



## ACT – INIZIATIVA DESIDERIO DI MATERNITÀ



UNA GUIDA CHE VI  
ACCOMPAGNA NEL PERCORSO  
VERSO IL CONCEPIMENTO





# IL PERCORSO ACT



- ▶ Per facilitare la lettura di questo opuscolo, i termini come «medico», «medico di famiglia», «ginecologo» e «specialista nella fecondazione assistita» sono al maschile. Ovviamente si riferiscono anche alla controparte femminile.



## COME AFFRONTARE IN MODO EFFICACE IL **PERCORSO ACT?**

Mentre sfogliate questo opuscolo tenete sempre presente che

- ▶ Non siete soli. Nel mondo ben 1 coppia su 6 ha il vostro stesso problema.
- ▶ I trattamenti moderni sono molto efficaci.
- ▶ Grazie al trattamento, la stragrande maggioranza delle donne riesce a restare incinta.
- ▶ Questo opuscolo è stato realizzato per permettervi di conoscere l'intero percorso di aiuto al concepimento, in modo che sappiate in quale fase vi trovate.
- ▶ Per ognuna delle 7 fasi troverete, oltre ad informazioni di base, le principali domande da rivolgere al vostro medico, in modo che siate sempre informati su ogni singola fase.
- ▶ Questo opuscolo vale a livello internazionale. I tempi e la disponibilità di alcuni trattamenti possono variare a seconda del Paese, per questo motivo vi invitiamo a rivolgervi al vostro medico per ricevere ulteriori chiarimenti.





## LE POSSIBILITÀ DELLA MEDICINA MODERNA SPIEGATE DALLA A ALLA Z. IL **PERCORSO ACT**

### UN SUGGERIMENTO

È opportuno che parliate col vostro medico di riferimento se desiderate avere figli e sapete di avere uno dei seguenti problemi medici:

#### La donna:

- ▶ Endometriosi (crescita di mucosa uterina in zone estranee – ad esempio nelle tube o nelle ovaie)
- ▶ Ovaie policistiche (piccole cisti nelle ovaie che ostacolano, l'ovulazione)
- ▶ Cicli mestruali irregolari (ciclo inferiore a 25 giorni o superiore a 35 giorni), assenza di ciclo o comparsa di perdite ematiche irregolari tra una mestruazione e l'altra
- ▶ Pregressa malattia pelvica infiammatoria
- ▶ Pregressa chirurgia pelvica
- ▶ Forti dolori nella parte inferiore dell'addome durante le mestruazioni

#### L'uomo:

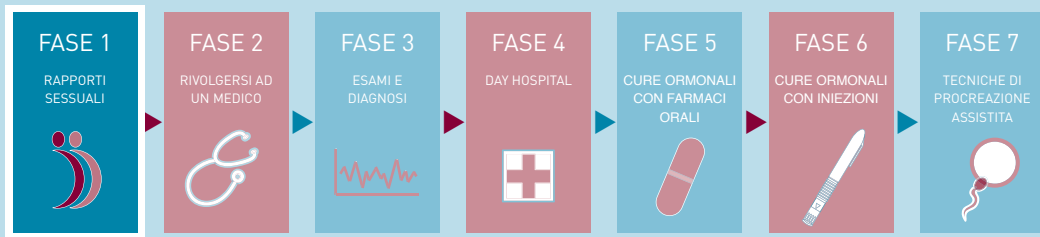
- ▶ Parotite epidemica (orecchioni) dopo la pubertà
- ▶ Dolori nell'area dei genitali

#### Entrambi:

- ▶ Tumore pregresso o in alto

# FASE 1:

## RAPPORTI SESSUALI



- ▶ Per avere la più alta probabilità di concepimento dovrete avere rapporti sessuali non protetti circa ogni 2-3 giorni.
- ▶ Avrete sicuramente maggiori possibilità di rimanere incinta avendo rapporti sessuali nel periodo fertile della donna ovvero durante o appena prima la sua ovulazione. Alcune coppie tendono a far coincidere il momento del rapporto sessuale con quello dell'ovulazione: tuttavia questo metodo potrebbe causarvi stress e vi consigliamo perciò di discuterne col vostro medico. Se il partner femminile ha mestruazioni regolari (indipendentemente dalla lunghezza del ciclo), il modo migliore per calcolare il momento dell'ovulazione consiste nel sottrarre 14 giorni dalla lunghezza media del ciclo. Per aumentare la probabilità di ottenere una gravidanza, i rapporti sessuali dovrebbero avvenire nei 3 o 4 giorni prima di quel giorno.
- ▶ Se la donna ha mestruazioni irregolari, tali da rendere difficile la determinazione della fase fertile, potete acquistare presso la vostra farmacia di fiducia un test per l'ovulazione.

