

ЭЛЕНА ДЕЛЬСОЛЬ

ЕЩЕ

ОДИН

СПОСОБ

ЗАБЕРЕМЕНЕТЬ

18+

Элена Дельсоль

**Еще один способ забеременеть**

«ЛитРес: Самиздат»

2020

## Дельсоль Э.

Еще один способ забеременеть / Э. Дельсоль — «ЛитРес: Самиздат», 2020

Книга-дневник о пути автора от бесплодия к долгожданной беременности. В книге описываются этапы прохождения обследований, постановки диагнозов, лечения, какой эффект принесли каждое конкретное назначение или процедура. Автор рассказывает о своих собственных поисках решения проблемы бесплодия. Каждая глава - это отдельный цикл, в котором описывается, какие действия были предприняты и какой эффект они принесли. Помимо описания процедур, лечения, последствий, успехов и разочарования, книга несет в себе позитивный заряд энергии и энтузиазма, который так необходим девушкам и женщинам, у которых уже опускаются руки и они просто не знают, что же делать дальше, как получить заветные две полосочки и не сойти с ума. Администрация сайта ЛитРес не несет ответственности за представленную информацию. Могут иметься медицинские противопоказания, необходима консультация специалиста.

## **Вступление**

*Знания существуют для того,  
чтобы передавать их другим.*

Р.У Эмерсон

Всем привет, меня зовут Елена, мне 32 года, и я не могу забеременеть. Безуспешные попытки я не оставляю уже на протяжении двух лет. И вот одним далеко не прекрасным, мрачным, грустным утром, когда тест в очередной раз показал одну полоску, мне в голову пришла гениальная идея – отвлечься! Многие девчонки на форумах, многие знакомые, многие знакомых в один голос утверждают следующее – «Как только я отпустила ситуацию, нам удалось забеременеть». «Но как отвлечься? Как же отвлечься?..», – раз за разом я задавала себе этот вопрос. Разве можно как-то отвлечься от идеи «Х»? Разве можно забыть о том, чего больше всего сейчас желаешь? Разве можно забыть о том, что давно уже было пора сделать? Разве можно отпустить ситуацию, когда время работает против тебя?.. Я не находила ответы на эти вопросы. И сейчас не знаю, смогу ли. Но я решила попробовать и приглашаю тебя, дорогая читательница, пройти этот путь вместе со мной.

Так как я уже многое прошла на пути к своей цели, и мне еще многое предстоит преодолеть, значит мне есть о чем рассказать. Я могу тебе помочь подготовиться, могу рассказать о своем опыте, чтобы ты знала, чего ожидать от той или иной процедуры, от того или иного укола, быть готовой к боли, или расслабиться и не переживать. Так давай поможем друг другу? Я передам тебе свой опыт, расскажу обо всех нюансах этого нелегкого пути к долгожданной беременности, а ты поможешь мне отвлечься, и в конце этой книги мы поймем, работает ли эта теория, смогу ли я забеременеть, если реально отвлекусь, полностью погружусь в процесс написания этой книги, в процесс передачи своих знаний и опыта.

Прежде чем приступить к нашему путешествию, я бы хотела тебя предостеречь. Я не врач, у меня нет медицинского образования. Я женщина, не имеющая представления обо всех нюансах женского тела. Поэтому, я снимаю с себя всю медицинскую ответственность за предоставленный ниже материал. В своей книге я не буду указывать, какие конкретно лекарства и инъекции мне прописывал и еще пропишет врач. Всё это дело врача, а наша задача – прислушиваться к рекомендациям специалистов с профильным образованием и безропотно ждать света в конце тоннеля. И да увидим же мы его в самое ближайшее будущее...

Данная книга – это сущей воды эксперимент. Я не только не являюсь врачом, но и писателем назвать меня сложно. Поэтому не относись к излагаемым мыслям предвзято. Отбрось сомнения, и пройди со мной весь этот путь.

