



**Κωσταντίνος Κωσταράς**

Μαιευτήρας χειρουργός γυναικολόγος  
Ιατρός αναπαραγωγής  
Μέλος της ιδρυτικής ομάδας διαχείρισης  
του Institute of Life - ΙΑΣΩ

# ΣΚΕΠΤΕΣΤΕ να προχωρήσετε σε κατάψυξη ωαρίων; Δεν είστε η μόνη!

Υπολογίζεται ότι δεκάδες χιλιάδες γυναίκες σε ΗΠΑ και ΕΕ προχωρούν στη διαδικασία της κρυοσυντήρησης ωαρίων κάθε χρόνο, με τις Αμερικανίδες να σημειώνουν μάλιστα αύξηση της τάξης του 151% σε σχέση με το 2008!

Γιατί συμβαίνει τελικά μια τόσο εντυπωσιακή αύξηση στις γυναίκες που αποφασίζουν την κατάψυξη ωαρίων; Όπως έχουν σήμερα τα πράγματα και με τη δημοσιότητα που παίρνει το θέμα, μπορεί να σκεφτείτε ότι πρόκειται για μια νέα τεχνολογία στην αναπαραγωγική ιατρική. Αλλά αυτό είναι λάθος. Η κρυοσυντήρηση ωαρίων είναι πραγματικότητα εδώ και τριάντα χρόνια. Μάλιστα, η πρώτη καταγεγραμμένη γέννηση παιδιού από κατεψυγμένο ωάριο έγινε με την μέθοδο της «αρχής κατάψυξης» το 1986. Αλλά αυτή η μέθοδος παρουσίαζε προβλήματα, καθώς τα ανθρώπινα ωάρια έχουν υψηλή περιεκτικότητα σε νερό και δημιουργούνταν κρύσταλλοι στο εσωτερικό τους. Όλα άλλαξαν το 2005 με την υαλοποίηση (vitrification). Η νέα, εξαιρετικής ταχύτητας μέθοδος ψύξης έφερε την επανάσταση στην κατάψυξη ωαρίων.

## Βασικά βήματα

Η κατάψυξη ωαρίων ή κρυοσυντήρηση, ακολουθεί τέσσερα βασικά βήματα:

- Φαρμακευτική διέγερση των ωοθηκών ώστε να υπάρξει παραγωγή ωαρίων.
- Λήψη των ωαρίων αυτών από τις ωοθήκες.
- Κατάψυξη με τη μέθοδο της υαλοποίησης.
- Φύλαξη σε υγρό άζωτο.

Η κρυοσυντήρηση ωαρίων ακολουθεί ουσιαστικά το ίδιο πρωτόκολλο με την εξωσωματική γονιμοποίηση. Η μόνη διαφορά είναι ότι μετά τη λήψη των ωαρίων από τις ωοθήκες, δεν γονιμοποιούνται στο εργαστήριο, αλλά φυλάσσονται για μελλοντική προσπάθεια εξωσωματικής γονιμοποίησης.

## Πρόκειται για πειραματική μέθοδο;

Η απάντηση είναι όχι. Τον Οκτώβριο του 2012 η Αμερικανική Εταιρεία Αναπαραγωγικής Ιατρικής (ASRM),

αφαίρεσε από την κρυοσυντήρηση την «ετικέτα» της πειραματικής μεθόδου. Η ASRM είχε ήδη στη διάθεσή της χίλιες μελέτες που την οδήγησαν στην απόφαση αυτή. Το συμπέρασμα ήταν ότι:

1. Τα κρυοσυντηρημένα ωάρια και οι βλαστοκύστες είναι το ίδιο αποτελεσματικές στην εξωσωματική γονιμοποίηση, όσο και τα φρέσκα ωάρια.
2. Τα κρυοσυντηρημένα ωάρια δεν αυξάνουν τις πιθανότητες για γενετικές ανωμαλίες ή χρωμοσωμικές νόσους.

## Ποια γυναίκα επιλέγει να καταψύξει τα ωάρια της;

Οι γυναίκες προχωρούν σε κρυοσυντήρηση ωαρίων για πολλούς λόγους, όπως είναι η καριέρα, τα ταξίδια, η χημειοθεραπεία, η έλλειψη συντρόφου και πολλοί άλλοι, προσωπικοί για την κάθε μία λόγοι. Ωστόσο, ο κοινός σκοπός που τις ενώνει όλες, είναι η επιθυμία να αποκτήσουν κάποτε δικό τους παιδί.

### Κρυοσυντήρηση από επιλογή

Οι γυναίκες που την επιλέγουν θέλουν να εξασφαλίσουν τη δυνατότητα να αποκτήσουν παιδιά στο μέλλον καθώς, για οποιοδήποτε λόγο, δεν θέλουν να γίνουν μητέρες τώρα.

### Καρκίνος

Η μέθοδος της κρυοσυντήρησης ωαρίων αρχικά αναπτύχθηκε για τις γυναίκες αυτές, με σκοπό να διατηρήσουν τα υγιή ωάρια τους πριν κάνουν χημειοθεραπεία ή ακτινοβολίες.

### Γενετικά, ιατρικά θέματα

Γυναίκες με οικογενειακό ιστορικό πρώιμης εμμηνόπαυσης, ενδομητρίωσης ή άλλα ιατρικά προβλήματα, θέλουν συνήθως να κάνουν ό,τι μπορούν για να μπορέσουν να γίνουν μητέρες όποτε το θελήσουν.

### Γυναίκες στο στρατό

Γυναίκες που υπηρετούν σε θέσεις ενεργούς δράσης,

θέλουν να εξασφαλίσουν ότι θα μπορέσουν όταν ολοκληρώσουν τις υποχρεώσεις τους, να γίνουν μητέρες. Στις ΗΠΑ μάλιστα, το Πεντάγωνο παρέχει ολόκληρο πρόγραμμα κρουσυντήρησης ωαρίων.

