

# Konzultace s psychologem může pomoci u IVF terapie i ovlivnit přístup k výchově

15.1.2025 - | Phoenix Communication

## Nejen ženy se cítí „pod tlakem“

Hned na začátku léčby se pár musí vyrovnat se původní příčinou neplodnosti a pokusit se tuto situaci přijmout. Samotnou IVF terapii potom často provázejí pocity strachu a beznaděje, stres i přílišná očekávání. Z praxe psychologů vyplývá, že tíha problému obvykle dopadá více na ženu. *„Pokud žena tuto zátěžovou situaci sama nezvládá a uzavře se do sebe, mohou u ní problémy přerůst až do úzkostí, poruch nálad, nespavosti, sociální izolace, problémů ve vztazích či apatie. Případně dospěje do bodu, ve kterém už neřeší nic jiného než otěhotnění, a její život se mění na „honbu“ za dítětem,“ vysvětluje J. Březinová* a dodává, že psychické problémy během IVF terapie mohou mít i muži. Ti podle odbornice často nevědí, jak své ženě pomoci, jak zvládnout odběr spermií na klinice nebo jak vůbec hovořit o intimních otázkách. Nejtěžší bývá pro muže situace, kdy musí přijmout darovanou spermii. *„Muži všeobecně o svých problémech neradi hovoří. Možná je to kvůli předsudku, že „muži neplácou“ a ženy by měli být oporou. Mnohokrát by přitom pomohlo, kdyby s partnerkou mluvili o tom, jak se cítí, co je trápí a co potřebují.“*

## Čím delší, tím těžší

Výše popsané těžkosti až po psychické strádání typické pro neplodnost mohou IVF terapii ovlivnit zásadním způsobem. Psychická zátěž bývá obvykle přímo úměrná délce léčby, není to však pravidlo. *„Čím delší a náročnější je terapie, tím snadněji dochází k psychickým potížím. Ve své praxi však někdy pozorujeme problémy už při prvním cyklu IVF. Mnohokrát jsou za ně zodpovědné velká očekávání a naděje, že to vyjde,“ říká Březinová* a upozorňuje, že problémy se často objevují i přímo ve vztahu. *„Na klinice IVF CUBE byla uskutečněna studie, která prokázala souvislost mezi náročností IVF léčby a postupným zhoršováním kvality sexuálního života, která měla vliv na partnerské vztahy. Jako sekundární fenomén byl pozorován nárůst psychických problémů a ukončení léčby z tohoto důvodu.“*

## Psycholog jako součást terapie

Na základě zkušeností v rámci své praxe J. Březinová neplodným párům doporučuje, aby se nebály požádat o pomoc. Psychologické poradenství totiž podle jejích slov ovlivňuje úspěšnost IVF procedur významným způsobem. *„Psychologická péče efektivně podporuje a doplňuje celý proces IVF terapie. Mnohokrát pomůže už jen možnost mluvit o svém problému, zformulovat svoje myšlenky a uvědomit si, jak je možné situaci řešit,“* říká odbornice z kliniky IVF CUBE, kde mají všichni pacienti v rámci terapie nárok i na jedno sezení s psychologem zdarma. *„Na terapiích s pacienty vycházím z filozofie postmoderní psychologie a zaměřuji se hlavně na jejich vlastní příběh. Využívám přitom sílu dobré otázky, která podněcuje k užitečnému přemýšlení a hledání nových pohledů i možné souvislosti neplodnosti s naším životním příběhem,“* dodává.

## Pozitivní efekt i na výchovu

Podle J. Březinové může mít psychologické poradenství během IVF terapie pozitivní efekt nejen na samotný proces léčby, ale i později při výchově dětí. *„IVF léčba je jakousi startovací čarou pro budoucí výchovu a vztah s dítětem. Studiemi v oblasti psychologie je dokázáno, že přílišná úzkost a*

*strach o dítě v době IVF léčby a těhotenství ovlivňují i přístup k výchově dětí. Ty potom bývají častěji úzkostné, hůře se orientují ve vztazích a sociálním prostředí. Mohou trpět separační úzkostí nebo sociálními fobiemi,” vysvětluje psycholožka a poukazuje i na další častý problém v takovýchto rodinách. Je jím výchova bez hranic, ve které se uplatňuje model, že „vysněné dítě“ může cokoliv, nebo naopak nemůže nic, aby se mu něco nestalo. „Už ve fázi IVF terapie můžeme současně hovořit o rodičovství. Tak jako během samotné léčby i při výchově totiž platí, že důležité je zachovat si klid, trpělivost a nadhled,” uzavírá J. Březinová.*

<https://www.phoenixcom.cz/press/konzultace-s-psychologem-muze-pomoci-u-ivf-terapie-i-ovlivnit-pristup-k-vychove>