PREPARAZIONE

Prepararsi alla FIVET: gli esami per lei e per lui e quanto dura

23 novembre 2026 · 7 min di lettura

Quali esami servono alla donna e all'uomo prima della FIVET, quanto dura la preparazione al ciclo e cosa conviene cambiare tre mesi prima dell'inizio.

Un programma di FIVET non comincia con le iniezioni, ma con la preparazione. Da essa dipende quando parte il ciclo, se andrà rimandato e quanti ovociti ed embrioni di qualità si riusciranno a ottenere. La buona notizia è che quasi tutto è prevedibile, e alcuni passi si possono fare già prima della prima visita dallo specialista.

Quanto dura la preparazione alla FIVET

Di solito tra il primo consulto e l'inizio della stimolazione passano da uno a tre mesi. Se gli esami sono nella norma e la coppia ne ha già fatti alcuni, il ciclo può partire dalla mestruazione successiva. La preparazione si allunga quando emerge qualcosa da correggere prima: un'infezione, un polipo uterino, un problema alla tiroide o uno spermiogramma alterato.

Per l'uomo il riferimento è di circa tre mesi: tanto dura più o meno la maturazione degli spermatozoi, perciò i cambiamenti nello stile di vita si vedono nello spermiogramma solo dopo un po'.

Il primo consulto con lo specialista

Alla prima visita il medico raccoglie la storia della coppia: da quanto tempo cercate una gravidanza, eventuali gravidanze precedenti, interventi e malattie croniche, i farmaci che assumete ora. Portate i referti di esami precedenti e le lettere di dimissione: si risparmiano tempo ed esami inutili. Alla fine del consulto avrete un piano di esami per la vostra situazione.

Gli esami per la donna prima della FIVET

L'elenco di base è questo:

- gruppo sanguigno e fattore Rh, emocromo e test della coagulazione
- ormoni — AMH, FSH, LH, estradiolo (di solito tra il 2° e il 5° giorno del ciclo), TSH e prolattina
- infezioni — HIV, epatite B e C, sifilide
- tampone vaginale, Pap test e PCR per le infezioni sessualmente trasmesse
- anticorpi contro la rosolia — per avere il tempo di vaccinarsi se serve
- ecografia pelvica con conta dei follicoli antrali — insieme all'AMH mostra la riserva ovarica
- parere del medico di base che la gravidanza non è controindicata

Cosa significano i valori di AMH e perché non si leggono mai senza l'età lo spieghiamo nell'articolo su AMH e riserva ovarica. Se indicato, il medico può aggiungere la verifica della pervietà tubarica, un'isteroscopia, esami della coagulazione o test genetici.

Gli esami per l'uomo

- spermiogramma — l'esame principale; prima si osserva un'astinenza dall'eiaculazione di 2–7 giorni
- infezioni — HIV, epatite B e C, sifilide, gruppo sanguigno e fattore Rh
- esami aggiuntivi se indicati — MAR test, frammentazione del DNA degli spermatozoi, visita andrologica

Come leggere lo spermiogramma lo spieghiamo in un articolo a parte. L'esame si può fare in clinica — prezzi e preparazione allo spermiogramma.

Per non ripetere gli esami

Alcuni esami hanno una validità limitata: HIV, epatiti e sifilide, tamponi e test per le infezioni di solito devono essere recenti, perciò si fanno più vicino all'inizio del ciclo. Ormoni ed ecografia è meglio farli nel ciclo

indicato dal medico. Prima di andare in laboratorio chiedete allo specialista cosa serve a voi e in quali giorni del ciclo.

Cosa cambiare tre mesi prima del ciclo

- acido folico — ogni giorno per la donna, alla dose decisa dal medico
- fumo e alcol — da abbandonare per entrambi i partner
- peso — sia l'eccesso sia la magrezza riducono le probabilità; anche una piccola correzione conta
- per l'uomo — evitare il surriscaldamento (sauna, bagni caldi) e non assumere testosterone o anabolizzanti senza il medico
- farmaci e integratori — discutere con il medico tutto ciò che si assume regolarmente

Come si svolge la preparazione al ciclo

Finiti gli esami, il medico sceglie il protocollo di stimolazione e la data di inizio. Più spesso la stimolazione parte il 2°–3° giorno del ciclo mestruale, a volte dopo un ciclo preparatorio con farmaci ormonali. Poi tutto segue le fasi descritte nell'articolo «Come si svolge la FIVET».

Domande frequenti

Si può iniziare la FIVET subito dopo il primo consulto? A volte sì: se la coppia arriva con esami aggiornati e il medico non vede ostacoli, il ciclo parte dalla mestruazione successiva.

Serve la preparazione se il problema è solo dell'uomo? Sì. Gli ovociti si prelevano dalla donna, perciò i suoi esami e la sua preparazione servono in ogni caso.

Quanto costa la FIVET? I prezzi delle fasi del programma e da cosa dipende il costo finale sono nella pagina FIVET della clinica Ekstramed. Il consulto con lo specialista si prenota online.

L’articolo ha carattere informativo e non sostituisce il consulto medico. L’elenco degli esami e i tempi della preparazione li stabilisce lo specialista caso per caso.