## Το να περιμένεις είναι η νέα, φυσιολογική πραγματικότητα

Σήμερα, οι γυναίκες θεωρούν δεδομένη την ισότητα στη μόρφωση και την εργασία, με τη μορφή και διάσταση αληθινής καριέρας. Ωστόσο, ο χρόνος περνάει, με το βιολογικό ρολόι να χτυπάει, αλλά και την ανάγκη να βρεθεί ένας σωστός σύντροφος. Η δουλειά έχει απαιτήσεις, η διαδικασία ανεύρεσης συντρόφου συνεχίζεται όλο και πιο δύσκολα, ενώ εύκολα έχουν ξεπεραστεί τα 30. Το 50% των γυναικών στις ΗΠΑ περιμένει μετά τα 30 χρόνια για να αποκτήσει το πρώτο παιδί. Και το 40% είναι χωρίς παιδιά στις ηλικίες 40-45. Ας το πάρουμε απόφαση. Αυτό είναι το νέο «φυσιολογικό». Η κατάψυξη ωαρίων θα βοηθήσει στο μέλλον τις γυναίκες να έχουν επιλογές και να μην πιέζονται ασφυκτικά από το χρόνο που περνά. Η κατάψυξη ωαρίων μαζί με τις μεθόδους εξωσωματικής γονιμοποίησης προσφέρουν στις γυναίκες την επιλογή. Μια επιλογή που οι μητέρες τους δεν είχαν.

## Μια νέα δεκαετία

Ολίβια Μαν, Σοφία Βεργκάρα και Κιμ Καρντάσιαν το έκαναν. Εταιρίες κολοσσοί όπως είναι η Apple, το προσφέρουν στα ασφαλιστικά συμβόλαια των νεαρών γυναικών υπαλλήλων τους. Πολλοί πια αναφέρονται στη μέθοδο ως «το νέο αντισυλληπτικό χάπι». Το σώμα και τα ωάρια μας γερνούν γρήγορα και ως εκ τούτου η κρουσυντήρηση ωαρίων είναι μια έξυπνη κίνηση που καμία δεν μετάνιωσε! Γυναίκες με απαιτητική καριέρα και υψηλά στάνταρ αλλάζουν κυριολεκτικά τη ζωή τους χρησιμοποιώντας αυτή τη μέθοδο. Δεν βιάζονται πια να επιλέξουν ένα μέτριο σύντροφο που διαφαίνεται μελλοντικός χωρισμός, μόνο και μόνο για να κάνουν οικογένεια εντός γάμου! Έτσι, οι σχέσεις αποκτούν ουσιαστικό νόημα, χωρίς την ψυχολογική πίεση μιας γυναίκας που ξεπέρασε τα 30. Η επίσκεψη σε μια μονάδα υποβοηθούμενης αναπαραγωγής δίνει τη λύση. Δεν είναι τυχαίο που από το 2000 και μετά αυξήθηκε η μέση ηλικία απόκτησης παιδιού στις Αμερικανίδες, με το 23% να τεκνοποιεί μετά τα 35.

## Πόσα ώρια πρέπει να φυλάξω; Όσο περισσότερα, τόσο το καλύτερο;

Η απάντηση είναι ναι. Πάντως, μία γυναίκα 30-37 ετών, αν βγάλει 15 ώρια, θα φυλαχθούν τα 11-12 και θα έχει καλές πιθανότητες να γονιμοποιηθούν αργότερα. Οι γυναίκες που είναι στην ηλικία των 30, καλό θα ήταν να φυλάξουν 8-15 ώρια αν θέλουν καλά ποσοστά επιτυχίας σε μία μελλοντική εγκυμοσύνη. Δεν υπάρχουν ακριβή επιστημονικά δεδομένα, αλλά υπάρχει η καθημερινή εμπειρία μας που υποδεικνύει ακριβώς αυτό. Σε γενικές γραμμές, το 80% όσων κρατηθούν θα είναι ώριμα, το 80% θα γονιμοποιηθεί και το 50% αυτών θα γίνει βλαστοκύστη. Τελικά, το ποσοστό επίτευξης εγκυμοσύνης είναι 40-50%.

## Πότε είναι η σωστή ηλικία να καταψύξει η γυναίκα τα ωάρια της;

Η γονιμότητα έχει όρια. Οι άνδρες παράγουν σπέρμα καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής τους. Η γυναίκα έχει συγκεκριμένο αριθμό ωαρίων, που καθώς μεγαλώνει μειώνονται και αποκτούν χειρότερη ποιότητα. Τα 35-37 χρόνια είναι ένα σταυροδρόμι, καθώς τότε αρχίζει να γίνεται πιο δύσκολη η σύλληψη. Στα 40 η γυναίκα έχει 5% πιθανότητες να συλλάβει φυσιολογικά σε ένα κύκλο. Ταυτόχρονα αυξάνονται οι πιθανότητες για χρωμοσωμικές ανωμαλίες στο έμβρυο. Στα 30 χρόνια της γυναίκας υπάρχει μία πιθανότητα στις 385 για σύνδρομο Down, στην ηλικία των 40 ετών υπάρχει μία πιθανότητα στις 63. Ενδεικτικά, τα 35-37 έτη μπορεί να είναι ένα όριο χωρίς να αποκλείονται μεγαλύτερες ηλικίες.

*Η κατάψυξη ωαρίων θα βοηθήσει στο μέλλον τις γυναίκες να έχουν επιλογές και να μην πιέζονται ασφυκτικά από το χρόνο που περνά.*

