

Arts

Steeds meer mensen overwegen vruchtbaarheidsbehoud, en in het bijzonder het invriezen van eicellen, om ervoor te zorgen dat ze de beste kans hebben om zwanger te worden wanneer ze klaar zijn om een gezin te stichten.

Als je denkt dat vruchtbaarheidsbehoud een optie voor jou is, moet je contact opnemen met een arts voor informatie en advies om het proces te starten. Het is begrijpelijk als je wat zenuwachtig bent voor je eerste afspraak.

Deze gids is ontwikkeld om je te helpen je afspraak voor te bereiden en de gesprekken te navigeren die je zult voeren – het bevat nuttige inzichten van een medisch expert en iemand die het traject zelf heeft doorgeemaakt.



De auteurs

Dr. Julie Nekkebroeck

Julie Nekkebroeck is klinisch psychologe en psychotherapeute aan het Universitair Ziekenhuis Brussel (UZ Brussel). Ze neemt deel aan vruchtbaarheidsonderzoeken en begeleidt patiënten bij hun overwegingen rond eicelbewaring. Julie helpt patiënten om goed geïnformeerde beslissingen te nemen en ondersteunt hen vóór, tijdens en na de behandeling, zodat ze zich klaar voelen om aan het moederschap te beginnen (al dan niet alleen).



Dr. Zoe Williams

Dr Zoe Williams is een Britse arts en televisiepersoonlijkheid in het Verenigd Koninkrijk. Ze heeft zelf de beslissing genomen om haar eicellen te laten invriezen. Dankzij haar vermogen om medische gesprekken, met name over vruchtbaarheid, helder en toegankelijk te maken, is zij een ideale samenwerkingspartner om haar steun aan deze gids te bieden.

Het gesprek starten

Probeer zo open en eerlijk mogelijk te zijn over je redenen en verwachtingen met betrekking tot vruchtbaarheidsbehoud, evenals eventuele zorgen die je hebt. De zorgverlener kan je dan het beste en meest geschikte advies geven op basis van jouw persoonlijke situatie.

"Ik wil met u praten over mijn opties voor vruchtbaarheidsbehoud omdat..."
"Mijn doel is om..."
"Ik maak me zorgen over..."



Wat de arts moet weten

Wees voorbereid op een persoonlijk en gevoelig gesprek, maar onthoud dat zorgverleners er zijn om objectief advies en expertise te bieden, niet om je keuzes te beoordelen.

De vragen die de arts stelt, zullen afhangen van hun rol en jouw individuele situatie. Hieronder volgen enkele veelgestelde vragen waar je alvast over kunt nadenken:

Ben je medisch fit om de procedure te ondergaan?

De arts zal een algemeen beeld van je gezondheid willen krijgen: dieet, beweging, rook- en alcoholgebruik, stressniveau, leeftijd en eventuele risico's die hiermee samenhangen.

Zijn er medische aandoeningen die je traject moeilijker kunnen maken?

Je hoeft zelf niet te weten wat wel of niet belangrijk is, maar wees zo open en eerlijk mogelijk over je gezondheid.

Heb je een voorgeschiedenis van baarmoederhalskanker of seksueel overdraagbare aandoeningen (SOA's)?

Dit kan een persoonlijke vraag lijken, maar het is belangrijke informatie voor de arts.

Zijn er vruchtbaarheidsproblemen in je familie?

Probeer vooraf te praten met vrouwelijke familieleden over hun vruchtbaarheidservaringen.

Ben je eerder zwanger geweest?

Wanneer was je laatste menstruatie?

Wees zo precies mogelijk – het kan nuttig zijn om je cyclus vooraf bij te houden.

Heb je al eerder eicellen laten invriezen?

Heb je specifieke vragen of zorgen?

Het vooraf bedenken van je vragen en zorgen zal je helpen om je afspraak optimaal te benutten.

Je hoeft niet op elke vraag direct een antwoord te hebben. Als een vraag te persoonlijk of moeilijk voelt, is het oké om later terug te komen op een onderwerp.

Voorbeelden van hoe je een gesprek tijdelijk kunt onderbreken:

"Mag ik later op die vraag terugkomen?"

"Ik wil daar even over nadenken, kunnen we er op een later moment op terugkomen?"

De arts zal ook je huidige vruchtbaarheidsstatus moeten beoordelen en kan een lichamelijk onderzoek uitvoeren. Dit wordt verder uitgelegd in onze consultatiegids.



Ervaringen van Zoe

"Tijdens mijn eerste afspraak kreeg ik veel informatie, waaronder zaken waar ik nog niet over had nagedacht, zoals het aantal afspraken dat ik nodig zou hebben en de doorlopende kosten voor het bewaren van eicellen.

De onderwerpen die in dit eerste consult aan bod komen, zijn zeer persoonlijk en kunnen emotioneel beladen zijn. Tegelijkertijd moet er veel worden besproken, waardoor het tempo soms hoog ligt en het lastig kan zijn om alle informatie te onthouden.

Mijn advies: neem iemand mee naar je afspraak, wees niet bang om notities te maken op papier of op je telefoon, vraag om schriftelijk materiaal om mee naar huis te nemen, en bereid je voor door een lijst met vragen te maken en deze aan het begin van de afspraak aan de arts te tonen. Zo weet je zeker dat je alle antwoorden krijgt voordat je vertrekt."



Ervaringen van Julie

"De grootste zorg van de vruchtbaarheidsarts en het team is dat de patiënt een goed geïnformeerde beslissing neemt over het invriezen van eicellen of het ondergaan van een IVF-behandeling, met realistische verwachtingen over de behandelresultaten.

Je arts zou je een schatting moeten kunnen geven van het aantal eicellen dat nodig is om een redelijke kans op succes te hebben, evenals het aantal behandelingscycli dat nodig is. Goede begeleiding voorkomt dat vrouwen valse hoop krijgen en maakt duidelijk dat er geen garanties zijn.

Voel je vrij om meerdere afspraken te maken met verschillende specialisten en klinieken. Het hebben van de juiste expertise en een duidelijke aanpak kan een wereld van verschil maken.

Onthoud dat elke situatie en elke persoon uniek is, maar dat het universeel is om je van tevoren voor te bereiden op een gesprek.

Aanvullende bronnen: Vragen over vruchtbaarheidsbehoud? Bekijk onze FAQ.