Книга будет состоять из первой главы «Анамнез», где я расскажу, что было «До» и на какой стадии я нахожусь сейчас. А далее, ежемесячно, я буду предоставлять отчет о проделанной работе, об успехах и падениях, рассказывать о рекомендациях со стороны друзей и врачей, а также новых инициативах, что предприму. Буду информировать о том, что вычитала в книгах и интернет-источниках, о том, что будет интересно тебе. Я постараюсь приложить все усилия, чтобы ты не заскучала и материал был не субъективным, а подкрепленным статистикой из официальных и полуофициальных источников. Ну что? Поехали?!

## **Глава 1: Анамнез**

Мое путешествие за малышом началось 2 года назад. Я, счастливая и жизнерадостная, пришла ко врачу со словами – «Пришло время, мы готовы, давайте пробовать». Параллельно я оповестила всех своих знакомых и подруг, что мы решили завести ребенка и идем к своей цели. Мне тогда казалось, что завести малыша, это как в магазин сходить – там нет ничего сложного. Но так сильно я еще никогда не ошибалась... Врач меня немного расстроила тем, что первые попытки происходят без наблюдения специалиста в течении года. И если результат не будет получен, то мы должны будем сдать спермограмму и записаться к ней на прием. На этом специалист отпустила меня в свободное плавание на целый год.

На данном этапе я совершила две ошибки, о которых надеюсь предостеречь тебя:

– Не стоило всем рассказывать о своих планах;

– Стоило обратиться к другому врачу.

Первая ошибка связана с дальнейшей горечью от того, что попытки не приносят ожидаемых плодов, а те знакомые, что даже и не думали заводить детей, уже родили. А эти неуместные вопросы – «Ты же говорила, что собираетесь, где же результат?» ... Мало приятно, согласна? Каждый раз, как соль на рану, как удар в спину. Раз за разом мои родные и друзья буквально добивали лежачего. Ладно подруги, но родственники, родители, которые загорелись этой новостью. Они начали ожидать эту беременность даже сильнее меня с мужем. Начались постоянные вопросы: «А ты была у врача? А что врач сказал? А что делаешь дальше? А почему не получается? А когда уже получится?». Проще говоря, меня обложили со всех сторон. И тут не то, что нет возможности расслабиться – тебе буквально перекрывают кислород, и ты не можешь ни вздохнуть, ни выдохнуть. Сложно поддерживать спокойное психоэмоциональное состояние, которое способствовало бы зачатию, когда со всех сторон посыпались необоснованные упреки и началось давление. И, самое ужасное, что в такой обстановке начинается самоедство. Ты сама начинаешь себя упрекать, когда думаешь о том, что это с тобой что-то не так, что ты где-то допустила ошибку, сама привела себя к этой проблеме.

В современном мире, живя в мегаполисах, мы приобретаем ряд хронических заболеваний, и эти болезни из года в год молодеют. Плохая экология, постоянный стресс, неправильное питание и малоподвижный образ жизни – все это триггеры, приводящие нас к болезни, к снижению качества жизни. А мы и рады стараться, подкладывая все больше и больше дров в этот котел, в очередной раз закидывая в себя порцию мусорной еды, заливая газированными напитками и проводя свои заслуженные свободные часы лежа на диване. И, зачастую, когда уже поздно, когда скрытые, хронические болезни оседают в наших организмах, мы начинаем что-то менять.

Приведу небольшой список помолодевших болезней, которые указывают эксперты ВОЗ (Всемирная Организация Здравоохранения):

– Остеохондроз;

– Остеопороз;

– Сердечно-сосудистые заболевания;

– Меланома;

– Подагра.

К тридцати годам каждый приходит со своим набором хронических заболеваний, недугов. У некоторых же эти заболевания проявляются в более раннем возрасте. В мой список входили следующие недомогания:

– Сильные менструальные боли;

– Непостоянный менструальный цикл;

– Межменструальные кровотечения;

– Повышенный пролактин;

– Нервозность;

– Мигрени;

– Панические атаки;

– Остеохондроз.

