pregled kojim se provjerava prohodnost jajovoda. Danas se daje prednost ultrazvučnoj metodi ispitivanja prohodnosti jajovoda zbog njene brzine, jednostavnosti i učinkovitosti te radi izbjegavanja ozračivanja reproduktivnih organa, koje je bilo prisutno kod klasične, rentgenske metode HSG.

ICSI (Intracitoplazmatska injekcija spermija)

Mikroinjekcija spermija izravno u jajnu stanicu, koristi se kod smanjene kvalitete sjemena ili ranijih neuspjelih oplodnji.

Implantacija

Pričvrščivanje zametka na sluznicu maternice. Uzrokuje lučenje i rast hormona hCG, koji se mjeri radi dokazivanja trudnoće.

Inseminacija (IUI)

Unošenje prethodno obrađenih spermija u maternicu tijekom ovulacije.

IVF (In vitro fertilizacija)

Postupak oplodnje jajne stanice spermijem izvan tijela žene, u laboratoriju.

Ovarijska stimulacija (ili jednostavno – “stimulacija”)

Primjena lijekova za poticanje rasta više folikula u jajniku i sazrijevanje više jajnih stanica u jednom ciklusu.

Progesteron

Hormon koji priprema maternicu za prihvatanje zametka.

Protokol stimulacije

Plan primjene lijekova za stimulaciju jajnika.

Spermiogram

Analiza kvalitete sjemene tekućine.

Vitrifikacija

Metoda brzog zamrzavanja jajnih stanica, spermija ili zametaka.

“Kad sam razumjela pojmove, osjećala sam se sigurnije i lakše sam pratila što se događa u postupku.”

Eva



Zašto ne koristimo izraz “umjetna oplodnja”?

U ovom vodiču, kao i u komunikaciji udruge Roda, ne koristimo izraz “umjetna oplodnja” jer on nije ni stručan, ni točan, a često nosi i pogrdne ili zbunjujuće konotacije. Umjesto toga koristimo naziv medicinski potpomognuta oplodnja (MPO, izgovara se em-pe-o).

MPO postupci nisu “umjetni” – riječ je o suvremenim medicinskim metodama koje potpomažu prirodni proces začeća, kad on nije moguć bez pomoći medicine. To nije zamjena za prirodu, već pomoć tamo gdje je potrebna. Korištenjem precizne i dostojanstvene terminologije pridonosimo uklanjanju stigme i boljoj informiranosti svih uključenih.

Slično, kada govorimo o trudnoći koja je postignuta bez pomoći medicine, koristimo izraz spontana trudnoća. Tako izbjegavamo termin “prirodna trudnoća”, koji može stvarati neugodnu usporedbu, kao da MPO trudnoće nisu “prirodne” – a svaka trudnoća i svako roditeljstvo zaslužuju jednako poštovanje.

Birajući pažljivo riječi, zajedno gradimo jezik koji pruža podršku svim pacijenticama i pacijentima.

Najčešća pitanja

MPO postupci često otvaraju brojna pitanja – od prvih pretraga, preko financiranja, do emocionalne podrške i uspješnosti liječenja. Ovdje donosimo odgovore na najčešća pitanja koja nam postavljaju pacijenti i pacijentice na početku puta.



Savjet

Pregledajte sva pitanja, čak i ako vam trenutno ne djeluju relevantno, možda će vam kasnije pomoći – uvijek im se možete vratiti.

Opća pitanja o MPO

Što sve čini jedan MPO postupak izvantjelesne oplodnje?

Jedan postupak izvantjelesne oplodnje započinje uzimanjem lijekova za stimulaciju jajnika radi dozrijevanja više jajnih stanica,

kao i lijekova koji omogućuju prikupljanje tih jajnih stanica tijekom aspiracije. Zatim slijedi aspiracija jajnih stanica, oplodnja i razvoj zametaka u laboratoriju te embrio-transfer(i). Ako imate zametke za zamrzavanje, svi njihovi budući transferi ulaze u okvir istog postupka. Ukratko, isti postupak traje dok se ne prenesu svi zamci dobiveni nakon aspiracije – i oni preneseni u svježem ciklusu, i oni preneseni svim FET-ovima koji slijede, bez obzira na njihov ukupan broj.

Mogu li promijeniti kliniku ako nisam zadovoljna?

Da, imate pravo na promjenu odabrane zdravstvene ustanove. Važno je znati da, prema važećem Zakonu o medicinski pomognutoj oplodnji, nije dozvoljeno promijeniti kliniku prije završetka jednog MPO postupka – kliniku možete promijeniti tek nakon transfera svih zametaka iz postupka, odnosno nakon što je jedan postupak MPO liječenja završen.

O dijagnostici i hormonima

Koja je razlika između cervikalnih briseva, PAPA testa i biopsije endometrija?

- **Brisevi cerviksa** otkrivaju spolno prenosive mikroorganizme (npr. klamidiju, mikoplazme, ureaplazme).
- **PAPA test** je citološka analiza stanica grlića maternice, otkriva upale i promjene stanica.
- **Biopsija endometrija** uzima uzorak sluznice maternice za patohistološku analizu.

Svaka od ovih pretraga ima drugu svrhu i nijedna nije zamjena za drugu.

Koja je veza između AMH i AFC nalaza?