- ▶ E possibile anche determinare il periodo fertile avvalendosi di una curva della temperatura.
- ▶ Non dimenticate l'importanza di mantenere uno stile di vita sano, che comprenda una dieta bilanciata, un regolare esercizio fisico, l'abbandono o almeno la riduzione del consumo di sigarette, di alcol o di farmaci non prescritti dal medico.
- ▶ Angosciarvi non vi aiuta: considerate che più dell'80 per cento delle coppie ottengono una gravidanza entro i primi 12-18 mesi.

### Quanto tempo dobbiamo provare prima di rivolgerci al medico?

- ▶ Se non avete problemi di salute e la donna ha meno di 35 anni, dovrete consultare il vostro medico dopo aver avuto rapporti non protetti per 12-18 mesi.
- ▶ Se il partner femminile ha più di 35 anni, dovrete chiedere un consulto al vostro medico dopo avere avuto rapporti non protetti per 6 mesi.

### Da quale medico dobbiamo andare?

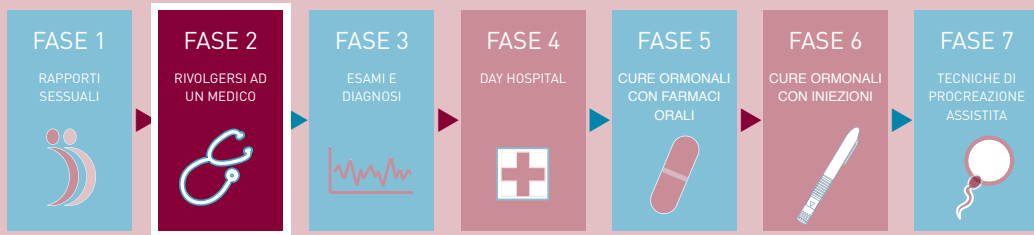
- ▶ Innanzitutto dal vostro ginecologo.

### Domande da porsi in questa fase:

- ▶ Abbiamo avuto rapporti sessuali nel giusto periodo del mese?
- ▶ Quanto tempo dovremmo provare prima di consultare il medico per eseguire degli esami?
- ▶ Dovremmo cambiare qualcosa nel nostro stile di vita?
- ▶ Un eccessivo affaticamento o un particolare momento di stress potrebbe aver influenzato negativamente i nostri tentativi?
- ▶ Il fatto di essere sottopeso o sovrappeso potrebbe avere influenzato negativamente i nostri tentativi?
- ▶ Con chi potrei parlare delle mie preoccupazioni oltre che con il mio partner?

# FASE 2:

## RIVOLGERSI AD UN MEDICO



- ▶ È importante che voi ed il vostro partner discutiate insieme del vostro desiderio di avere un figlio prima di cercare l'aiuto del medico. La formulazione di una corretta diagnosi e l'inizio di un trattamento efficace richiedono infatti la partecipazione di entrambi i componenti della coppia.
- ▶ Successivamente vi metterete dapprima in contatto con il vostro medico di famiglia o con il vostro ginecologo che vi daranno alcune informazioni sulla fertilità e vi sottoporranno ad alcuni esami preliminari.
- ▶ Questi medici potrebbero tuttavia non essere in grado di fornirvi le cure successive di cui potreste avere bisogno. Dovrebbero pertanto indirizzarvi a un medico specialista per sottoporvi a esami più approfonditi e iniziare un trattamento adeguato.

### **Quanto tempo passerà prima di ottenere un consulto con uno specialista?**

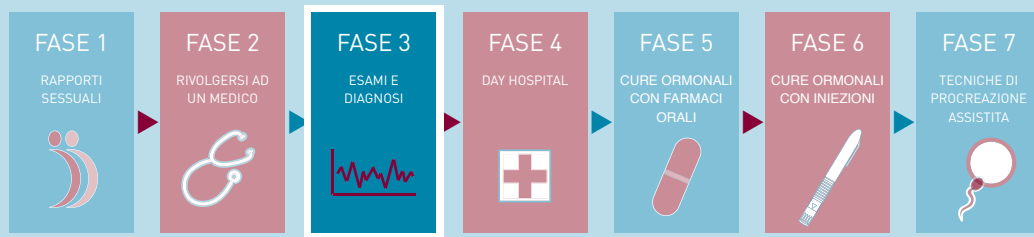
- ▶ Di norma non più di tre mesi.