Замечу, что большинство из отмеченных выше проблем проявилось у меня в возрасте 22-х лет. Рановато, не правда ли?

Возвращаясь к моим промахам в планировании беременности, я очень быстро пришла к выводу, что моя вторая ошибка была связана с тем, что я не обратила внимание на то, что мой доктор в принципе не была погружена в проблемы моего женского здоровья. А их, как ты видишь, было немало. Ее больше заботил конечный результат, а именно уже беременные

девушки. Тем же, кто только приступил к планированию, она уделяла совсем мало времени и внимания.

По всем моим проблемам со здоровьем врач пробежалась вскользь, найдя на каждый из пунктов легкий вариант решения проблемы. Она решила бороться с симптомами, а не с причиной болезней, при этом зачастую забывая о том, что было до, после или в процессе. Бывало, так, что я сама подталкивала ее к каким-то правильным умозаключениям, поискам решения проблем, напоминая об истории болезней или реакции моего организма на медикаменты. Тогда я не сильно обратила на этой внимание, а надо было.

На межменструальные боли, которые я не могла терпеть без обезболивающего, она отмахнулась спайками. Никакой диагностики или лечения спаек она не предложила, по всей видимости полагая, что они рассосутся сами. Если в 16 лет с приходом первой менструации от боли я спасалась «Но-шпой», то с возрастом боль настолько усилилась, что «Но-шпа» была лишь детской забавой, и мой организм требовал более серьезные медикаменты. Однажды, когда мы отдыхали на море, я совсем позабыла про то, что вот-вот должен начаться очередной цикл, и не позаботилась об обезболивающем. Боль настигла меня ближе к ночи. Она была настолько сильная, что меня трясло, цвет кожи был почти зеленый, меня тошнило, и я не могла ни о чем больше думать, кроме как дожить до утра и отправить мужа за обезболивающим в первую открывшуюся аптеку. Так я промучилась 8 часов. Все восемь часов боль не отпускала меня ни на минуту. Эта ночь была одной из самых страшных в моей жизни. В дальнейшем же я не провела работу над ошибками, не сделала выводы из произошедшего. Я решила не заморачиваться и просто распахала обезболивающее по всем карманам, по всем сумкам, чтобы этот кошмар больше никогда меня не настиг, чтобы эта ночь больше никогда не повторилась. А ведь надо было пойти обследоваться, надо было выявить причину столь сильной боли, надо было не терпеть, как терпят все и говорят, что это норма, что женщина должна терпеть, а брать свое здоровье в свои руки и искать пути решения проблемы. Но на тот момент я была юна и неопытна...

По вопросу межменструальных кровотечений мой доктор посоветовала меньше нервничать. Повышенному пролактину она уделила больше времени, отправив на МРТ мозга с целью подтвердить или опровергнуть аденому гипофиза. Результат нас удовлетворил, никакой аденомы не нашли, значит нужно просто прекратить нервничать. В дальнейшем мы сдали анализ на макропролактин, после чего врач окончательно убедила, что лечить мой повышенный пролактин не имеет смысла. Но с ее мнением не согласилась врач из государственной женской консультации. В это время я решила пройти диспансеризацию в государственной клинике, где соответственно был назначен прием к гинекологу. Специалист осмотрела меня, задала несколько вопросов и получив информацию о повышенном пролактине, не видя никаких дополнительных анализов крови, заявила, что при повышенном пролактине нет никаких шансов забеременеть, и необходимо его немедленно понижать. С этой информацией я вернулась обратно к своему врачу. Она же, не взглянув еще раз на анализы крови и МРТ, поспешно выписала мне гормональные лекарства, которые подавляли бы рост пролактина. Видимо, из-за слабой заинтересованности и мотивации, специалист решила не вникать повторно в мою историю болезни, в данном случае отработав по шаблону. А я, тогда еще совсем неопытный человек, решила, что необходимо прислушиваться к врачу, и делать все так, как она говорит.