AMH (Anti-Müllerov hormon) izlučuju **mali preantralni folikuli**, dok **AFC (Antral Follicle Count)** prikazuje broj već naraslih antralnih folikula koji se mogu vidjeti ultrazvukom. AMH govori više o “zalihi jajnih stanica za budućnost”, dok AFC prikazuje stanje u trenutnom ciklusu. Oba nalaza važna su u planiranju stimulacije, no za liječenje neplodnosti **ultrazvučna slika često je važnija od same vrijednosti AMH-a**.

Može li AMH rasti?

Ne. AMH ne može rasti jer se zaliha jajnih stanica s godinama prirodno smanjuje. Neke žene prijavljuju da im je vrijednost AMH narasla, no to u stvarnosti nije moguće zato što se zaliha jajnih stanica ne povećava. Najčešće je takvo, prividno, poboljšanje zbog tehničkih razlika u laboratorijskom određivanju razine AMH. Zapamtite – usporedivi su jedino nalazi iz istog laboratorija.

Na koji je dan ciklusa potrebno raditi nalaz AMH?

Bilo kad tijekom ciklusa (nije potrebno da to bude 2.-5. dana ciklusa, za razliku od nekih drugih hormona).

O MPO postupcima

Je li MPO bolan?

Većina faza MPO postupka je bezbolna. Aspiracija jajnih stanica najčešće se radi u kratkotrajnoj intravenskoj anesteziji. Moguće je osjetiti blagu neugodu nakon zahvata ili tijekom stimulacije zbog rasta folikula.

Koliko postupak traje?

Postupak obično traje dva do tri tjedna od početka stimulacije jajnika do prijenosa zametka u maternicu (embriotransfera), ali ovisno o odabranom protokolu stimulacije

i odgovoru jajnika, može trajati i dulje. U slučaju postupaka sa zamrznutim zametima, priprema za transfer može biti kraća.

Koji su mogući simptomi i rizici tijekom MPO postupka?

Najčešći su blagi: osjećaj nadutosti, nelagoda u području jajnika ili promjene raspoloženja, glavobolja, mučnina. Ozbiljnije komplikacije, poput sindroma hiperstimulacije, rijetke su, ali moguće. Medicinski tim prati stanje pacijentice i uz međusobnu komunikaciju pravovremeno reagira.

Što znači biti “low responder”?

Ako jajnici slabije reagiraju na stimulaciju, čak i kada se koriste visoke doze lijekova, govori se o tzv. “low response”. To znači da se razvije vrlo malo folikula i često se dobije mali broj jajnih stanica. Ova situacija je česta kod žena s niskim AMH i AFC ili kod žena starijih od 40 godina. To ne znači da trudnoća nije moguća, ali šanse za uspjeh postupka niže su i često se približavaju vjerojatnosti spontanog začeća. Važno je imati realna očekivanja i donijeti informirane odluke uz podršku tima koji vodi vaše liječenje.

Je li istina da je pri embriotransferu bolje prenijeti dva zametka kako bi se povećala šansa za trudnoću?

Iako se u početku MPO liječenja mnogima ideja višeploidne trudnoće može činiti “romantičnom” ili poželjnom, važno je znati da su takve trudnoće visoko rizične. Višeploidne trudnoće nose veći rizik od komplikacija poput prijevremenog poroda,

zastoja u rastu, preeklampsije i gestacijskog dijabetesa – a svi ti rizici dodatno rastu s dobi žene. Zato krovno europsko udruženje stručnjaka preporučuje prijenos jednog zametka (SET – Single Embryo Transfer). Transfer jednog (po jednog) embrija ne smanjuje šanse za postizanje trudnoće! Time se smanjuje rizik od prijevremenog poroda, komplikacija u trudnoći i kasnijih zdravstvenih posljedica za djecu. Ako se ipak odlučite na prijenos više embrija, važno je informirati se o mogućim posljedicama.

Zašto neki zametci stanu s razvojem i ne dođu do faze blastociste?

Zastoj se najčešće događa oko 3. dana razvoja, kad se zametak treba “prebaciti” sa zaliha iz jajne stanice na vlastitu gensku aktivnost. Uzroci mogu biti:

- aneuploidija
- metabolički problemi
- starija dob majke
- mitohondrijska disfunkcija
- loši laboratorijski uvjeti
- oksidativni stres
- oštećenja DNK spermija.

Nažalost, zastoj se događa kod 30–50% embrija i često se ne može predvidjeti.

Izvor: prilagođeno s Remembryo.com

Što znači kad mi kažu da je moj zametak npr. “4AA” ili ima 85%?

Postoje različiti sustavi ocjenjivanja zame-taka. Najčešće se koristi Gardnerova skala (npr. 4AA, 3AB), kojom se ocjenjuje morfolo-gija blastociste. Neke klinike koriste i AI sustave koji embrijima dodjeljuju ocjene u

postocima (npr. "85%"). No, iako zameci s višom ocjenom češće rezultiraju uspjehom, važno je znati da on ipak nije garantiran – zna se dogoditi da se od "lošeg" embrija rodi zdravo dijete, a da se "izvrсни" embrij ne implantira. Nažalost, kvaliteta embrija u stvarnosti ovisi i o genetici, koja se ne može procijeniti samo na temelju izgleda.

Zašto od brojnih aspiriranih jajnih stanica dolazi do bitno manjeg broja zametaka, odnosno živorođene djece?

Zato što se prirodno ne mogu sve jajne stanice oploditi, ne razviju se svi embriji, a ni svaka trudnoća ne završi porodom. Ove nesavršenosti ljudske reprodukcije prisutne su i kod spontanijh začeca, no tijekom postupaka izvantjelesne oplodnje smo ih svjesni, jer ih možemo pratiti.