### **Domande da porre al vostro medico in questa fase:**

- ▶ Quando ci possiamo rivolgere ad un medico specialista?
- ▶ A quale spesa andremo incontro se dovessimo sottoporci a una serie di esami volti a valutare in modo completo la nostra fertilità e a intraprendere un percorso di trattamento?

# FASE 3:

## ESAMI E DIAGNOSI



Se non riuscite a rimanere incinta il medico vi sottoporrà entrambi ad alcuni test medici per diagnosticare eventuali problemi. Ci sono diversi test disponibili, ma tutti sono volti a valutare quattro aspetti fondamentali per giungere ad una gravidanza:

- 1 Un giusto equilibrio degli ormoni che permetta lo sviluppo della cellula uovo e degli spermatozoi ed il loro sostentamento.
- 2 La riserva ovarica della donna e la capacità di ovulare.
- 3 La quantità e la qualità del liquido seminale dell'uomo.
- 4 La capacità degli apparati riproduttivi maschile e femminile di permettere la fecondazione.

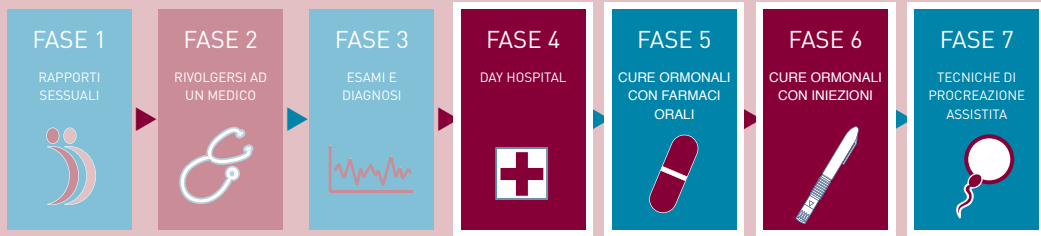
### Quanto tempo richiederanno gli esami e la formulazione della diagnosi?

- ▶ Per completare i test e le indagini necessarie potrebbero occorrere diverse visite in un centro specializzato e quindi richiedere fino a sei mesi.
- ▶ Alcuni dei test prescritti dovranno essere ripetuti. È bene ricordarlo.

### Domande da porre sugli esami e sulla diagnosi:

- ▶ Qual è lo scopo di ciascun test o di ciascuna indagine?
- ▶ Chi esegue gli esami?
- ▶ Quali risultati ci si deve aspettare da ogni test, per esempio da un esame del sangue o da una visita?
- ▶ Gli esami sono dolorosi o mettono a disagio?
- ▶ Quanto dura ogni esame?
- ▶ Quanto dura ogni test?
- ▶ Dopo quanto tempo si ottengono risultati?
- ▶ Chi ci spiegherà i risultati ottenuti?
- ▶ Qual è la diagnosi?

# TRATTAMENTO



- ▶ Le prossime fasi del percorso descriveranno le opzioni terapeutiche a disposizione. La loro sequenza sarà tuttavia diversa per ogni coppia e pianificata in funzione dei risultati dei test e delle terapie a cui potrete sottoporvi.
- ▶ È possibile che cominciate con uno dei seguenti trattamenti a seconda della causa che determina la vostra difficoltà di concepimento:
  - ▶ Day hospital
  - ▶ Assunzione orale di ormoni
  - ▶ Assunzione di ormoni per iniezione
  - ▶ Tecniche di procreazione assistita

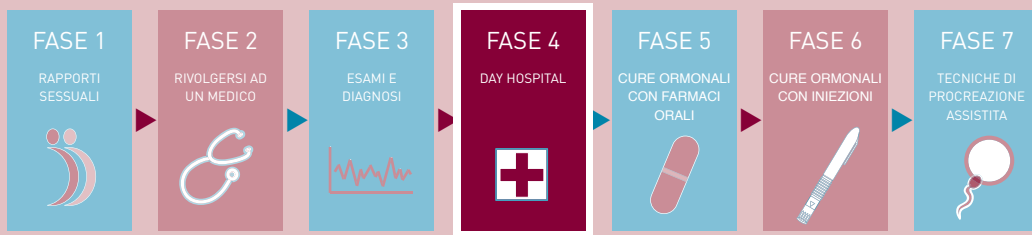
Una domanda che sicuramente tutti gli interessati si pongono riguarda le reali probabilità di successo delle diverse cure. A questo proposito è importante sapere che non esiste una percentuale di successo valida a livello generale. Fattori rilevanti sono l'età, i motivi alla base dei problemi di concepimento così come la valutazione del medico curante e della sua équipe. E' comunque lecito chiedere al proprio medico informazioni sulle probabilità di successo di una particolare cura, una volta svolti tutti gli esami necessari e ottenuta una diagnosi.