На нервозность, мигрени и панические атаки мне был прописан глицин и дан совет «Не нервничать!», после чего меня отпустили с Богом в открытое плавание. Честно говоря, не хватало еще подорожник прописать для большей эффективности проведенной диагностики и назначенного лечения.

В открытом плавание я провела полтора года, не сильно стараясь, но и не забывая о поставленной цели. Признаюсь, голова все равно оставалась забита больше путешествиями, вечеринками, встречами с друзьями и работой. То есть всем тем, во что никак не вписывался

малыш, всем тем, что никак не способствовало восстановлению женского здоровья. Проще говоря, я вела очень отвлеченный образ жизни, и это забытье мне не принесло никакого результата.

Спустя полтора года что-то во мне зашевелилось. Я поняла, что делаю что-то не так, что расставленные приоритет не соответствуют моим долгосрочным задачам, что изначально поставленная цель мало того, что далека от достижения – она оказалась на пыльной полке антресоли. Очень вовремя я встретила подружку, которая посоветовала мне клинику, в которой ей помогли в, казалось бы, безвыходной ситуации. И я решила действовать.

На первом этапе мы сдали всевозможные анализы на различные гормоны, инфекции, совместимость, генетические тесты, маркеры на онкологию. Были выкачаны литры крови, потрачены большие деньги, но все это ничто на пути к заветной цели.

Результаты анализов не выявили никаких патологий, лишь небольшое отклонение в генетике на сворачиваемость крови. После сдачи всех анализов меня направили на рентген труб в медицинском центре имени Сеченова.

Начитавшись отзывов об этой процедуре, я начала сильно переживать. Мне казалось, что это что-то очень болезненное, неприятное, страшное. На деле же оказалось, что у страха глаза велики. И самое неприятное в этой процедуре было двухчасовое ожидание специалиста.

Процесс и ощущения со слов непосредственного очевидца: меня расположили на рентгеновском столе и объяснили, как будет проходить процедура, что необходимо с моей стороны осуществить в каждый конкретный момент. Для начала мне ввели обезболивающее. Укол я не почувствовала, никакой боли. Далее мне установили инструменты и ввели стержень для впрыскивания синьки. Сразу же после впрыскивания было необходимо подложить подушечку под ягодицы, после чего специалист сделал снимок. В момент впрыскивания я ощутила легкую боль от давления на кишечник, почувствовала распирающее в животе. Вся процедура заняла не более 5 минут, сам снимок взял на себя примерно 30 секунд. Процедура терпимая, безболезненная, те ощущения что у меня были, сложно назвать чем-то ужасным. От незнания, отсутствия опыта, в голове крутится рой негативных мыслей, которые заставляют нас думать о плохом, настраиваться на худшее. Если тебе предстоит эта процедура, то моим советом будет расслабиться, внимательно слушать доктора и помнить, что это скоро закончится.

Результаты моей ГСГ показали, что трубы полностью проходимы, контуры четкие, патологий не выявлено. Далее, имея все анализы на руках, мы приступили к процессу. В первый месяц работы нам удалось поймать овуляцию на 19-й день цикла. Мне был прописан укол ХГЧ и препараты для поддержания эндометрия. Результата от данных действий мы не получили. В следующем цикле мы решили попробовать простимулировать яичники. Мы получили два фолликула, один из которых был доминирующим. Через несколько дней мне даже удалось почувствовать свершившуюся овуляцию, чего ранее со мной не происходило! Было ощущение тянущей боли внизу живота. При этом боль достаточно интенсивно нарастала, что причиняло мне дискомфорт. Так как мне даже удалось почувствовать процесс овуляции, я возлагала большие надежды на этот цикл. Я была уверена, что теперь то точно все получится. Но и в этот раз нам не удалось получить положительный результат. Даже наоборот, один фолликул перерос в кисту, и чтобы не нагружать организм, мы решили пропустить следующий цикл и дать организму выдохнуть перед следующей битвой.

