

Teistmoodi teekond lapsevanemaks

Autorid: Pille Teder ja Helen Hiie, PRIDE koolitajad ja grupinõustajad

Statistika

Igal aastal juuli keskpaigas avaldab Tervise Arengu Instituut eelmise aasta kunstliku viljastamise protseduuride statistika. 2018. aastal tehti kokku 3011 viljastusravi tsüklit ja raha kulus selleks kõigeks 2,481 miljonit eurot. 444 sündinud lapse puhul moodustab see kõigist Eesti laste elussündidest 3 protsenti.

Võimalus

Viljastusravi on võimalus. Selle protseduuri läbimine ei ole kohustuslik, vaid iga inimese enda vaba otsus. Läbi viljastusravi erinevate meetodite (IUI, ICSI, FET) on võimalus saada lapsevanemaks, kui see tavapärasel moel ei õnnestu. Eestis on mitmeid kliinikuid, kes abi ja ravi pakuvad. Eesti on ka üks vähestest riikidest, kus viljastusravi on muutunud kättesaadavaks kõigile, kus Haigekassa tasub juba enamuse ravi kuludest. Kliinikud teevad pingutusi, et olla rohkem nähtaval ning investeerivad erinevatesse tehnoloogiatesse, et ravi oleks tulemuslikum ja kvaliteetsem. Usun, et paljud on kuulnud õnnestumislugusid viljastusravi tulemusel sündinud lastest ja sellest, kuidas ka kõrges eas naised lapsi saavad. Need on edulood, ent tegelikult, olenemata kasutatud meetodis, on õnnestumise protsent suhteliselt väike.

Millal muutub esmapilgul paljulubav teekond okkaliseks

...või siis lausa raskeks, ahastavaks, keeruliseks, kohutavaks, kinnisideeliseks...?

Kohtume PRIDE koolitustel (ettevalmistav koolitus lapsendaja- ja hooldusperedele) ja MTÜ Oma Pere (organisatsioon, kes toetab lapsendaja-, eestkoste- ja hooldusperesid) grupinõustamistel inimestega, kes on olnud viljastusravi protsessis ja kogenud omal nahal neid „musti päevi“, mida meditsiiniline viljastusravi statistika välja ei too. Nii saame öelda, et meie seas elab suur hulk inimesi, kes on väga õnnetud ja kohati ka lootuse kaotanud. Õnnetu olemine võib alata sellest, et kui aastaid proovitakse loomulikult teel lapsi saada, aga see ei õnnestu (muide igal kuuendal paaril võib olla see probleem). Tulutu ootus ja lootusetus tekitavad küsimusi ja hirme. Hirmud, mis ühel hetkel võivad muutuda väga kammitsevaks ja millest avalikult rääkida ei julgeta. Ja kui juhtub veel olema sotsiaalne surve pisipere loomise osas, kas perekonna või kolleegide poolt, on see topelt koormus, mida taluda. Mõnikord jäävadki viljatuse põhjused ebaselgeks. Nii alustavad mitmed paarid ja ka üksikud viljastusravi teekonda, jõudmaks unistatud tulemuseni – lapsevanemaks.

Ravi tulemuslikkus ja voodoo

Meditsiinilises abis, nagu eelnevalt mainitud, on kasutusel mitmesugused protseduurid, meetmed ja uuringud. See on ravi üks tahkudest, mis puudutab rohkem inimese füüsilist keha. Ravimid ja protseduurid ja uuringud ja nii edasi... ühest etapist teise liikumine, iga etapp oma tähtsusega. Nagu dr. Sõritsa ajalehe Õhtuleht 13. augusti artiklis ütleb „Kunstlik viljastamine on nagu supi keetmine“ (<https://tervis.ohuleht.ee/973419/naistearst-andrei-soritsa-kunstlik-viljastamine-on-nagu-supi-keetmine-on-nii-palju-mojutajaid-et-see-onnestuks->). Üsna tihti jääb aga siinjuures inimese enda hoida psühholoogiline pool, kus ollakse väga haavatavad, et elada üle selle ravi tõusud ja mõõnad. Paljud paarid on maininud, et nad ei julge sellest rääkida isegi oma perekonna ega sõpradega. Kõige enam kammitseb häbi – neile tundub, et nad ei vasta ootustele, et nad on ebaõnnestunud paarina, perekonna loojana ja elu edasikandjana. Mitmed paarid on esile tõstnud, et tegelikult ei saa paljud

