Teresa

Czy w czasie ciąży można wykonać badanie USG piersi?

Tak, można wykonać badanie USG piersi w trakcie ciąży, jak również w trakcie laktacji. Nie ma to żadnego negatywnego wpływu na ciążę i karmienie piersią. Co więcej, wg. Rekomendacji Polskiego Towarzystwa Ginekologicznego zalecane jest wykonanie usg piersi w I trymestrze ciąży u kobiet po 35 roku życia. Oczywiście budowa piersi w trakcie ciąży się zmienia, co może powodować inny ich obraz, czasem nawet niestety opóźniać postawienie diagnozy w przypadku zmian nowotworowych w ciąży. Niestety ani ciąża, ani laktacja nie chroni nas przed chorobą nowotworową. Nie powinno nas to jednak zniechęcać do przeprowadzenia diagnostyki, szczególnie jeżeli mamy podejrzenie, że coś jest nie tak. Liczba kobiet, u których w czasie ciąży lub po porodzie rozpoznawany jest rak piersi- rośnie. Często niestety, zmiany nowotworowe mogą być identyfikowane/ mylone ze zmianami w tkance gruczołowej wynikającymi z działania hormonów ciążowych.

Zespół ekspertów zaleca:

* u wszystkich ciężarnych powyżej 35. roku życia wykonanie USG piersi w pierwszym lub drugim trymestrze ciąży.
* w przypadku młodszych kobiet (poniżej 35. roku życia), bez klinicznych objawów choroby piersi i bez rodzinnych/genetycznych wywiadów w kierunku raka piersi, należy rozważyć wykonanie USG piersi w pierwszym lub drugim trymestrze ciąży.
* **w przypadku stwierdzenia niepokojących zmian klinicznych w obrębie piersi** (guza, zaczerwienienia lub obrzęku skóry piersi, powiększonych węzłów chłonnych pachowych) **konieczne jest wykonanie wszystkich badań diagnostycznych, mających na celu wykluczenie raka piersi**: USG piersi, mammografii (z osłoną macicy), biopsji gruboigłowej podejrzanej zmiany piersi oraz biopsji cienkoigłowej podejrzanych węzłów chłonnych pachowych – zgodnie ze standardami obowiązującymi u kobiet niebędących w ciąży.

Dominika

A do kogo można udać się z okropnym bólem bioder? Wręcz czasami nie ma możliwości poruszania się przez ból. Lekarz prowadzący stwierdził że przez masę ciała obecnie 22tydzien waga 64.5kg przed ciąża 63kg

Ból bioder pojawiający się w II/III trymestrze ciąży nie jest czymś rzadkim i nietypowym. Wynika z działania naszych hormonów, wpływających na rozluźnienie więzadeł, zmieniających uwodnienie chrząstek międzystawowych, zwiększa się ruchliwość stawów w biodrachi miednicy, co ma przygotować nas do zbliżającego się porodu. Warto skorzystać z pomocy i konsultacji fizjoterapeuty uroginekologicznego- pomaga często tu odpowiednie chustowanie, czesem stosowanie tapingu Fizjoterapeuta też doradzi jak leżec, spać, siadać- by zwiększać wsparcie dla bioder, kości.

Między innymi warto zmienić pozycję spania na leżenie na boku, z nogami ugiętymi w kolanach, z włożoną poduszką/rogalem między kolana. Ulgę przynosić mogą też ciepłe okłady, termofor. Ale przede wszystkim pomoc fizjoterapeuty byłaby tu wskazana.

Teresa

Czy jest szansa na naturalne zajście w ciążę po ciąży z in vitro?

Wszystko zależy jaka była przyczyna niepłodności, która spowodowała, że zdecydowali się Państwo na IVF. Natomiast nie jest wykluczone, że uda się zajść w ciążę naturalnie, mimo że wcześniej potrzebne było wykonanie IVF. Badania pokazują, że nawet 1/5 par, która wcześniej miała IVF, w ciągu 3 lat od poczęcia dziecka zajdzie naturalnie w ciążę. Częściej takie przypadki mają miejsce w sytuacji tzw. Niepłodności. Idiopatycznej- czyli kiedy nie mamy znanej przyczyny niepłodności.

