ПІДГОТОВКА

Підготовка до ЕКЗ: аналізи для жінки й чоловіка і скільки вона триває

23 листопада 2026 р. · 7 хв читання

Які аналізи здати жінці й чоловікові перед ЕКЗ, скільки триває підготовка до протоколу і що варто змінити за три місяці до старту.

Програма ЕКЗ починається не з уколів, а з підготовки. Від неї залежить, коли стартує протокол, чи не доведеться його переносити і скільки якісних яйцеклітин та ембріонів вдасться отримати. Добра новина: майже все тут передбачуване, і частину кроків можна зробити ще до першого візиту до репродуктолога.

Скільки триває підготовка до ЕКЗ

Зазвичай від першої консультації до початку стимуляції минає один-три місяці. Якщо аналізи в нормі, а пара вже пройшла частину обстежень, протокол можна почати з найближчого циклу. Довше підготовка триває, коли знаходять те, що варто виправити заздалегідь: інфекцію, поліп у матці, порушення роботи щитоподібної залози чи знижені показники спермограми.

Для чоловіка орієнтир — близько трьох місяців: приблизно стільки триває дозрівання сперматозоїдів, тому зміни способу життя відбиваються на спермограмі не одразу.

Перша консультація репродуктолога

На першому прийомі лікар збирає історію пари: скільки триває спроба завагітніти, які були вагітності, операції, хронічні хвороби, які ліки приймаються зараз. Візьміть із собою результати попередніх обстежень і виписки — це заощадить час і зайві аналізи. За підсумком консультації ви отримаєте план обстеження саме для вашої ситуації.

Аналізи для жінки перед ЕКЗ

Базовий перелік виглядає так:

- група крові й резус-фактор, загальний аналіз крові, коагулограма
- гормони — АМГ, ФСГ, ЛГ, естрадіол (зазвичай на 2–5 день циклу), ТТГ і пролактин
- інфекції — ВІЛ, гепатити B і C, сифіліс
- мазок на флору, ПАП-тест і ПЛР на інфекції, що передаються статевим шляхом
- антитіла до краснухи — щоб за потреби встигнути зробити щеплення
- УЗД органів малого таза з підрахунком антральних фолікулів — разом з АМГ воно показує овариальний резерв
- висновок терапевта про те, що вагітність не протипоказана

Що означають цифри АМГ і чому їх не читають без віку, ми детально розібрали в статті про АМГ і овариальний резерв. За показаннями лікар може додати перевірку прохідності маткових труб, гістероскопію, аналізи на згортання крові чи генетичне обстеження.

Аналізи для чоловіка

- спермограма — головний аналіз; перед ним утримуються від еякуляції 2–7 днів
- інфекції — ВІЛ, гепатити B і C, сифіліс, група крові й резус-фактор
- додаткові тести за показаннями — MAR-тест, фрагментація ДНК сперматозоїдів, консультація андролога

Як читати результат спермограми, ми пояснили в окремій статті. Здати аналіз можна в клініці — ціни й підготовка до спермограми.

Щоб не перездавати аналізи

Частина аналізів має обмежений термін дії: результати на ВІЛ, гепатити й сифіліс, мазки й інфекції зазвичай просять свіжими, тому їх здають ближче до старту протоколу. Гормони й УЗД краще

робити в той цикл, який призначить лікар. Перш ніж іти в лабораторію, уточніть у репродуктолога, що потрібно саме вам і в які дні циклу.

Що змінити за три місяці до протоколу

- фолієва кислота — жінці щодня, дозу підбере лікар
- куріння й алкоголь — відмовитися обом партнерам
- вага — і надлишкова, і недостатня знижують шанси; навіть невелика корекція має значення
- чоловікові — уникати перегріву (сауна, гаряча ванна), не приймати тестостерон і анаболіки без лікаря
- ліки й добавки — обговорити з лікарем усе, що приймаєте постійно

Як проходить підготовка до протоколу

Коли обстеження завершене, лікар обирає протокол стимуляції і дату старту. Найчастіше стимуляцію починають на 2–3 день менструального циклу, іноді — після підготовчого циклу з гормональними препаратами. Далі все йде за етапами, які ми описали в статті «Як проходить ЕКЗ».

Часті запитання

Чи можна почати ЕКЗ одразу після першої консультації? Буває, що так: якщо пара прийшла з актуальними аналізами і лікар не бачить перешкод, протокол стартує з найближчого циклу.

Чи потрібна підготовка, якщо проблема лише в чоловіка? Так. Яйцеклітини отримують у жінки, тому її обстеження й підготовка потрібні в будь-якому разі.

Скільки коштує ЕКЗ? Ціни на етапи програми й те, від чого залежить остаточна вартість, — на сторінці ЕКЗ у клініці «Екстрамед». Записатися на консультацію репродуктолога можна онлайн.

Стаття має інформаційний характер і не замінює консультацію лікаря. Перелік аналізів і терміни підготовки визначає репродуктолог індивідуально.