К сожалению, в следующий активный цикл врач, которая меня вела, заболевает, от чего была вынуждена прекратить практику на неопределенный период. Я была передана в руки другого специалиста. Считаю, что этот момент был судьбоносным. Тандем с этим врачом дал интересные результаты и, считаю, что приблизил меня к осуществлению поставленной задачи, ведь мы нашли одну из причин моего бесплодия. Но обо всем по порядку.

В нашем новом командном составе, первое что мы сделали, это осуществили еще одну стимуляцию яичников. Повторная стимуляция яичников принесла мне крайне неприятную

проблему под названием «Синдром гиперстимуляции яичников». В каждом яичнике мы получили по 5 фолликулов. Меня это сильно испугало, так как мне бы не хотелось иметь многоплодную беременность, но доктор убедила меня не паниковать, так как в ее практике такого еще не было (что все же не отменяет вероятность получения многоплодной беременности). Мне был выдан листочек с рекомендациями того, как необходимо действовать при данном синдроме, и я отправилась домой, предпринимать попытки зачатия.

Ситуация крайне неприятная, но это с какой стороны посмотреть. При гиперстимуляции повышается процент возможности зачатия ребенка, увеличивается вероятность многоплодной беременности. И я хочу сказать, что это большой плюс столь неприятного события. Ощущения при гиперстимуляции крайне неприятные и тяжело переносимые. У меня вздулся живот, появилась тяжесть и терпимые, но неприятные боли в животе. Это все длилось на протяжении 4 дней и вгоняло меня в депрессию, так как я не понимала, когда это закончится и принесет ли какие-то результаты. Стоит ли овчинка выделки? Как оказалось, нет, не стоила. Процедура не дала результат, опять образовалась киста, и мы решили пропустить еще один цикл.

### **Месяц 1: Лапароскопия**

*Под лежащий камень вода не течет.*

Во время своего очередного мини-отпуска (то бишь предполагаемого безделья), я буквально не могла усидеть на месте. Мне хотелось искать пути решения проблемы, искать варианты дальнейшей работы над своим здоровьем, чтобы достичь желанного результата. Сначала было тяжело. Постоянно преследовали дурные мысли, казалось, что весь мир против меня и что ничего не получится. Но потом, шаг за шагом, страница за страницей, история за историей, и в моем сердце опять поселился оптимизм. На просторах небезызвестного форума Babyblog я наткнулась на метод исследования причин бесплодия под названием «Лапароскопия». Моя ситуация и я полностью подходили под описание пациента, которому уже пора назначить данную процедуру: два года безуспешных попыток зачать ребенка, бесплодие неясного генеза и нестерпимо болезненная менструация. Я очень подробно изучила все материалы по данной процедуре, ознакомилась с процессом, последствиями и новыми перспективами. Изучила статистику и отзывы девушек, которые прошли данную процедуру. Все это вселяло в меня большой оптимизм. Не скрою, совместно с оптимизмом и энтузиазмом, в моё сердце закрался и страх. Ну а кто захочет лишний раз оказаться на столе хирурга? Вот и мне не очень хотелось! Но, с другой стороны, на весах была жизнь моего будущего ребенка, поэтому выбор был очевиден.