Beata

Kiedy można podejść do kolejnego in vitro po ciąży?

Paulina

W wieku 34 lat pierwsza próba IVF i ciąża, syn urodzony przez cc w listopadzie (przedwczesne sączenie wód, krwiste wody). Po jakim czasie najlepiej przystąpić do kolejnej próby in vitro?

Tt

Po jakim czasie można zajść w drugą ciąże będąc po CC?

Głównym ograniczeniem jest sposób rozwiązania ciąży- czy był poród siłami natury, czy cięcie cesarskie. W przypadku PSN głównie ogranicza nas fakt czy skończyła pacjentka już laktację, czy wróciło krwawienie miesiączkowe. Po cięciu cesarskim zaleca się odczekanie roku od czasu wykonanej operacji.

W sytuacji gdy za pierwszym razem dziecko poczęte było za pomocą IVF, dość ważne będzie czy para ma jeszcze zamrożone zarodki. Jeżeli tak, czas ma trochę mniejsze znaczenie, gdyż mamy szanse na poczęcie z zamrożonych zarodków. Jeżeli nie ma ich już więcej zabezpieczonych, wtedy czas ma znaczenie i zaczęłabym starania wcześniej, niż odwlekając to za kilka lat. Jeżeli nasz wiek jest już zaawansowany dość, była obniżona rezerwa jajnikowa, wtedy może warto nawet, jeżeli nie jesteśmy jeszcze 100% gotowi na kolejne dziecko, podejść do samej procedury stymulacji owulacji, pobrania komórek jajowych i zamrożenia zarodków, a poczekać z transferem zarodka jak już będzie pacjentka w pełnej gotowości- minie ten rok od cięcia cesarskiego itp.

Ola

jaką dietę stosować jeśli chce się podejść do in vitro?

Dużo danych pokazuje, że rozważenie diety przeciwzapalnej- ograniczającej produkty pochodzenia zwierzęcego może mieć pozytywny wpływ. Zawsze warto zwrócić uwagę na bogaty zasób substancji zawierającej antyoksydanty w diecie (warto się posiłkować skalą ORAC, która pozycjonuje produkty o wysokim potencjale antyoksydacyjnym: goździki, cynamon, kurkuma, owoce jagodowe, suszone oregano, natka pietruszki itp.)U pacjentek z insulinoopornością, PCOS warto stosować dietę o niskim indeksie glikemicznym.

Nie zaleca się stosowania wysoce przetworzonych produktów, cukrów prostych. Ograniczone dane wskazują też na pozytywny wpływ diety bezglutenowej czy bezlaktozowej.

Paulina

Jak wygląda pierwsza miesiączka po cc? Czy może być mniej lub bardziej bolesna i obfita?

To bardzo często bywa kwestia indywidualna. Pierwsze miesiączki po porodzie/ cięciu cesarskim bywają różne. Może być mniej lub bardziej obfita, jak również mniej lub bardziej bolesna…

Bywa, że pierwsze cykle po porodzie są bezowulacyjne, wtedy zazwyczaj będą mniej bolesne. Normą jest też, że pierwsze miesiączki mogą być nieregularne.

Zdarza się, że pacjentki, które całe życie cierpiały z powodu silnie bolesnych miesiączek, po ciąży nie zgłaszają takich dolegliwości. Natomiast sugeruję, że jeżeli po porodzie, szczególnie operacyjnym zaczną miesiączki być bardzo bolesne- warto poszerzyć diagnostykę. Czasami pojawiają się problemy z rozejściem blizny po cięciu cesarskim, pojawieniu się endometriozy w bliźnie po cięciu cesarskim. Niekiedy również zmienne napięcie więzadeł, zrosty ,odmienna anatomia miednicy, która podczas porodu i ciąży się zmienia, mogą wpływać na pojawienie się dolegliwości bólowych. W takich sytuacjach również pomocna może być fizjoterapia uroginekologiczna.