<p>Многие из нас сталкиваются с обстоятельствами, из-за которых мы не можем забеременеть: карьера, страхи, просто нет того человека, с кем бы хотелось это сделать, бесплодие. Мы откладываем это судьбоносное решение о беременности на более поздний срок. Если вы не хотите опоздать и остаться у разбитого корыта &ndash; вам нужно проверить свой овариальный резерв!</p>

<p><em>Многие из нас сталкиваются с обстоятельствами, из-за которых мы не можем забеременеть: карьера, страхи, просто нет того человека, с кем бы хотелось это сделать, бесплодие. Мы откладываем это судьбоносное решение о беременности на более поздний срок. Если вы не хотите опоздать и остаться у разбитого корыта &ndash; вам нужно проверить свой овариальный резерв!</em></p>

<p><em><img hspace="1" alt="" vspace="1" align="middle" width="482" height="351" src="/upload/contents/821/482x351\_ovarial\_reserv.jpg" /></em></p>

<p>Все фолликулы (молодые яйцеклетки в оболочке) закладываются в яичниках еще ДО рождения девочки, на 3-4 месяце беременности. От 7 миллионов фолликулов, к моменту рождения их будет миллион, а до первых месячных доживут всего 250-300 тысяч, и с каждым годом их будет становиться всё меньше и меньше, пока не исчезнет последний (это будет означать наступление менопаузы). За жизнь у женщины до овуляции доходят всего 400-500 фолликулов, а все остальные атрезируются, то есть, погибают. Этот запас и называется овариальным резервом яичника, который определяет сколько времени осталось у вас, чтобы забеременеть. &nbsp;</p>

<p>Проведенные в последние годы исследования показали, что скорость исчезновения фолликулов удваивается, когда их число достигает отметки в 25 000, что обычно соответствует возрасту 37,5 лет. Этот возраст определяется как критический, после которого овариальный резерв резко снижается.</p>

<p><b>Что снижает овариальный резерв</b></p>

<p>Уменьшение овариального резерва &ndash; это естественный процесс. Но воздействие некоторых внешних и внутренних факторов может значительно его ускорить. К таким факторам относятся:</p>

<p>1) гинекологические заболевания (<a target="\_blank" href="/bolezni/endometrioz/">эндометриоз</a>, <a target="\_blank" href="/bolezni/sindrom\_polikistoza\_yaichnikov/">синдром поликистозных яичников</a>, синдром истощенных яичников, воспалительные заболевания половых путей и другие),</p>

<p>&nbsp;2) курение,</p>

<p>3) интоксикация различными химическими веществами (тяжелыми металлами, пестицидам, гербицидами и другими),</p>

<p>4) химио- и лучевая терапия,</p>

<p>5) хирургические вмешательства на органах малого таза.</p>

<p><b>Как можно оценить овариальный резерв</b></p>

<p><i>Простой анализ крови на фолликулостимулирующий гормон (ФСГ) и лютеинизирующий гормон (ЛГ).</i> Эти гормоны производятся гипофизом (крошечная железа, расположенная в головном мозге) и контролирует менструальный цикл женщины (овуляцию и менструацию). Их повышение свидетельствует о том, что нужно больше сил для активации овуляции из-за низкого овариального резерва. Повышение ФСГ на третий день менструального цикла может свидетельствовать о снижении овариального резерва и появляется за 5-6 лет до наступления менопаузы.</p>

<p>Кроме того, вы можете измерить <i>уровень эстрадиола</i>. Он относится к группе эстрогенов, важнейших женских половых гормонов. Продуцируется эстрадиол клетками оболочки фолликула и, в меньшей степени, надпочечниками. Повышение его среднего уровня указывает на то, что фолликулы плохо реагируют на гормональную стимуляцию, а значит &ndash; овуляция будет затруднена.</p>

<p>К другим, менее распространенным гормональным анализам, характеризующим состояние овариального резерва, относят измерение концентрации ингибина В и антимюллерова гормона.</p>

<p>Другая методика подразумевает <i>применение веществ, влияющих на гормональный фон женщины</i>. Одним из таких веществ является кломифен цитрат, лекарственный препарат, который снижает концентрацию эстрогенов в крови. В свою очередь, это влечет за собой повышение продукции ФСГ: организм таким образом пытается восстановить уровень эстрогенов. Если овариальный резерв в норме, концентрация ФСГ повысится не сильно. Серьезное же повышение ФСГ свидетельствует о том, что гипофиз никак не может &laquo;достучаться&raquo; до яичников &ndash; значит, с овариальным резервом проблемы.</p>

<p>Также для оценки овариального резерва используется <i>УЗИ</i>: если яичники на ультразвуке маленькие, количество антральных (то есть почти зрелых) фолликулов меньше, чем должно быть, а интенсивность кровотока снижена &ndash; значит, состояние овариального резерва далеко от идеала.</p>

<p>Узнайте сколько времени осталось у вас, чтобы стать мамой и осуществите свою мечту!</p>