МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ
МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР
Папа, мама и малыш

ООО «Академия женского здоровья и репродукции человека»
Лицензия № ЛО-52-01-006378 от 18.02.2019 г.

Адрес: **Н. Новгород, ул. М. Горького, 195**
Сайт: **www.hotim-rebenka.ru**
Телефоны: **(831) 435-19-99, 265-32-22**
+7 (969) 764-63-39
E-mail: **info@hotim-rebenka.ru**
Instagram: **@doctor.zasypkina**

ПАМЯТКА БУДУЩЕМУ ПАПЕ

Конечно, будущему папе не требуется такое строгое отношение к подготовке к программе ЭКО и частое количество явок в клинику, как его супруге, но все же существует некоторая инструкция для мужчин на этапе подготовки к протоколу.

Важно:

- Безусловно, при планировании программы ЭКО стоит отказаться от вредных привычек
- Максимально нормализовать режим труда и отдыха
- Добавить умеренные физические нагрузки
- Строить свой рацион на основе правильного питания

Считается, что сперматогенез обновляется у мужчин примерно 1 раз в 72 дня, поэтому необходимо **начать вести здоровый образ жизни как минимум за 2-3 месяца до программы ЭКО.**

За 2-3 месяца до программы ЭКО необходимо отказаться от:

- приема алкоголя
- по возможности отказаться от курения
- регулярного посещения саун, бань, принятия горячих ванн (мыться лучше под душем)

ЯВКИ В КЛИНИКУ

Если мужчина хочет присутствовать на приемах вместе со своей супругой, поддерживать ее и получать информацию из первых уст - мы всегда это приветствуем. Возможно то же количество явок, что и у супруги.

Обязательными явками в клинику для будущего папы являются:

1. Явка перед стартом программы ЭКО (спермограмма при сдаче обследований)
2. Совместная явка с супругой в день старта программы ЭКО, где требуется подписание информированного согласия на программу ЭКО
3. Явка в день пункции для сдачи биоматериала
4. На 5-й день жизни эмбриона (культивации) совместная явка с супругой для получения информации от эмбриолога об эмбриологическом этапе программы, о количестве полученных эмбрионов. В этот день происходит подписание документов на криоконсервацию, перенос или проведение генетического тестирования (ПГТ) эмбрионов

Стандартное обследование мужчины при планировании беременности подразумевает:

- сдачу спермограммы
- сдачу анализов на половые инфекции
- сдачу крови на сифилис, гепатит, ВИЧ
- сдачу крови на кариотип
- при наличии отклонений в спермограмме требуется консультация андролога

Дополнительные необходимые обследования, если Вам планируется программа ЭКО, можно получить у доктора на приеме или на нашем сайте **hotim-rebenka.ru** в разделе «**Портал пациента**».

Если у вас есть отклонения в спермограмме, даже если Вы знаете, что Вам показано ИКСИ, необходима заблаговременная консультация андролога, который поможет пройти Вам подготовку к программе ВРТ, которая может улучшить эмбриологический этап протокола.

В нашей клинике андролог ведет, в том числе, онлайн прием.

Будущие папы, подготовка к рождению ребенка - это по-мужски! Этим Вы внесете большой вклад в здоровье Вашего малыша.

А мы, специалисты клиники «Папа, мама и малыш», сделаем все возможное, чтобы этап подготовки был эффективным и комфортным для Вас.

Желаем Вам и Вашей семье обрести долгожданное счастье - иметь здорового ребенка!