Statistički, od jajnih stanica prikupljenih pri aspiraciji:

- dio nije zreo
- dio se ne oplodi
- neki zameci stanu u razvoju
- neki zameci se ne implantiraju (ne ugnijezde u maternicu)
- dio trudnoća završi spontanijm pobačajem.

Zato se smatra da je statistički potrebno oko 12 zrelih jajnih stanica da bi se dobilo jedno dijete. Taj broj može biti veći kod žena starijih od 35 godina i raste s godinama. Važno je zapamtiti da se radi o statističkoj vjerojatnosti, a ne o nužnosti dobivanja 12 jajnih stanica za sve pacijentice.



Savjet

Ne bojte se postavljati dodatna pitanja o svim fazama postupka koje prolazite – što je jasnije, to je manji osjećaj straha!

Kvaliteta jajnih stanica – što ona zapravo znači?

Što znači da je jajna stanica "kvalitetna"?

Kvalitetna jajna stanica je **euploidna** – s točnim brojem kromosoma. Aneuploidne stanice (s viškom ili manjkom kromosoma, kromosomskim greškama) mogu se oploditi, ali često se ovi zameci ne implantiraju, ne razvijaju se dalje ili rezultiraju spontanijm pobačajem. Sve ovo događa se i kod spontanijh začeca, na isti način kao i kod postupaka izvantjelesne oplodnje. S godinama udio aneuploidnih jajnih stanica raste, zbog čega se plodnost smanjuje.

Utječe li AMH na kvalitetu jajnih stanica?

AMH ne govori ništa izravno o kvaliteti. Nizak AMH je znak smanjene ovarijske rezerve, a kod žena više dobi te dvije pojave – smanjena zaliha jajnih stanica i njihova lošija kvaliteta – često dolaze zajedno, jer opadaju s godinama.

Suplementi i stimulacija – što zaista utječe?

Mogu li suplementi poboljšati kvalitetu jajnih stanica?

Ne možemo utjecati na broj kromosoma u jajnoj stanici. Suplementi se nude kao pokušaj podrške općem zdravlju i funkciji različitih procesa u organizmu, ali **nisu lijekovi i ne mogu promijeniti biološku stvarnost.**

Bolji rezultati stimulacije – više zrelih stanica, više blastocista – najčešće su posljedica dobro pogođenog protokola liječenja, a ne djelovanja suplemenata.

OHSS – hiperstimulacija jajnika

Trebam li se bojati OHSS-a?

OHSS (sindrom hiperstimulacije jajnika) reakcija je na lijekove u kojoj jajnici pretjerano reagiraju. Postoji više stupnjeva: blagi, umjereni, teški i kritični. Većina slučajeva je blaga ili umjerena i prolazi bez težih komplikacija. Ozbiljni oblici su rjeđi, ali mogu biti opasni – osobito kod žena s PCOS-om.

Zašto je stimulacija kod žena s visokim AMH (npr. kod PCOS-a) tako osjetljiva?

Jajnici mogu burno reagirati i na male doze lijekova za stimulaciju jajnika, pa postoji rizik od OHSS-a (sindroma hiperstimulacije). S druge strane, ako je doza lijekova preniska, jajne stanice mogu ostati nezrele i takve se neće oploditi. Izazov je pogoditi dozu koja omogućava zrelost bez izazivanja sindroma hiperstimulacije. Ne zaboravite: svaka stimulacija jajnika lijekovima je hiperstimulacija, ali ne rezultira svaka i sindromom hiperstimulacije.

O financiranju postupaka liječenja

Što HZZO pokriva u MPO postupku?

HZZO pokriva osnovne elemente postupka: potrebne lijekove (u rijetkim slučajevima poput postupaka s donacijom radi se o sufinanciranju), aspiraciju jajnih stanica, oplodnju i transfer zametaka. HZZO pokriva i opću anesteziju pri aspiraciji jajnih stanica. U okviru MPO postupka pokrivena je i krioprezervacija zametaka u trajanju od 5 godina.

Koje troškove mogu očekivati ako idem privatno?

Cijene variraju ovisno o klinici i složenosti postupka. Trošak jednog ciklusa MPO-a danas može biti oko 3.000 eura naviše. Ako se odlučite za dodatne pretrage, zamrzavanje zametaka te njihovo (godišnje) čuvanje, to je također dodatan trošak.

O emocijama i podršci

Tko mi može pružiti emocionalnu podršku tijekom procesa?

Stručnjakinje i stručnjaci za mentalno zdravlje, udruge poput Rode, kao i grupe podrške drugih pacijentica i pacijenata koji prolaze sličan put. Čak i jednostavan razgovor s osobama koje razumiju izazove MPO-a može pomoći da se osjećate manje usamljeno.

Kako razgovarati s okolinom o MPO postupku?

Vaše je pravo odabrati s kim i koliko ćete dijeliti svoju priču. Ako osjećate pritisak okoline, možete se pripremiti unaprijed s kratkim odgovorima ili zamoliti za razumijevanje i prostor.

O ishodima

Kolika je uspješnost MPO postupaka?

