

# Plaatsing van ingevroren embryo's in een met hormonen ondersteunde cyclus (cryo-cyclus)

## Wat is een cryo-cyclus?

Tijdens een cryo-cyclus worden ingevroren embryo's ontdooid en in de baarmoeder geplaatst. Hiervoor wordt het slijmvlies in de baarmoeder voorbereid. Dit gebeurt met hormoontabletten Progynova<sup>®</sup>. Door middel van vaginale echo's wordt de dikte van het slijmvlies gecontroleerd. Zodra het dik genoeg is wordt een ander hormoon Utrogestan<sup>®</sup> toegevoegd. Dit hormoon zorgt voor de rijping van het slijmvlies. Op de 5e of 7de dag van Utrogestan<sup>®</sup>-gebruik vindt de plaatsing van de embryo's plaats. Deze folder beschrijft de gang van zaken in de cryo-cyclus.

## Aantal te plaatsen embryo's

Bij een cryo-cyclus is het aantal te plaatsen embryo's afhankelijk van uw leeftijd. Het doel hiervan is om de kans op zwangerschap zo groot mogelijk en de kans op een tweelingzwangerschap zo klein mogelijk te maken. Het kan voorkomen dat er minder embryo's worden geplaatst dan van tevoren is afgesproken, omdat niet alle embryo's goed ontdooien. De embryo's zijn per stuk of per twee stuks ingevroren in 1 rietje. Het is niet mogelijk, als de embryo's per twee zijn ingevroren, om er maar 1 te ontdooien. Zijn er na uw punctie twee embryo's geplaatst? Dan zijn uw embryo's per twee ingevroren in 1 rietje.

## Waar vindt de cryo-cyclus plaats en wie voert het uit?

De vaginale echo's worden in het Centrum voor Voorplantingsgeneeskunde (CVV) gemaakt door een IVF-arts of gynaecoloog (in opleiding). Het ontdooien van de embryo's wordt in het fertiliteitslaboratorium door een analist of embryoloog gedaan. De embryoplaatsing wordt in de punctiekamer in het CVV door een IVF-arts of gynaecoloog verricht, samen met een verpleegkundige.

## Wat moet u doen voorafgaand aan een cryo-cyclus?

### Foliumzuur

U slikt dagelijks 0,4 mg foliumzuur om de kans op een kind met een open rug (spina bifida) te verkleinen. U start uiterlijk tijdens uw menstruatie.

### Medicijnen

U moet de volgende medicijnen in huis hebben voor de menstruatie wanneer u gaat starten:

- Progynova<sup>®</sup> (= estradiol valeraat) in tabletten/dragee van 2 milligram (mg);
- Utrogestan<sup>®</sup> (= progesteron) in bolletjes van 200 of 100 milligram (mg).

De medicijnen hoeven niet in de koelkast bewaard te worden.

Hieronder een toelichting m.b.t. Progynova® (= estradiol valeraat)

*Let op: als u Progynova® bij uw lokale apotheek ophaalt:*

- 1. Als de apotheek u 1mg ipv 2 mg tabletten Progynova® aflevert, moet u gemiddeld € 0,05 euro bijbetalen per tablet/dragee. Zie [www.medicijnkosten.nl](http://www.medicijnkosten.nl).*
- 2. De lokale apotheek zal u soms een alternatief afleveren als Progynova® niet leverbaar is (Estradiol hemihydraat, merknamen Zumenon, Estrofem of Estradiol eigen merk). Voor cryo-embryoplaatsing is hier beperkte ervaring mee, vandaar dat er enigszins voorkeur is voor Progynova® (= estradiol valeraat).*
- 3. Als u een medicijn voor het eerst voorgeschreven krijgt mag de lokale apotheek u maximaal 2 weken uitleveren terwijl u meer nodig heeft. Wij noteren daarom op het recept de noodzaak en de noodzaak tot herhaalrecept. U krijgt een herhaalrecept van uw lokale apotheek terug.*

## Hoe vind de cryo-cyclus plaats?

### Afspreken eerste echo

Op de eerste dag van uw menstruatie (dit is de eerste dag wanneer u helder rood bloedverlies hebt, oftewel cyclusdag 1), geeft u dit aan ons door via “Mijn Dossier”. Vanaf de eerste dag van de menstruatie houdt u het cryo-cyclus formulier bij en neemt dit mee naar elk bezoek (zie bijlage pag. 5).

### Start medicatie

Op de eerste dag van de menstruatie (cyclusdag 1) start u met het 3 keer per dag slikken van de Progynova®-tabletten: 2 mg 's ochtends (= 1 tablet van 2 mg), 2 mg 's middags (= 1 tablet van 2 mg), 2 mg voordat u naar bed gaat (= 1 tablet van 2 mg).

