

Obezita ohrožuje i plodnost, BMI by měli mít pod kontrolou ženy i muži

28.2.2024 - | Phoenix Communication

O reprodukčním zdraví napoví BMI

Podle dostupných statistik trpí nadváhou nebo obezitou až 68 % žen a 72 % mužů⁽¹⁾ v České republice. Ač se o rizikovosti tohoto faktoru pro vznik srdečně-cévních onemocnění mluví často, povědomí o jeho vlivu na plodnost je stále nízké. V Česku má přitom problémy s početím každý pátý pár, takže osvěta pro lidi v reprodukčním věku je více než potřebná. Potvrzuje to i **MUDr. Hana Višňová, Ph.D., vedoucí lékařka kliniky IVF CUBE**: „Je vědecky dokázáno, že obezita u žen snižuje šanci na otěhotnění a zvyšuje riziko vzniku poruch hormonální rovnováhy. Pokud má žena BMI vyšší než 30, pravděpodobnost poruchy ovulace se u ní zvyšuje až o 300 %.“ I to je jeden z důvodů, pro který pacientky s nadváhou často hledají pomoc na klinikách asistované reprodukce.

Obezita komplikuje i průběh IVF terapie

Podle MUDr. Višňové obezita prokazatelně snižuje šance na přirozené i umělé početí: „Pacientky s nadváhou během IVF terapie slaběji reagují na hormonální stimulaci, což následně souvisí s vyššími náklady na medikaci, nižší produkcí folikulů a menším počtem odebraných oocytů. U obézních patientek také významně roste riziko komplikací během odběru oocytů a u extrémní obezity není někdy odběr oocytů technicky vůbec možný“. Některé studie hovoří i o nižší úspěšnosti oplodnění vajíčka a horší kvalitě embryí. „Ze studií vyplývá, že obezita snižuje úspěšnost embryotransferu až o polovinu,“ říká MUDr. Višňová. „Obezita zvyšuje riziko vzniku různých komplikací i během těhotenství, nejčastěji jsou to vysoký krevní tlak, předčasné porody a porod císařským řezem,“ upozorňuje MUDr. Višňová. Samozřejmě šance na otěhotnění se snižují i v případě, pokud výraznou nadváhou trpí partner pacientky. „U mužů obezita negativně ovlivňuje kvalitu spermií, má vliv také na erekci a schopnost pohlavního styku,“ dodává MUDr. Višňová.

Plodnost roste s klesající váhou

Dobrou zprávou pro neplodné pacienty s nadváhou je skutečnost, že svoji plodnost mohou do určité míry ovlivnit také sami. „Obézním pacientům doporučujeme snížit hmotnost aspoň půl roku před pokusem o otěhotnění. Ideální je dlouhodobě udržitelná úprava životního stylu, tedy racionální strava kombinovaná s dostatkem pohybu. V některých případech může být na podporu úpravy hmotnosti použita i medikace,“ vysvětluje MUDr. Višňová a dodává, že snížení hmotnosti pomocí úpravy životního stylu dokáže u žen obnovit menstruační cyklus, ovulaci a zároveň zlepšit psychickou pohodu. Díky tomu se pravděpodobnost početí může zvýšit i bez IVF terapie. „Doporučuji přistoupit k takovéto úpravě životního stylu pod vedením specialisty – ať už nutričního terapeuta, psychologa, případně konzultanta plodnosti, jež máme k dispozici i na naší klinice,“ uzavírá téma MUDr. Višňová.

[1] <https://www.mojemedicina.cz/pruvodce-pacienta/diagnozy/obezita.html>

<https://www.phoenixcom.cz/press/obezita-ohrozuje-i-plodnost-bmi-by-meli-mit-pod-kontrolou-zeny-i-muzi>