Uspješnost MPO-a ovisi o nizu čimbenika: uzrocima neplodnosti, dobi, kvaliteti zametaka i odabranom MPO postupku. Za žene mlađe od 35 godina, stopa uspješnosti po ciklusu je oko 30-40%, dok se s povećanjem dobi ta stopa smanjuje, a u 40-ima se znatno smanjuje. I kod muškaraca se stopa smanjuje s porastom životne dobi, no u manjoj mjeri utječe na uspješnost MPO postupaka. Životna dob značajan je faktor za mogućnost začeća i uspješnost izvantjelesne oplodnje s vlastitim spolnim stanicama – radi se o biološkoj stvarnosti na koju ne možemo utjecati.

Uspješnost MPO postupaka s donacijom – prvenstveno jajnih stanica – viših je stopa uspješnosti po ciklusu (oko 50%), jer u velikoj mjeri ovisi o dobi darivateljica, koje su uglavnom mlađe žene.

Ako postupak ne uspije, što dalje?

Važno je znati da neuspjeh jednog postupka ne znači kraj – za većinu će osoba dolazak do trudnoće i djeteta značiti i prolazak kroz više postupaka liječenja. Liječnica/liječnik će s vama analizirati tijek postupka, razmotriti prilagodbe protokola, dodatne pretrage ili, ako je potrebno, alternative poput donacije spolnih stanica ili zametaka.

**“Pronašla sam
hrabrost postavljajući
pitanja na svakom
koraku. Znati što nas
čeka značilo je manje
straha, a više mira.”**

Dora



Gdje se možemo liječiti?

U Hrvatskoj postoji niz zdravstvenih ustanova ovlaštenih za liječenje neplodnosti – neke su u sustavu javnog zdravstva (pacijenti ih često nazivaju “državne klinike”), a neke su poliklinike u privatnom vlasništvu (pacijenti ih nazivaju “privatne klinike”). U svim ovim klinikama smanjena plodnost liječi se postupcima medicinski potpomognute oplodnje (MPO). Medicinski potpomognuta oplodnja znanstveno je dokazan i najuspješniji pristup liječenju smanjene plodnosti.

Ovdje donosimo pregled zdravstvenih ustanova ovlaštenih za liječenje neplodnosti, s posebnim fokusom na ustanove u Zagrebu.

Za određenu kliniku možete se odlučiti sami, bez obzira na vaše mjesto prebivališta, te se naručiti na prve konzultacije kod subspecijalistice/subspecijalista humane reprodukcije. Ako se radi o klinici koja postupke liječenja provodi preko HZZO-a, za naručivanje će vam biti potrebna uputnica izabrane primarne liječnice/liječnika (primarne ginekologinje/ginekologa za žene ili liječnice/liječnika obiteljske medicine za muškarce).

Kako odabrati kliniku?

Neki od faktora i pitanja koji vam mogu pomoći pri odluci o odabiru klinike:

- provodi li klinika postupke liječenja preko HZZO-a ili sami snosite trošak čitavog postupka liječenja
- postoji li lista čekanja, odnosno koliko se u prosjeku čeka na pojedini postupak liječenja (ne zaboravite da je pri liječenju neplodnosti vrijeme jedan od ključnih faktora za uspjeh!)
- udaljenost klinike od mjesta gdje živite ili radite može biti važna – tijekom postupka liječenja u kliniku dolazite u više navrata, na točno određene dane ciklusa i u određeno vrijeme u danu
- također, dobro je provjeriti koliko se uobičajeno čeka pri pojedinačnom dolasku u kliniku tijekom postupka, npr. pri dolascima zbog folikulometrije – ovo vam može biti važno zbog izbivanja s radnog mjesta tijekom tih dana
- dobro je provjeriti koja je praksa klinike vezana za eventualni prestanak čuvanja zamrznutih zametaka, ako se na tu opciju jednom odlučite
- nekim su osobama za odabir klinike značajna iskustva drugih pacijentica i pacijenata, pogotovo onih slične dobi i usporedivih dijagnoza

ZDRAVSTVENE USTANOVE OVLAŠTENE ZA OBAVLJANJE POSTUPAKA MEDICINSKI POMOGNUTE OPLODNJE



Javna ustanova



Privatna ustanova

Javne ustanove

1

KBC Zagreb

Klinika za ženske bolesti i porode, Zavod za humanu reprodukciju

Petrova 13, Zagreb

01 4604 743

predbiljezbe.cef.gin@kbc-zagreb.hr

www.kbc-zagreb.hr

2

KB Merkur

Klinika za ženske bolesti i porode, Zavod za humanu reprodukciju s Dnevnom bolnicom za MPO

Zajčeva 19, Zagreb

01 2353 907

MPO@kb-merkur.hr

www.kb-merkur.hr

3

KBC Sestre milosrdnice

Klinika za ženske bolesti i porodništvo, Zavod za humanu reprodukciju i ginekološku endokrinologiju

Vinogradska cesta 29, Zagreb

01 3787 689

ivf@kbcsml.hr

www.kbcsml.hr

4

KB Sveti Duh

Klinika za ginekologiju i porodništvo, Odjel za ginekologiju i humanu reprodukciju

Sveti Duh 64, Zagreb

01 3712 109

kgp@kbsd.hr

www.kbsd.hr

Privatne ustanove

1

Poliklinika Alea fertility

Voćarska cesta 14, Zagreb

01 6264 463

info@alea-fertility.hr

www.alea-fertility.hr

2

Poliklinika Betaplus

Charlesa Darwina 6 H, Zagreb

01 5580 250

poliklinika@betaplus.hr

www.betaplus.hr

3

IVF centar Lučinger

Strojarska 28, Zagreb

091 521 8240

info@ivf-centar.hr

www.ivf-centar.hr

4

Poliklinika IVF

Antuna Nemčića 7, Zagreb

01 4678 600

info@ivf.hr

www.ivf.hr

5

Poliklinika Repromed

Gradišćanska 36, 10000 Zagreb

01 4954 281

info@poliklinika-repromed.hr

www.poliklinika-repromed.hr

U trenutku izdavanja ovog izdanja brošure, u privatnim poliklinikama Betaplus i Poliklinika IVF moguće je ići i u postupke liječenja na teret HZZO-a. Ovu mogućnost svakako provjerite kontaktiranjem odabrane zdravstvene ustanove prije naručivanja.