### **Domande sulle possibili cure:**

- ▶ Possiamo avere un foglio o un opuscolo informativo che ci descriva il trattamento da intraprendere?
- ▶ Quali sono gli eventuali effetti collaterali che possono essere associati al trattamento?
- ▶ Quali sono le nostre probabilità di avere un figlio se scegliamo di iniziare questo trattamento in questo centro?
- ▶ Quanto tempo durerà questo trattamento o quando potremo iniziare un altro?
- ▶ Cosa dovremo fare nel caso questo trattamento non funzioni?
- ▶ Su quale assistenza e aiuto possiamo contare?
- ▶ Quali costi prevede il trattamento? Vengono rimborsati dall'assicurazione malattia?

# FASE 4:

## DAY HOSPITAL



- ▶ In alcuni casi gli esami indicheranno che sarà possibile concepire naturalmente per una coppia, se il problema che impedisce il concepimento viene corretto con un semplice intervento chirurgico.
- ▶ Vi sono numerose tecniche all'avanguardia disponibili sia per le donne sia per gli uomini, che possono essere eseguite nell'ambito di un breve soggiorno presso un centro specializzato.
- ▶ Queste tecniche possono includere (per la donna) la laparoscopia (esame dell'addome e dei suoi organi) e l'isteroscopia (esame della cavità uterina).

### **Quanto tempo richiederà questo trattamento?**

- ▶ La maggior parte degli interventi moderni disponibili possono essere eseguiti in un giorno.
- ▶ Con la maggior parte degli interventi potrete cominciare a provare a concepire naturalmente entro poche settimane/mesi, ma dovrete chiedere al medico che vi sta seguendo quale sia il tempo necessario nel vostro caso specifico.

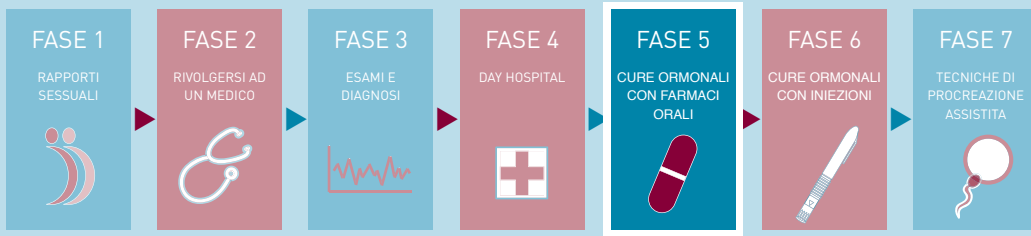
### **Domande da porre in questa fase:**

- ▶ Quanto tempo questi trattamenti ci faranno assentare dal lavoro?
- ▶ A quale centro ci dobbiamo rivolgere per eseguire l'intervento chirurgico?
- ▶ Possiamo avere un foglio o un opuscolo informativo che ci descriva il trattamento da intraprendere?
- ▶ Quali sono gli eventuali effetti collaterali che possono essere associati al trattamento?

- ▶ Quali sono le nostre probabilità di avere un figlio se scegliamo di iniziare questo trattamento in questo centro?
- ▶ Quanto tempo durerà questo trattamento o quando potremo iniziare un altro?
- ▶ Cosa potremmo fare nel caso questo trattamento non funzioni?
- ▶ Su quale assistenza e aiuto possiamo contare?
- ▶ Potrei avere qualche problema in seguito intervento chirurgico eseguito?
- ▶ Quali complicazioni possono insorgere dopo l'intervento chirurgico?

# FASE 5:

## CURE ORMONALI CON FARMACI ORALI



- ▶ In caso di mancata ovulazione, il vostro medico potrebbe suggerire alla donna di assumere alcuni farmaci per via orale per stimolare la produzione degli ovuli necessari al concepimento.
- ▶ Il farmaco più comunemente utilizzato è a base di citrato di clomifene.
- ▶ Questi farmaci sono efficaci se sussiste solo un problema di ovulazione e tutti gli altri aspetti sono nella norma.
- ▶ Potrebbe essere necessario aumentare il dosaggio degli ormoni qualora non si riesca ad ottenere l'ovulazione.
- ▶ In generale se questi farmaci hanno successo, otterrete l'ovulazione e la gravidanza entro 3-6 mesi.

