

# היריון וטיפול פוריות בגיל מבוגר: מה חשוב לדעת?

מגמות חברתיות גרמו לדחיית הכניסה להריון אצל נשים רבות אל מעבר לשנות ה-30, עת מתחילה הפוריות לרדת וסיכויי ההצלחה נפגעים • עם מצב זה ניתן להתמודד באמצעות תכנון נכון וטיפול מתאים

in Share 3



היריון וטיפול פוריות בגיל מבוגר/צלום: Shutterstock / פ.א.א. קריטיב

בשנים האחרונות ישנה תחושה שהאדם הצליח למתוח את גבולותיה העליונים של תקופת הפוריות הנשית. כולנו יודעים שמדובר בזמן קצוב, שלרוב מסתיים אי שם סביב גיל 40 - אך יותר ויותר סיפורים מלמדים אותנו על נשים שהרו אחרי גיל זה, ואפילו סביב גיל 50, מה שמעלה תהיות ושאלות: האמנם האדם הצליח להאריך את התקופה שבה אישה יכולה להיכנס להריון? אם בוחנים את הנתונים בשטח, התשובה המוחלטת תהיה שלילית כמעט לחלוטין. נסביר כאן מדוע.

"הטבע לא השתנה, ולא משנה איך נסתכל על העניין", קובע ד"ר אמיר רבהון, מומחה במיילדות, בגינקולוגיה ובפוריות, ורופא בכיר ביחידה להפריה חוץ-גופית בבית החולים וולפסון. "אומנם נכנסו לחיינו מגמות חברתיות רבות אשר גרמו לאיחור בגיל הנישואים ובגיל ההיריון הראשון בחברה המערבית, אך מבחינת יכולת האישה להיכנס להריון בגיל מבוגר - לא נוצר שינוי. אם נסתכל על הסטטיסטיקה הכללית, נראה שכבר מגיל 33 מתחילה ירידה בפוריות האישה; מגיל 40 ומעלה הירידה הזאת הופכת לצניחה או לצלילה, ובעצם מגיל 45 ומעלה די נדיר לראות היריונות טבעיים".

כאן חשוב להדגיש עניין שעולה גם מהנתונים המופיעים מעלה: אישה "מבוגרת" מבחינת פוריותה אינה מבוגרת מבחינה חברתית, אפילו לא קרוב לזה. "אם הירידה חלה כבר מגיל 33, הרי שהזדקנות או התבגרות האישה בכל הקשור לפוריות שלה תהיה מוקדמת מאוד", מסביר ד"ר רבהון, "והדבר גורם לעיתים לאיזושהי התנגשות. נשים בגילאי 30 פלוס בוודאי לא מרגישות מבוגרות - הן רוצות להשקיע בקריירה או בזוגיות, הן צעירות ומעוניינות לעיתים להגשים דברים אחרים, לפני המחשבה על ילדים".



יש לכך צד נוסף, ששובר עוד מיתוס הרווח בציבור: מתברר שמחזור רגיל לא מעיד בהכרח על פוריותה של האישה, מסביר ד"ר רבהון: "אישה נוטה לחשוב שאם יש לה מחזור סדיר, היא יכולה להרות - וזה לא נכון. הגיל הממוצע להפסקת המחזור הוא 51, אבל גיל הפוריות, כאמור, נמוך הרבה יותר - יש הבדל של כמה שנים בין השניים וחשוב לדעת זאת".

## לחשוב על כל ההיבטים

כאמור, העידן המודרני הביא עימו תופעות ומגמות חברתיות רבות, וביניהן הרצון להגשמה עצמית והפמיניזם - שתיהן עיצבו ומעצבות את החברה שלנו גם היום. הן גם משפיעות מאוד על הגיל הממוצע שבו נשים נכנסות להריון. "לפני העידן הנוכחי, גם בגלל שלא היו אמצעי המניעה הפשוטים המקובלים כל כך היום, כשאישה הייתה מתחילה לקיים יחסי מין, היא בדרך כלל הייתה נכנסת להריון", מציין ד"ר רבהון. "לכן, אם היא התחתנה בגיל 20, או נניח 25, הסיכוי שהילד הראשון יגיע רק בעשור הרביעי לחייה, אחרי גיל 30, היה קטן מאוד. כיום, שחרור האישה והרצון להגשמה עצמית ולפיתוח קריירה עלולים לא פעם להתנגש עם האפשרות להיכנס להריון וללדת. לכן במקרים רבים גיל ההיריון נדחה ומתאחר".

"אין זה אומר, חלילה כי מדובר בדבר רע - אך זהו עניין שבהחלט צריך להיות מודעים אליו, ולנסות להביא בחשבון בתוכניות המורכבות של החיים. כלומר האישה צריכה לדעת שאם תרצה להיכנס להריון בסביבות גיל 40, ואולי אף כמה שנים לפני כן, זו עלולה להיות משימה הרבה יותר קשה, ולעיתים בלתי אפשרית. אינני מתיימר להכתיב לאישה מה לעשות, אבל אני בהחלט חושב שהיא צריכה להיות ריאליסטית ולהכיר בעובדות לפני החלטה בנושא".

עניין פיזיולוגי נוסף שחשוב לקחת בחשבון במכלול ההחלטות הוא איכותן של הביציות, שיוצרות עם הגיל כידוע. הדבר מורגש היטב במהלך טיפולי הפוריות עצמם. "בגיל מבוגר, כשנרצה לבצע גירוי של השחלות כדי להשיג הרבה ביציות, התוצאות יהיו טובות פחות בהשוואה לגילאים הצעירים", מציין ד"ר רבהון. "כדי להגביר את התגובה השחלתית אנחנו מכפילים ומשלשים את המינונים של התרופות ההורמונליות, וגם אז לא תמיד נצליח להשיג את אותה תגובה שנקבל אצל אישה צעירה".