Savjeti

Pri odabiru klinike provjerite nude li postupke koji su vam potrebni i možete li se liječiti preko HZZO-a, ako planirate koristiti tu mogućnost.

Telefonski poziv ili pregled službene web stranice pomoći će vam da dobijete aktualne informacije o terminima i potrebnoj dokumentaciji te cjeniku, ako se radi o privatnim klinikama.

Ne ustručavajte se kontaktirati više ustanova kako biste donijeli odluku koja vam najviše odgovara.

Popis ostalih zdravstvenih ustanova ovlaštenih za liječenje neplodnosti u Hrvatskoj

Javne ustanove

- KBC Osijek – Klinika za ginekologiju i opstetriciju, Zavod za humanu reprodukciju i medicinski potpomognutu oplodnju
- KBC Rijeka – Klinika za ginekologiju i porodništvo, Zavod za humanu reprodukciju
- KBC Split – Klinika za ženske bolesti i porode, Zavod za ginekološku endokrinologiju i humanu reprodukciju
- Opća bolnica Pula – Služba za ginekologiju i opstetriciju, Ambulanta humane reprodukcije (od MPO postupaka provode IUI, ne provode postupke izvantjelesne oplodnje)
- Opća bolnica Zadar – Odjel za ginekologiju (od MPO postupaka provode IUI, ne provode postupke izvantjelesne oplodnje)

Privatne ustanove

- Poliklinika Cito, Split
- Poliklinika MIA, Rijeka
- Poliklinika Škvorc, Samobor
- Poliklinika Šparac, Split

“Pomoglo nam je što smo unaprijed nazvali više klinika i raspitali se o postupcima i čekanjima. Zatim smo otišli i na konzultacije u dvije klinike koje su nam bile u užem izboru.”

Marko

Psihološka podrška i korisni resursi

Liječenje neplodnosti nije samo medicinski izazov, ono je i emocionalno zahtjevan proces koji otvara brojna pitanja, brige i osjećaj nesigurnosti.

Iako se fokus često stavlja na medicinske pretrage i protokole, emocionalna dobrobit jednako je važna za vaše zdravlje i kvalitetu života tijekom ovog procesa.

Važno je znati da tijekom cijelog puta imate pravo na podršku, ne samo medicinsku već i psihološku. Niste sami u svojim pitanjima, dilemama i osjećajima.

Stručna psihološka podrška

Zašto je važno razmotriti psihološku podršku?

Proces liječenja neplodnosti prirodno donosi i valove različitih emocija. Uzbuđenje i nada isprepliću se s neizvjesnošću, strahom, tjeskobom – osobito tijekom čekanja rezultata ili nakon neuspjelih pokušaja. Ako postupak traje duže ili uključuje dodatne izazove poput gubitka, pritiska okoline ili odluke o donaciji spolnih stanica, emocionalno opterećenje može postati posebno teško.

Razgovor sa stručnjakinjom/stručnjakom koji razumije specifičnosti liječenja neplodnosti može vam pomoći:

- da otvoreno izrazite emocije bez straha od osude

- da naučite o korisnim alatima za nošenje sa stresom
- da lakše podnesete razdoblja neizvjesnosti.

Neke klinike surađuju s psihologinjama/ psiholozima ili nude stručno savjetovanje, no podršku možete potražiti i neovisno o klinici. Nema “pravog” trenutka kada treba potražiti stručnu podršku – ako imate tu potrebu, dovoljno je to što je osjećate. Psihološku podršku ne trebate smatrati posljednjom opcijom, već korisnom pomoći koja vas može pratiti tijekom cijelog puta, čak i kad mislite da vam je “još prerano za to”.

Peer-support i iskustva drugih pacijentica i pacijenata

Jedan od najvrednijih izvora snage na putu kroz MPO mogu biti upravo ljudi koji su prošli ili prolaze isto što i vi. Iskustva drugih pacijentica i pacijenata pomažu da shvatite kako niste sami u svojim osjećajima i dilemama. Također, iskustva onih koji su već prošli kroz sličnu situaciju mogu vam pružiti nove perspektive i korisna saznanja.

Zašto peer-support grupe pomažu:

- možete podijeliti vlastite dileme i osjećaje, bez straha od nerazumijevanja
- možete dobiti konkretne savjete iz perspektive osobe koja je prošla sličan put
- ponekad je dovoljno i samo slušanje tuđih iskustava kako biste osjetili olakšanje.

U udruzi *Roditelji u akciji* – Roda prepoznale smo važnost ove vrste podrške i već godinama organiziramo:

- online grupe podrške – zatvorene grupe na društvenim mrežama i online grupe uživo
- grupe podrške uživo, u prostoru udruge
- specijalizirane grupe za osobe koje se odlučuju na postupke s donacijom spolnih stanica ili zametaka i grupe za roditelje djece začete pomoću donacije, jer su njihove dileme često specifične i dodatno emocionalno zahtjevne.