### Per quanto tempo dovremo assumere questi farmaci?

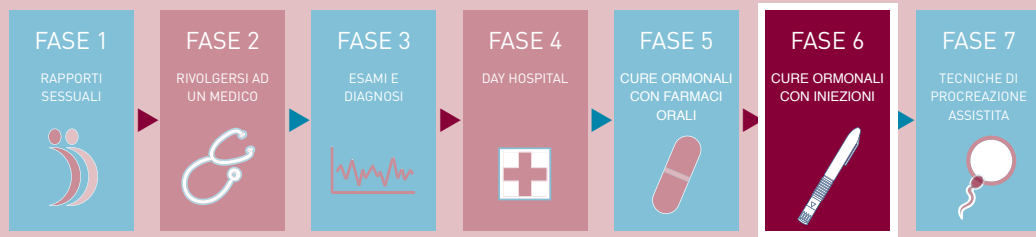
- ▶ In generale, questi farmaci non andrebbero mai presi per più di 3-6 mesi.

### Domande da porre sul trattamento orale:

- ▶ Possiamo avere un foglio o un opuscolo informativo che ci descriva il trattamento da intraprendere?
- ▶ Quali sono gli eventuali effetti collaterali che possono essere associati al trattamento?
- ▶ Quali sono le nostre probabilità di avere un figlio se scegliamo di iniziare questo trattamento in questo centro?
- ▶ Quanto tempo durerà questo trattamento o quando potremo iniziarne un altro?
- ▶ Quante probabilità ci sono di avere una gravidanza plurima?
- ▶ Cosa dovremmo fare nel caso questo trattamento non funzioni?
- ▶ Su quale assistenza e aiuto possiamo contare?

# FASE 6:

## CURE ORMONALI CON INIEZIONI



- ▶ Nell'uomo e nella donna gli ormoni assicurano la produzione di una quantità e qualità sufficiente di spermatozoi e di ovuli sani.
- ▶ Se uno di voi due o entrambi avete un problema nel produrre gli ormoni necessari, questi ultimi possono essere somministrati tramite iniezioni.
- ▶ Le moderne cure ormonali vengono somministrate per iniezione (con le cosiddette pen).
- ▶ Potrete eseguire voi stessi a casa le iniezioni di ormoni di cui avete bisogno, tornando nel centro specializzato soltanto per effettuare i regolari controlli e per accertarvi dell'efficacia della terapia.
- ▶ Non tutte le iniezioni ormonali sono uguali. Dovreste pertanto chiedere al vostro medico di spiegarvi quali sono le differenze.

Qualora questo trattamento non risultasse efficace da solo, potrebbe essere necessario combinarlo con un'altra terapia.

### **Per quanto tempo dovremo fare le iniezioni?**

- ▶ Il tempo può variare da 2 a 6 mesi secondo i risultati del trattamento.

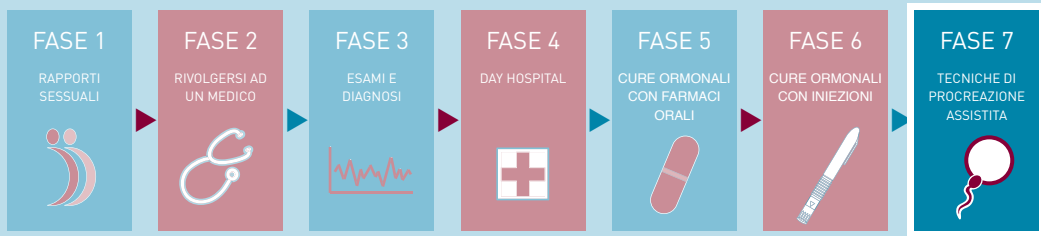
### **Domande da porre sulle cure ormonali:**

- ▶ Quali trattamenti ormonali ci permetterebbero di raggiungere i migliori risultati?
- ▶ Come vengono creati questi ormoni?
- ▶ Come vengono somministrate le dosi di ormoni?
- ▶ Possiamo avere un foglio o un opuscolo informativo che ci descriva il trattamento da intraprendere?