*Лапароскопия при бесплодии – это современная методика из области хирургии, которая позволяет обследовать состояние внутренних органов через небольшие разрезы в области живота. Данная операция имеет несколько функций: исследование и непосредственная работа над проблемными участками, которые были найдены во время процедуры.*

*С помощью этого щадящего хирургического метода, женщинам удастся справиться со следующими проблемами, которые могут приводить к бесплодию:*

*Спайки. Они представляют собой разрастание соединительной ткани, что может быть спровоцировано воспалением или ранее перенесенными операциями. Данная проблема обычно имеет локализацию в области маточных труб, цервикальном канале. Подобное расположение соединительной ткани сильно усложняет работу органов и не предоставляет возможность проникновения сперматозоидов к яйцеклетке. Статистика говорит о том, что после проведения лапароскопии вероятность зачатия возрастает максимум на 4-5%.*

*Эндометриоз. Патология слизистой матки, которая разрастается и выходит за ее пределы. Данная патология является одной из самых частых причин женского бесплодия. Она может привести к развитию спаек. Лапароскопия в данном случае является одним из самых эффективных методов диагностики и лечения.*

*Миома матки. Это доброкачественная опухоль. В большинстве случаев она возникает из-за каких-либо гормональных сбоев. Зачастую, женщины долгое время не знают о существующей проблеме, так как миома матки никак не проявляет себя на начальных этапах развития. Однако в дальнейшем она может вызывать нарушение протекания менструального цикла и овуляции, что само собой приводит к повышению риска бесплодия. Врачи единогласно отдают предпочтение лапароскопии для выявления и дальнейшего удаления новообразований. Отдельно стоит отметить, что лапароскопия имеет некоторые противопоказания при миомах.*

*Непроходимость труб. Может возникать при спаечном процессе, воспалении. Также лапароскопия проводится при внематочной беременности с целью удаления плодного яйца из маточных труб. В данном случае операция может быть проведена с особой осторожностью, без повреждения органов.*

*Бесплодие неясного генеза. Зачастую происходит так, что женщина проходит обследование с ног до головы, а врачи так и не могут установить причину бесплодия, ввиду чего в историю болезни вписывают диагноз – бесплодие неясного генеза. Обычно после лапароскопического исследования удается выяснить, что же послужило настоящей причиной невозможности зачатия.*

На следующем приеме у врача, когда по данным УЗИ стало понятно, что никаких изменений по-прежнему нет, мне только было предложили сделать Лапароскопию, как я тут же выпалила – «Да, да я хочу, давайте сделаем!». От такой уверенности моему специалисту даже стало не по себе. Обычно врачи до последнего оттягивают время, и не идут на столь кардинальные действия. Я же не просто согласна – активно настаиваю! Помимо лапароскопии мне предложили процедуру «Гистероскопии». Было весьма удобно за один прием произвести сразу две манипуляции, и не растягивать процесс на два месяца. Данное предложение было интересным для меня со всех сторон:

- Общий наркоз 1 раз на две процедуры;
- Всестороннее обследование;
- Экономия средств;
- Экономия физических ресурсов.

*Гистероскопию назначают для подтверждения или исключения какой-либо патологии внутри матки. В первую очередь это касается эндометрия. Также проводится исследование на проходимость маточных труб.*

*Гистероскопия – это эффективный способ лечения патологий матки и эндометрия. Он помогает качественно отслеживать проводимое лечение. Гистероскопия позволяет отказаться от диагностического выскабливания.*

Когда в самом начале я написала о том, что смена врача была для меня важным событием, серьезным поворотом, то имела ввиду именно этот судьбоносный момент. Мой первый врач была в первую очередь теоретиком, а новый специалист оказалась оперирующим практиком. Очень важно, чтобы твой лечащий врач видел тебя полностью, изучал со всех сторон физически и морально, ориентировался на совместный опыт исследований, а не только лишь на заключения иных специалистов. То, что моя врач сама будет меня оперировать, придавало мне больше уверенности, спокойствия и позитива. Появилось стойкое ощущение того, что все пройдет как надо, потому что своему врачу я доверяла полностью.