“Najveći mir pronašla sam kad sam čula da i drugi proživljavaju isto što i mi. Dobila sam niz korisnih savjeta, a podrška mojih suborkinja vratila mi je osjećaj zajedništva i nade.”

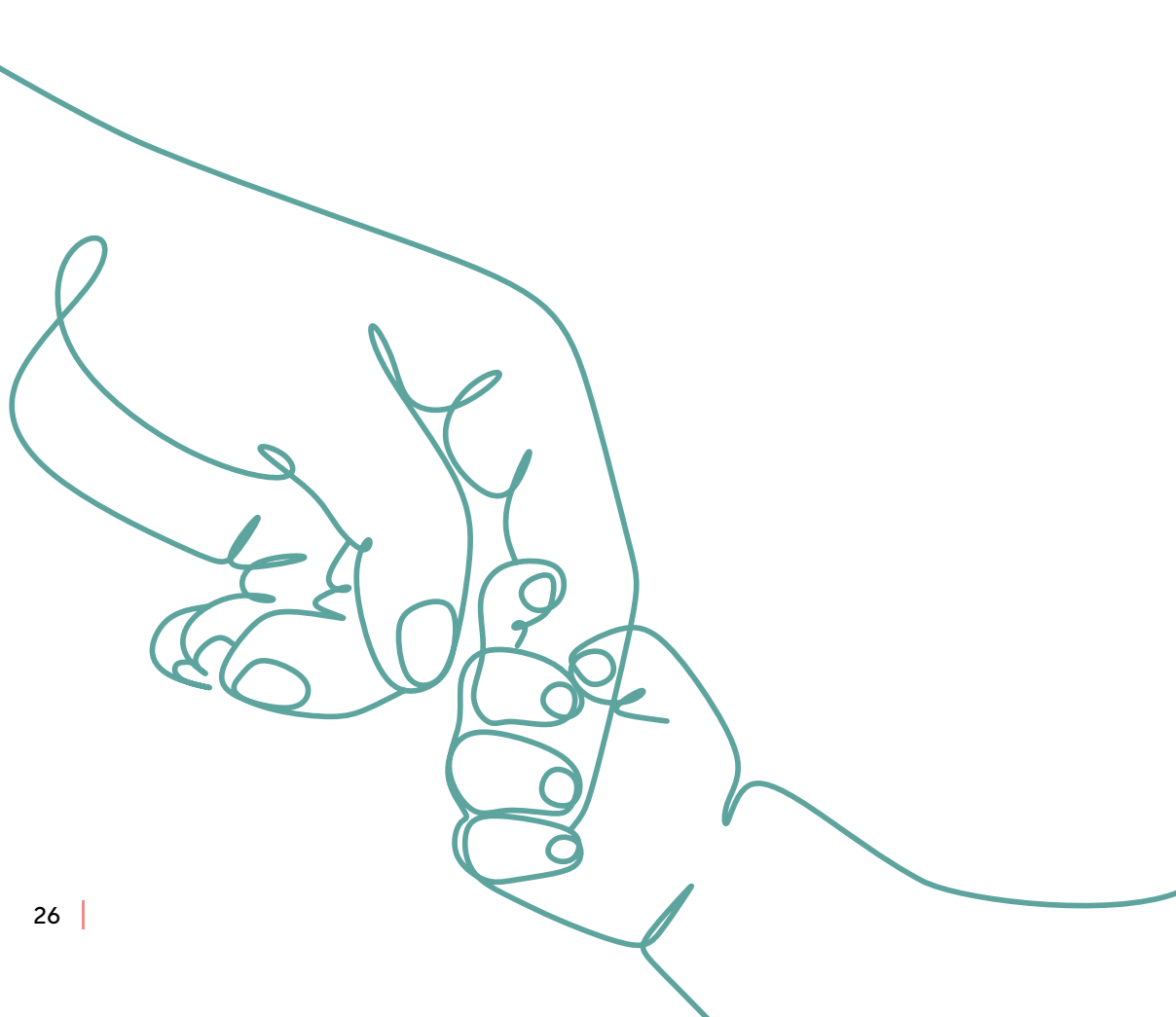
Mirta

Kako do Rodine podrške?

Ako osjećate potrebu za podrškom, Roda vam nudi više različitih načina da se uključite i pronađete zajednicu koja vam može pomoći.

- **Rodin portal (Ne)plodnost**, gdje objavljujemo novosti o grupama podrške:
www.roda.hr/portal/neplodnost/
- **E-mail adresa za Rodinu podršku:** neplodnost@roda.hr
- **Zatvorena Facebook grupa “Roda Plodnost”:**
facebook.com/groups/RodaNeplodnost

Putem navedenih kanala možete se prijaviti za sudjelovanje u grupama podrške ili postaviti pitanja koja imate na svom MPO putu.



Otvorenost na radnom mjestu

O liječenju neplodnosti još se uvijek rijetko otvoreno govori na poslu. Ipak, važno je znati da imate zakonsko pravo koristiti bolovanje tijekom postupaka MPO-a, bez obzira na to hoćete li o tome otvoreno govoriti kolegicama/kolegama ili ne.

MPO zahtijeva češće odlaske u kliniku radi pretraga, folikulometrija i zahvata. Ako procijenite da imate sigurno radno okruženje puno podrške, otvorenost prema nadređenima ili kolegicama/kolegama može olakšati organizaciju posla i korištenje prava. No, želite li to zadržati za sebe – to je sasvim legitimno.