- ▶ Quali sono gli eventuali effetti collaterali che possono essere associati al trattamento?
- ▶ Quali sono le nostre probabilità di avere un figlio se scegliamo di iniziare questo trattamento in questo centro?
- ▶ Quanto tempo durerà questo trattamento o quando potremo iniziare un altro?
- ▶ Quante probabilità ci sono di avere una gravidanza plurima?
- ▶ Cosa dovremo fare nel caso questo trattamento non funzioni?
- ▶ Su quale assistenza e aiuto possiamo contare?

# FASE 7:

## TECNICHE DI PROCREAZIONE ASSISTITA



- ▶ Se la coppia produce ovuli sani, spermatozoi in quantità e qualità sufficiente e le tube di Falloppio sono sane, il problema riguarda con tutta probabilità la fecondazione.
- ▶ Esistono oggi diverse tecniche di supporto al processo di fecondazione naturale. Ad esempio, in un caso la fecondazione viene stimolata in modo da aumentare la qualità e, a seconda del metodo, anche la quantità degli ovuli maturati al momento dell'ovulazione (stimolazione ovarica). Appena prima o nel momento stesso dell'ovulazione gli spermatozoi più fecondi vengono introdotti nell'utero (inseminazione intrauterina IUI). Un altro metodo è ad esempio la fecondazione extra corporea (la cosiddetta fecondazione in vitro IVF).

- ▶ Se i metodi qui menzionati non dovessero risultare efficaci, il vostro medico curante potrà consigliarvi cure alternative.

Un'ulteriore possibilità di aiuto al concepimento offerta dalla medicina moderna è ad esempio la microiniezione intracitoplasmatica dello spermatozoo (ICSI). Questo metodo prevede l'iniezione di uno spermatozoo nell'ovulo.

#### **Quanto tempo dura questa fase?**

- ▶ La sua durata dipenderà dal tipo di terapia utilizzata. Chiedete pertanto al vostro medico la lunghezza di ogni tipo di trattamento.

#### **Domande da porre sulle tecniche di procreazione assistita**

- ▶ Da quanto tempo il vostro centro effettua queste tecniche?
- ▶ Quale tecnica ha la maggiore probabilità di successo nel nostro caso?
- ▶ Quali sono gli eventuali effetti collaterali che possono essere associati al trattamento?
- ▶ Quali sono le nostre probabilità di avere un figlio se scegliamo di iniziare questo trattamento in questo centro?
- ▶ Quanto tempo durerà questo trattamento o quando potremo iniziarne un altro?
- ▶ Quante probabilità ci sono di avere una gravidanza plurima?
- ▶ Cosa possiamo fare nel caso questo trattamento non funzioni?
- ▶ Su quale assistenza e aiuto possiamo contare?
- ▶ Quali costi prevede il trattamento? Vengono rimborsati?





## ACT - INIZIATIVA DESIDERIO DI MATERNITÀ DI COSA SI TRATTA?

La Assisted-Conception Taskforce (ACT) – iniziativa desiderio di maternità – è un gruppo di lavoro internazionale. Riunisce pazienti e specialisti provenienti da 20 Paesi del mondo, aventi un particolare interesse e conoscenze specifiche sui problemi di concepimento.

ACT si propone di sostenere le coppie che non riescono ad avere figli, permettendo loro di ricevere l'aiuto di cui hanno bisogno.

Questo obiettivo sarà realizzato con:

- ▶ Discussione sugli aspetti socio-economici, culturali ed emotivi connessi ai problemi di concepimento e alle possibili terapie moderne.
- ▶ Consulenza professionale e informazioni dettagliate sui metodi della medicina moderna per il trattamento dei problemi di concepimento.
- ▶ Chiarimenti su eventuali concezioni errate e falsi miti sui metodi di cura a disposizione.
- ▶ Miglioramento delle informazioni sull'intera gamma delle cure disponibili e sul supporto fornito ai pazienti.

Un'iniziativa internazionale in collaborazione con l'Associazione Kinderwunsch che riunisce i pazienti e le persone interessate in Svizzera.

Verein  
Kinderwunsch

Sostenuta dalla Società Svizzera di Ginecologia e Ostetrica (SGGG) e dalla Società Svizzera di Medicina della Riproduzione (SGRM).



SGRM / SSMR

*Schweizerische Gesellschaft für Reproduktionsmedizin  
Société Suisse de Médecine de la Reproduction  
Società Svizzera di Medicina della Riproduzione*

**gynécologie** Société Suisse de Gynécologie et d'Obstétrique  
**suisse** Schweizerische Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe  
Società Svizzera di Ginecologia e Ostetricia