Обговорив все нюансы данной процедуры, мы договорились встретиться на 17-й день менструального цикла для того, чтобы отследить особенности процесса овуляции. Обычно, процедура проводится в период с 15-го по 25-й день цикла в зависимости от его протяженности. Хочу отметить, что конкретно в моем случае было бы лучше проводить операцию на 23-25-й день цикла, так как по последним наблюдениям моя овуляция чаще приходится на

20-22-й день цикла. Однако я не врач, и не могу настаивать на своей теории. К тому же – что сделано, то сделано...

Подготовка к лапароскопическому исследованию и гистероскопии включала в себя отмену принятия пищи начиная с 18:00 за день до операции, прием сильного слабительного и клизму. Перед тем, как приступить к очистке кишечника, я тщательно ознакомилась с отзывами к прописанному мне слабительному, и по началу сильно испугалась. Отзывы были ужасные начиная со вкуса, и заканчивая итоговым эффектом. Ни одного сдержанного отзыва не было априори. Все девушки писали крайне эмоционально и в ярких красках рассказывали, какой ужас им пришлось пережить. Но деваться некуда. Если врач прописал, значит надо делать!

Вооружившись бутылкой воды и лимоном, я начала прием, от которого ожидала весьма страшных последствий... На вкус напитков оказался отнюдь не таким ужасным, как его описывают. Даже под конец приема второго литра он пился вполне легко и непринужденно. Если же говорить об эффекте, то на меня не подействовало вообще. Многие писали, что уже через 15 минут бежали в туалет, и не слезали с унитаза на протяжении 4-х часов. В моем случае даже спустя два часа эффект так и не наступил, а потому пришлось прибегнуть к тяжелой артиллерии – клизме. Мне предстояло влить в себя два литра воды, после чего походить с ней минут 10, и уже после опорожнить кишечник. Но не тут-то было! На втором литре мой кишечник сильно запротестовал коликами, после чего пришлось срочно бежать в туалет. На этом вся обозначенная подготовка к исследованиям закончилась.

Далее следовала бессонная ночь, полная страха и томительного ожидания, утро в тумане, дрожащие руки и веселый анестезиолог, который встретил меня при входе в отделение хирургии. Признаюсь, честно, его присутствие успокаивало и отвлекало от навязчивых, невеселых рассуждений. Вскоре меня разместили в палате. Я заполнила и подписала необходимые документы, после чего мне поставили капельницу, с которой я провела еще минут 30. Затем меня пригласили в операционную.

Пока проходила подготовка по введению в наркоз и прочие сопутствующие процедуры, врачи отвлекали меня, как могли, но это совсем не сбивало нервозность. Я без остановки спрашивала, когда же я засну. Это выглядело очень смешно и нелепо – «А когда я засну? А я уже засыпаю? А сейчас я засыпаю? Ну а когда же я засну? А почему я все еще не засыпаю? Мне хотелось бы поскорее заснуть? А теперь засыпаю? А вы скажете, когда я должна буду уже засыпать?». И, не заметив, как, на одном из этих вопросов меня просто вырубил.

Далее все происходило словно в тумане. Сквозь пелену наркоза помню, как меня переключают с операционного стола на каталку и везут в палату, где я пришла в себя уже через полчаса. После пробуждения я не чувствовала ног, не могла ими шевелить, что меня сильно удручало. В целом, состояние было неплохое. Единственное, что сильно раздражало, так это колотящий озноб из-за льда на животе. Я человек теплолюбивый, ненавижу холод. Когда же меня от него колотит, то моментально впадаю в отчаяние. Как только забрали лёд, настроение сразу улучшилось.