Poslodavci bi trebali uvažavati izazove kroz koje prolazite i poštovati vaša prava. Bolovanje radi liječenja neplodnosti nije stvar dobre volje, nego vaše zakonsko pravo.

Nažalost, praksa u radnim sredinama različita je, zbog čega se zalažemo za veću edukaciju poslodavaca i smanjenje stigme povezanih s liječenjem neplodnosti.

Poslodavci koji razumiju ovu temu grade zdravije radno okruženje puno podrške – na dobrobit svojih zaposlenica i zaposlenika, kao i same organizacije.



Savjet

Ako odlučite obavijestiti poslodavca, unaprijed razmislite kako joj/mu predstaviti situaciju i što bi vam moglo olakšati – npr. fleksibilno radno vrijeme ili razumijevanje za moguće izostanke.

Prava pacijenata u MPO postupcima

Savjet

Ako mijenjate kliniku, zatražite pisanu potvrdu o dosadašnjim MPO postupcima za vlastitu evidenciju.



Kao pacijentica ili pacijent u postupcima medicinski potpomognute oplodnje, važno je da znate svoja prava. Poznavanje vlastitih prava omogućuje vam da se osjećate sigurnije, postavljate informirana pitanja te donosite odluke koje su u skladu s vašim vrijednostima i potrebama.

KOJA SU VAŠA PRAVA NA LIJEČENJE NEPLODNOSTI U OKVIRU OBAVEZNOG ZDRAVSTVENOG OSIGURANJA?

U okviru prava na zdravstvenu zaštitu iz osnovnog osiguranja osiguranim osobama Hrvatskog zavoda za zdravstveno osiguranje (HZZO) osigurava se u cijelosti pravo na postupke medicinski potpomognute oplodnje, u pravilu do navršene 42. godine žene, koja se provodi u okviru specijalističko-konzilijarne i bolničke zdravstvene zaštite:

- 4 postupka IUI (intrauterine inseminacije)
- 2 IVF/ICSI postupka u prirodnom ciklusu
- 4 IVF/ICSI postupka u stimuliranom ciklusu
- sve embriotransfere zametaka dobivenih u stimuliranim ciklusima.

Osnovno osiguranje pokriva ovaj broj MPO postupaka, bilo s vlastitim spolnim stanicama i zamecima, bilo s doniranim stanicama i zamecima (postupci s donacijom izvode se izvan Hrvatske).

Prema Zakonu o medicinski pomognutoj oplodnji koji je trenutno na snazi, liječnica/liječnik koja provodi MPO postupak iz osobito opravdanih zdravstvenih razloga može omogućiti pravo na medicinski potpomognutu oplodnju i nakon navršene 42. godine života žene, no važno je znati da se ova zakonska odredba u praksi rijetko provodi.

Liječenje se provodi u okviru specijalističko-konzilijarne i bolničke zdravstvene zaštite na osnovi uputnice liječnice/liječnika primarne zdravstvene zaštite.

Postupak medicinski potpomognute izvantjelesne oplodnje podrazumijeva sve potrebne dijagnostičke i terapijske postupke te potrošni medicinski materijal i lijekove s Liste lijekova Zavoda.

Koja su ključna prava koja vam pripadaju tijekom liječenja neplodnosti u Hrvatskoj?



Pravo na informiranost

- Imate pravo dobiti jasne, potpune i razumljive informacije o svojoj dijagnozi, preporučenim postupcima, mogućim rizicima i ishodima liječenja.
- Liječnica/liječnik je dužan objasniti vam sve postupke, uključujući faze procesa, nuspojave, moguće komplikacije i alternative.
- Imate pravo postavljati pitanja koliko god puta je potrebno – važno je da odluke donosite informirano.



Pravo na pristup medicinskoj dokumentaciji

- Imate pravo dobiti uvid u svu svoju medicinsku dokumentaciju povezanu s liječenjem neplodnosti – možete zatražiti kopiju svoje dokumentacije.
- Dokumentacija vam može pomoći ako želite drugo mišljenje ili ako mijenjate ustanovu.



Pravo na drugo mišljenje

- Ako imate dvojbe ili želite dodatnu potvrdu preporučene terapije, imate pravo zatražiti drugo mišljenje od druge liječnice/liječnika ili ustanove.
- Klinike su dužne poštovati vašu odluku i omogućiti vam pristup potrebnoj dokumentaciji za drugo mišljenje.



Pravo na informacije o troškovima

- Imate pravo unaprijed znati sve troškove liječenja, bilo da se liječite preko HZZO-a ili privatno.
- Klinika je dužna objasniti vam što je uključeno u cijenu, a što se dodatno plaća (npr. dodatne pretrage, zamrzavanje zametaka i sl.).



Pravo na privatnost i povjerljivost

- Sve informacije o vašem liječenju smatraju se povjerljivima i moraju biti zaštićene.
- Zdravstvene radnice/radnici zakonski su obvezne čuvati vašu privatnost i postupati s vašim podacima u skladu s pravilima o zaštiti osobnih podataka.



Pravo na zdravstvenu skrb s poštovanjem

- Imate pravo na profesionalan, pažljiv, dostojanstven i nenametljiv pristup tijekom cijelog procesa liječenja.
- Bez obzira na vaše osobne okolnosti (dob, bračni status, financijska situacija), imate pravo na zdravstvenu skrb s poštovanjem.