inimesed viljatusravi teemadest üldse aru ja pole mõttekaaslasi, kellega sellest rääkida, seiku arutada ning analüüsida. Kõik, kes selle läbi on teinud, teavad, et väga suurel hulgal inimestel ei lähe kõik plaanipäraselt – ei ole nii, et embrüo viiakse naise kehasse ja ongi hopsti! uus elu kasvamas. Siin on palju ettearvamatut ja imede valdkonda kuuluvat (nagu ka ju tegelikult täiesti tavalise rasedumise puhul). Ravi õnnestumise protsent sõltub paljudest teguritest. Kõik teavad, kui tähtis on siinjuures näiteks naise vanus ja mehe sperma kvaliteet, aga lisaks neile tuleb mängu veel terve hulk muid tegureid ja see kõik annabki ühe protseduuri puhul õnnestumise suuruseks lõppkokkuvõttes vaid kuni 35%. Kas piisab ühest-kahest katsest või on katsete arv hoopis 10–12? Ideaalne oleks muidugi see, kui inimene suudaks võtta olukorda külma kõhuga ning teha kõik ravikatsed läbi stressi- ja pingevalt. Elu pingevalt elada soovib meist igaüks, aga kuidas seda teha siis, kui tegemist on eluliselt nii tähtsa küsimuse ja suure lootusega, millega ollakse silmitsi seistud mitmeid aastaid.

Meie koolitustel ja grupinõustamisel osalenud inimesed on rääkinud, et tulemuseni jõudmiseks on kõike proovitud. On loodud nii isikustatud kui ka salajasi netifoorumeid ja Facebooki gruppe, kus teemasid lahatakse ja üksteisele kaasa elatakse või end välja elatakse. Lisaks proovivad mitmed paarid alternatiivseid meetmeid: kätega ravitsejaid, mediteerimist, nõelravi, joogat, erilist toitumist, uut elustiili või töökohta ja veel hulk lugematuid asju, mille peale annab tulla. Pole tõendeid selle kohta, kas eelpoolt loetletud alternatiivid on aidanud või kas seal on õnnestumisega üldse mingi seos - kauaks on jaksu, et kõike seda paarina läbi teha. Kahjuks sellekohaseid põhjapanevaid uuringuid Eestis veel tehtud ei ole, et teada saada, mis ikkagi psühholoogilise poole pealt aitab viljatusravi läbitegeval paaril jõuda soovitud tulemuseni.

Lapsevanemaks teisel moel

Tänapäeva sotsiaalteenused liiguvad suunas, et lähenemine peab olema teaduspõhine. Seega tuleb viljatusravis osalevaid paare aidata psühholoogiliselt, nagu seda on tehakse mujal maailmas. Kui Haigekassa tagab nüüdseks ravi, et protseduure teha, siis riik peab tagama suuremas mahus psühholoogilise abi kõikidele viljatusravi läbivatele paaridele. Loodame, et lähiajal liigub ka Eesti selles suunas, et psühholoogiline abi oleks kättesaadav kõikidele viljatusraviga seotud paaridele; olemas on just viljatusele spetsialiseerunud terapeudid, tugigruppide eestvedajad ja kogemusnõustajad, kes paare sel teekonnal toetavad ja aitavad.

Pole saladus, et mitmed IVF-i tulemusteta läbiteinud paarid leiavad tee sotsiaalkindlustusametisse, et saada lapsendajaks või hooldusperekaks. Koolitajatena kohtume nendega asendusvanemaks ettevalmistavas protsessis ja näeme seda, mida nad teekonna alustamiseks lapsendajana või kasuvanemana veel vajavad: toetust, nõustamist, kaotustega leppimist ja uute eesmärkide seadmist. Kogeme seda, kui tähtis on võimalus viljatusravi teekonnal läbielatust avameelselt rääkida ja kohtuda inimestega, kes on olnud sarnases olukorras. Oluline on saada inimeselt inimesele toetust, välja öelda oma tunded, mõelda erinevate tegutsemisviiside ja uute võimaluste kasutamise peale - seda kõike just siis, kui viljatusravi on kestmas.

Üks grupinõustamisel osaleja on öelnud järgmist:

„See grupp andis mulle hea võimaluse oma IVF-i teekonnal kogetud raskusi jagada. Sageli ei ole võimalus välja rääkida, sest sind ei pruugita tavainimeste hulgas sel teemal mõista. Jagatud mure on pool muret. Sinu kogemus võib olla kellegi teise tulevik ja nad oskavad erinevaid IVF-lahendusi juurde saada. Sinu mure peale jagamist ei pruugigi olla enam nii suur ja võimalik, et sinu hirmud on kellegi teise poolt grupis võib-olla juba lahenduse leidnud. Julgus end avada julgustab ka teisi avama. Kus seda parem oleks teha, kui teiste sarnase taustaga inimestega.“