Мне оставалось лежать и отсчитывать 4 часа, после чего мои ноги должны были полностью отойти от наркоза, и я могла бы встать. Но тут я почувствовала дискомфорт в ключицах – ага, тот самый газ, о котором так много писали на форумах. Сначала я не сильно переживала по этому поводу, но на втором часе лежания без возможности пошевелиться, ощутила все прелести этой боли. Когда лежишь неподвижно на одном месте, все тело начинает уставать, неметь, ужасно хочется перевернуться, лечь поудобнее. И ведь я пыталась!.. Старалась лечь на один из боков, но как только мне удавалось хоть немного повернуться, боль в ключицах резко усиливалась и заставляла вернуться обратно в горизонтальное положение. В какой-то отчаянный момент после того, как в очередной раз шарик газа со всей силой надавил мне на ключицу, а ноги предательски не хотели шевелиться, я не выдержала и начала плакать... Плакала от боли,

от жалости к самой себе. Не навзрыд, не истерично, но с отчаянием и безысходностью. И буквально через 15 минут после этого приступа отчаяния я начала чувствовать пальчики ног, что сильно меня воодушевило! Я принялась во всю ими шевелить, дабы улучшить кровоток, и тем самым поскорее выйти из наркоза. Примерно через час я смогла полностью шевелить ногами и даже сидеть. А уже через два-три часа меня отпустили домой.

Итоги гистероскопии: множественные грубые синехии по передней стенке цервикального канала с истекающим эндометриоидным содержимым. Признаки проходимости с обеих сторон – сомнительные.

Итоги лапароскопии: хронический сальпингит, генитальный эндометриоз 2-3 степени, очагово-инфильтративная форма.

Проще говоря, исследования обнаружили целый букет патологий, которые могли препятствовать зачатию. Больше всего меня напугал диагноз «Эндометриоз», ведь согласно научному описанию проблемы – это что-то неизлечимое, страшное и необратимое. Теперь мне придется всю жизнь прожить с этой штукой, от нее никуда не сбежать, не деться, а ведь я хочу быть здоровой... Вот такие мысли роились в моей несчастной голове до тех пор, пока врач не успокоила меня сказав о том, что не существует абсолютно здоровых людей – все мы имеем свои хронические недуги. Незамедлительно я сделала выводы: нет повода впадать в отчаяние, панику, ставить на себе крест. Это будет моей небольшой особенностью, которую я постараюсь сдерживать в развитии всеми возможными и максимально безопасными способами, доступными благодаря современной медицине.

Я перерыла весь интернет, опросила девушек, страдающих тем же заболеванием, и сделала для себя массу интересных и полезных открытий. Во-первых, болезнь не так уж страшна, как ее рисуют некоторые интернет-источники и паникеры. На определенных ресурсах приводится информация о том, что при посмертном вскрытии пожилых людей зачастую обнаруживаются признаки эндометриоза. А ведь люди жили, не тужили, рожали детей и даже не подозревали о своей болезни. Эндометриоз – это аутоиммунное заболевание. Значит необходимо работать именно в этом направлении, чтобы сдерживать его развитие. Эндометриоз замедляется в развитии при отсутствии менструации. А именно в процессах зачатия, вынашивания детей и кормления грудью. Эндометриоз нельзя побороть, но можно сдерживать его развитие и убрать симптомы (менструальные боли, межменструальные кровотечения) с помощью правильного питания. Итогом моего собственного расследования стало спокойствие и детальный план того, что я буду предпринимать для полноценной жизни с моей небольшой особенностью. Во-первых, еще не родив ни одного малыша, я четко решила для себя, что хочу еще двоих. Во-вторых, я решила заняться своим питанием, изучить, что конкретно влияет на развитие, как поддержать иммунитет, какие продукты потреблять в большем количестве, а какие исключить. Но об этом я расскажу в следующих главах.

В то же время врач предложила мне свой план лечения. С целью добить то, что осталось от эндометриоза после операции и коагуляции очагов, было принято решение ввести меня в искусственную менопаузу на 2-3 месяца. После этого нами будут предприняты попытки естественного зачатия в первый цикл после выхода из искусственной менопаузы. Если и это не поможет, тогда мы перейдем к 2-3 попыткам искусственной инсеминации, после чего из вариантов остается только ЭКО. Первый укол назначен на третий день нового цикла, так что опять уходим в ожидание...

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.