Pravo na bolovanje i sufinanciranje putnih troškova

Tijekom postupaka MPO-a moguće je otvoriti bolovanje za dio trajanja postupka ili za svaki odlazak u kliniku, kao što su:

- folikulometrija (praćenje rasta folikula)
- aspiracija jajnih stanica
- postupak embriotransfera
- drugi pregledi i zahvati prema preporuci liječnice/liječnika.

Otvaranje bolovanja omogućava vam da se posvetite postupku i svom zdravlju bez dodatnog opterećenja zbog posla.

Također, ako se liječenje ne odvija u mjestu vašeg prebivališta, imate mogućnost ostvariti pravo na sufinanciranje troškova putovanja preko HZZO-a.

Ove opcije ovise o individualnim okolnostima i izabranoj liječnici/liječniku. Preporučujemo da se o svim detaljima raspitate kod svoje izabrane liječnice/liječnika obiteljske medicine, primarne ginekologinje/ginekologa ili izravno u HZZO-u.

“Kad sam shvatila koja su moja prava, osjećala sam da opet imam kontrolu nad vlastitim putem do roditeljstva.”

Larisa



Savjet

Pri svakom dolasku u kliniku, pitajte može li vam se izdati odgovarajuća potvrda o pregledu ili zahvatu – olakšat će vam ostvarivanje prava na bolovanje i putne troškove.

Na vašem putu prema roditeljstvu

Liječenje neplodnosti zahtijeva hrabrost, strpljenje i snagu. Uz sve izazove, važno je znati – nisi sama, nisi sam, niste sami. Imate pravo na podršku, informacije i razumijevanje.

Ovaj vodič osmišljen je da vam olakša prve korake, pruži odgovore i podsjeti vas na vaša prava i mogućnosti. Vaš put ovdje ne staje – kad god budete spremni za više informacija ili vam zatreba dodatna podrška, možete se obratiti udruzi Roda.

Vaša je priča jedinstvena. Dajte si vremena i budite blagi prema sebi – zaslužujete punu podršku na tom putu.

Dodatni resursi iz Rode

Ako želite nastaviti s informiranjem ili vam je potrebna dodatna podrška, zavirite u ostale Rodine materijale:



brošura “Neplodnost”

Ova brošura donosi detaljnije informacije o uzrocima, dijagnostici i liječenju neplodnosti medicinski potpomognutom oplodnjom.



vodič “Donacija spolnih stanica i zametaka – vodič za prve korake prema roditeljstvu”

Ovaj vodič sadrži informacije o donaciji spolnih stanica i zametaka, postupcima s donacijom i pravima pacijenata i djece začete uz pomoć donacije.



knjiga “Put prema roditeljstvu”

Ovo je knjiga o reproduktivnom zdravlju, plodnosti i neplodnosti, pisana jednostavnim i pristupačnim jezikom.

Sve ove publikacije dostupne su u elektroničkom obliku na Rodinoj web stranici, a možete ih zatražiti i putem e-maila neplodnost@roda.hr.

“Ovo putovanje naučilo nas je da je u redu tražiti pomoć i da ne moramo sve nositi sami.”

Dora i Neven

Moja pitanja za prve konzultacije

☐

☐

☐

☐

☐

☐

Bilješke

Izvori

Izrada ovog vodiča temeljila se na sljedećim izvorima:

- Zakon o medicinski pomognutoj oplodnji (NN 86/12)
- Zakon o zaštiti prava pacijenata (NN 169/04, 37/08)
- Zakon o zaštiti osobnih podataka (NN 106/12)
- Opća uredba o zaštiti podataka (GDPR)
- Priručnici i vodiči Hrvatskog zavoda za zdravstveno osiguranje (HZZO)
- Preporuke i smjernice Europskog društva za humanu reprodukciju i embriologiju (ESHRE)
- Odgovori Rodinih edukatorica za (ne)plodnost na upite pacijentica i pacijenata u online grupama podrške



MISIJA: RODITELJSTVO – Vodič kroz liječenje neplodnosti u Zagrebu

Autorice: Bojana Šantić, Maja Berkarić, Ana Serenčeš, MPO grupa udruge Roda

Recenzija: Maja Berkarić, dr. med., dr. sc. Erden Radončić, dr. med.

Lektura: Marko Korpar

Grafički dizajn: ACT Printlab

Izdavač: Roditelji u akciji – Roda, Žerjavićeva 10, 10000 Zagreb

ISBN 978-953-8131-65-3 (pdf izdanje)

Godina izdanja: 2025.

Zahvaljujemo svima koji su svojim sugestijama pridonijeli da sadržaj brošure bude što informativniji.

Sadržaj publikacije smije se koristiti isključivo u nekomercijalne svrhe, uz navođenje izvora i uz dozvolu nakladnika. Fotografije i ilustracije se ne smiju dalje koristiti.



GRAD
ZAGREB

Ovaj vodič izrađen je u okviru projekta **MISIJA: RODITELJSTVO – Vodič kroz liječenje neplodnosti u Zagrebu**, za čije je provođenje Grad Zagreb dao financijsku potporu. Sadržaj vodiča isključiva je odgovornost udruge Roditelji u akciji – Roda i ni pod kojim se uvjetima ne može smatrati kao odraz stajališta Grada Zagreba.



Vaše mišljenje nam je važno!

Skenirajte QR kod, ispunite kratak upitnik i podijelite svoje dojmove i prijedloge za poboljšanje ove brošure – za to vam treba samo par minuta. Vaši su odgovori anonimni. Hvala vam!