## פועלים מהר הרבה יותר

כאמור, ככל שגילה של האישה עולה כך סיכוייה להיכנס להריון פוחתים. אם מגיל 33 מתחילה הירידה, הרי שבגיל 40 הסיכוי כבר יורד מתחת לעשרה אחוזים, ואחרי גיל 45 הוא עומד על אחוזים בודדים ואף פחות מכך. ועדיין, אישה אשר כבר נמצאת בטווח הגילאים הזה לא יכולה לעשות דבר כנגד הזמן שעבר. אולם עליה להביט קדימה, ועל מה שכן ניתן לעשות על מנת להרות.

"אחד הדברים החשובים ביותר בהקשר זה הוא מועד תחילת הטיפולים", אומר ד"ר רבהון. "מי שמחליטה לנסות להיכנס להריון בגיל מבוגר ואינה מצליחה לעשות זאת בתוך זמן קצר יחסית - כדאי שתפנה למרפאת פוריות. אישה מתחת לגיל 35 אשר לא מצליחה להיכנס להריון תמתין שנה ורק אז תוכל להתחיל בטיפולים; אם היא מעל גיל 35 נוריד את תקופת ההמתנה לחצי שנה, ובגילאים מבוגרים יותר אף נקצר יותר את זמן ההמתנה".

כאשר האישה המבוגרת מגיעה לטיפול פוריות, ישנם כמה צעדים שבהם אפשר לנקוט. ראשית, נשים מעל גיל 39 זכאיות לעבור טיפולי הפריה חוץ-גופית כבר מהטיפול הראשון. לעומת נשים צעירות יותר שצריכות לעבור סדרה של טיפולי פוריות לפני שיופנו להפרייה חוץ-גופית. "המטרה כאן היא להעניק את הטיפול שיש לו את מירב סיכויי ההצלחה ליחידת זמן נתונה", מסביר ד"ר רבהון "עם זאת, חשוב לציין שמגיל 40 לפחות 80% מהעוברים שנוצרים

במסגרת ההפריה החוץ-גופית אינם תקינים, וכדי 'לפצות' על כך אנחנו מחזירים לרחם האישה יותר עוברים. אם, לדוגמה, בשני מחזורי הטיפול הראשונים באישה מתחת לגיל 32 אפשר להחזיר עובר אחד בלבד, באישה מעל גיל 40 אפשר להחזיר, כבר במחזור הטיפול הראשון, שלושה עוברים. הדבר מגדיל את סיכויי ההצלחה.

"אמנם אין כיום ברפואה פרוטוקול טיפול שמתאים ספציפית לנשים בגיל מבוגר, והסיכויים להרות וללדת יילוד בריא תלויים גם בנתונה של כל אישה, אך הצעדים שצוינו כאן יכולים לסייע במאמצים להגדלת הסיכוי להריון תקין וללידה מוצלחת".

בהמשך לכך, מעניק ד"ר רבהון עוד שלוש עצות שיכולות להיות בעלות משקל לאורך התהליך: ראשית - לא להפסיק את הטיפולים. "צריך להיות ריאליים ולהבין שהטיפול לא תמיד מצליח מייד", הוא אומר, "ולמרות האכזבה - לא לקחת פסקי זמן ארוכים מאוד. אם אישה בת 30 'תיעלם' מחדר הטיפול לחצי שנה, זה לא יטריד אותי כלל, אבל בגיל 40 ויותר חשוב לשמור על רצף טיפולי".

שנית - להיעזר בתמיכה נפשית. "המורכבות והקושי גדולים יותר בגיל מבוגר", מסביר ד"ר רבהון. "תמיכה רגשית ונפשית, שעליה אני ממליץ באופן כללי סביב טיפולי פוריות, כדאית מאוד כאשר סיכויי ההצלחה נמוכים. נדרשים פה סבלנות ואורך רוח בכמויות גדולות, ויכולת לרוץ למרחקים ארוכים מאוד".

שלישית - בייחוד בגיל מבוגר, כדאי מאוד לתכנן את תוכנית ההריונות קדימה, עבור מי שמעוניינת להביא לעולם יותר מילד אחד. "אם, נניח, אישה רוצה להביא ילד ראשון בגיל 40, עליה לחשוב מתי תרצה שיוולד הילד השני", מסביר ד"ר רבהון. "כלומר צריך לשנות קצת את דרך החשיבה - לא לשאול 'מתי אני רוצה ללדת בפעם הראשונה', אלא 'מתי אני רוצה ללדת בפעם האחרונה' - ולפי זה לבנות תוכנית הטיפולים".

לסיכום, היריון בגיל מבוגר עם לידה של תינוק בריא בסיומו נחשב גם היום למשימה לא פשוטה ואף מאתגרת, הן לאישה והן למומחי הפוריות. ובכל זאת, בעזרת תכנון נכון וטיפול מתאים, אפשר להעלות במידת מה את סיכויי ההצלחה, בתקווה לעוד אם מאושרת שתחבוק תינוק בזרועותיה, אפילו בעשור החמישי לחייה.

ד"ר אמיר רבהון, מומחה לגינקולוגיה ולטיפול פוריות.

לכניסה לאתר הקליקו כאן