

Social freezing: trend, o kterém se neříká všechno

2.12.2025 - | Phoenix Communication

Zmrazování vajíček, tzv. social freezing, patří k tématům, která dnes přitahují pozornost mileniálů i generace Z. Influencerky na sociálních sítích otevřeně přiznávají, že si nechaly vajíčka zmrazit a motivují k podobnému kroku i své followery. Některé IVF kliniky dokonce nabízejí social freezing na splátky či jako speciální program výměnou za darování vajíček.

„Social freezing v dnešní nejisté době může působit jako pojistka do budoucnosti. V kampaních však často chybí druhá polovina příběhu – biologická fakta, statistiky i rizika, které by měly ženy znát před rozhodnutím,“ upozorňuje **MUDr. Hana Višňová z kliniky IVF CUBE**, která se přiklání k cestě komplexní informovanosti a preventivních vyšetření plodnosti.

Svět se mění, biologie ne

Mladí lidé dnes odkládají rodičovství z různých důvodů – chtějí si najít vhodného partnera, zajistit bydlení, vybudovat kariéru nebo si déle užívat život bez závazků. Svoji roli hraje i nejistota plynoucí z válečných konfliktů či pandemií. Mnozí nacházejí podporu také u zaměstnavatelů – například v USA na social freezing přispívá přibližně každá pátá větší firma.

„Za poslední desetiletí se mnohé změnilo – postavení žen, délka života v zdraví i kvalita zdravotní péče. Biologické limity plodnosti však zůstávají stejné. U žen po 35 letech prudce klesá plodnost i kvalita vajíček, u mužů nastupuje pokles přibližně o deset let později,“ vysvětluje MUDr. Hana Višňová. *„Výsledkem je, že každý pátý pár dnes řeší problémy s početím a asi 5 % dětí se rodí díky metodám asistované reprodukce.“*

Social freezing je postup, při kterém se vajíčka, spermie nebo embrya zmrazí metodou vitrifikace a při teplotě -196 °C se uchovávají pro pozdější použití.

Jeden odběr nestačí

Dobrou naději na narození dítěte ze zamražených vajíček mají dle mezinárodních studií jen ty ženy, které mají zamražený vysoký počet vajíček, ideálně několik desítek, protože řada vajíček nemusí přežít proces rozmrazení a nemusí být oplozena a bude záležet také na kvalitě spermií budoucího partnera.

Kolik to stojí

Právě nutnost opakovat stimulaci i odběr je důvodem, proč se social freezing může prodražit a na rozdíl od IVF terapie, zdravotní pojišťovny náklady neproplácejí. Výjimkou jsou pouze případy, kdy pro social freezing existují závažné zdravotní indikace, například onkologická diagnóza či jiná léčba ohrožující plodnost.

„Léky na hormonální stimulaci stojí 15–25 tisíc Kč, samotný odběr a vitrifikace vajíček 30–35 tisíc Kč a roční skladování dalších 2–5 tisíc Kč. Pokud je třeba podstoupit celý proces 2 až 3krát, náklady se mohou vyšplhat až na stovky tisíc korun,“ dodává MUDr. Hana Višňová.

Rozhoduje i mužský faktor

Social freezing je často vnímán jako čistě ženská záležitost, ve skutečnosti ale úspěch závisí i na partnerovi. „Příčiny neplodnosti jsou dnes rozdělené rovnoměrně. Muži mají v průměru o 50 % méně spermií než jejich otcové a jejich kvalita se za poslední desetiletí výrazně zhoršila. U mužů s přibývajícím věkem roste i riziko erektilní dysfunkce, chronických onemocnění a genetických chyb u potomků,“ vysvětluje MUDr. Višňová. Zmrazení spermií je přitom technicky jednodušší a levnější – odběr ejakulátu stojí asi 1 500 Kč, skladování okolo 3 000 Kč ročně.

„Muži vnímají svou plodnost jako méně zranitelnou než ženskou a zmrazení spermií podstupují jen výjimky, motivací je spíše obava z následků chronických onemocnění než kvůli prodloužení reprodukčního věku,“ dodává lékařka.

Pro stabilní páry je podle jejich slov řešením také zmrazení embryí. Embrya přežívají rozmrazení s úspěšností 95–97 % a šance na úspěšné otěhotnění po embryotransferu dosahuje 45–55 %. Nevýhodou je legislativní limit skladování embryí (v ČR max. 10 let) či nemožnost použití po rozchodu partnerů.

Až 8 z 10 vajíček se nikdy nepoužije

V souvislosti se social freezing statistiky ukazují překvapivý fakt: jen 12–16 % zmrazených vajíček se nakonec reálně využije. Většina žen se totiž k uloženému biologickému materiálu už nikdy nevrátí, část žen totiž mezitím otěhotní přirozeně, část patrně ztratí o využití zájem z jiných důvodů. V České republice není možné zpětně změnit názor a zamražená vajíčka anonymně darovat, respektive je to s ohledem na povinná vyšetření komplikované, a proto je víc pravděpodobné, že dojde v budoucnosti k jejich likvidaci.

„Social freezing by se neměl chápat jako jako univerzální pojistka, ale jako jedna z možností, která má své limity. Mnohem důležitější je zaměřit se na tzv. fertility awareness – otevřenou komunikaci o ochraně reprodukčního zdraví a vlivu věku na plodnost s důrazem na bezplatná preventivní vyšetření, jaká nabízí i Nadační fond ProPlodnost. Mladí lidé potřebují znát nejen fakta, ale i reálný stav vlastní plodnosti – aby se rozhodovali informovaně a zodpovědně,“ uzavírá MUDr. Hana Višňová.

<https://www.phoenixcom.cz/press/social-freezing-trend-o-kterem-se-nerika-vsechno>