Als uw menstruatie in de loop van de dag begint, start u dan met de medicatie. Vanaf de volgende dag gebruikt u dan 3 keer per dag Progynova®.

*Op de strip Progynova® staan de dagen van de week aangeduid. Let op: hier moet u dus geen rekening mee houden! U slikt meerdere tabletten per dag.*

In vervolg cycli wordt mogelijk een hogere dagdosis (2dd 4mg ) met u afgesproken.

### Het eerste echobezoek

Wij adviseren u een vrij lege blaas te hebben ten tijde van de echo. Er zijn toiletten in de wachtkamer. Er wordt gekeken of het baarmoederslijmvlies dik genoeg is.

Als het slijmvlies niet dik genoeg wordt (indien mogelijk) de dosis Progynova® verhoogd: u slikt dan 4 mg 's ochtends (= 2 tabletten van elk 2 mg) en 4 mg voordat u naar bed gaat (= 2 tabletten van elk 2 mg). Na een week wordt opnieuw een echo bij u gedaan.

Als er geen eiblaas (follikel) te zien is en het slijmvlies dik genoeg is zal de plaatsing van het embryo worden afgesproken.

Als er onverhoopt toch een nog kleine eiblaas gegroeid is en het slijmvlies is dik genoeg, dan kan er een hormoon gegeven worden zodat de eisprong opgewekt wordt. De plaatsing wordt dan afgestemd op de dag van de eisprong.

## Hoe spreekt u de embryoplaatsing af?

### Vorbereiding slijmvlies baarmoeder: start Utrogestan®

De verpleegkundige vertelt u op welke dag u start met Utrogestan®. Deze hormonen gebruikt u in de vorm van vaginale bolletjes in de schede. U brengt drie maal per dag Utrogestan®-bolletjes vaginaal in: 200 mg 's ochtends (= 1 bolletje van 200mg of 2 bolletjes van elk 100 mg), 200 mg 's middags (= 1 bolletje van 200mg of 2 bolletjes van elk 100 mg) en 200 mg voordat u naar bed gaat (= 1 bolletje van 200mg of 2 bolletjes van elk 100 mg). Sommige vrouwen vinden het gemakkelijker om een inbrenghuls te gebruiken. Deze huls kunt u aan uw apotheek vragen. Na het inbrengen smelten de bolletjes door de lichaamstemperatuur. Het is daarom normaal dat u een deel van het medicijn als afscheiding zult verliezen.

Belangrijk: als u start met Utrogestan®, gaat u door met het slikken van Progynova®-tabletten in dezelfde dosering.

*Er zijn 2 varianten van Utrogestan® bij apotheken op voorraad: 100 mg en 200 mg. N.B. In de bijsluiters staat dat u Utrogestan® 100mg moet slikken, maar dat is voor IVF niet juist. De bolletjes werken ook goed als ze vaginaal worden ingebracht. Een aantal van de bijwerkingen genoemd in de bijsluiters van de Utrogestan® zijn voornamelijk niet van toepassing op kortdurend gebruik van dit middel. U hoeft hierover niet met ons contact op te nemen. In de bijsluiters van Utrogestan® 200mg is de vaginale route beschreven.*

### Wanneer wordt de cryo-cyclus afgebroken of gaat de plaatsing niet door?

Als er in de eierstokken een eiblaas te zien is en de plaatsing komt in het weekend uit.

Als het slijmvlies niet dik genoeg wordt.

Als de embryo's niet goed ontdooien. U wordt dan door de verpleegkundige op de dag van de embryoplaatsing gebeld.

### Wat moet u doen voorafgaand aan de embryoplaatsing?

Voorafgaand aan de embryoplaatsing zijn dezelfde voorschriften van toepassing als bij de eicelpunctie:

## Thuis

#### • Hygiëne vrouw

U doucht of wast zich 's ochtends met zeep voordat u naar het CVV komt. Inwendig wast u niet omdat u Utrogestan® er dan uit zou wassen. U spuit geen parfum, eau de toilette of deodorant met parfum op. Dit is belangrijk voor de luchtkwaliteit ten tijde van de embryoplaatsing. U rookt die ochtend niet, ook niet als u nog niet in het CVV bent.

#### • Hygiëne partner (indien van toepassing)

Voor uw partner gelden dezelfde hygiëne-eisen: geen parfum, eau de toilette, aftershave of deodorant met parfum. Uw partner rookt die ochtend niet, ook niet als hij/zij nog niet in het CVV is.

#### • Dieet

Er zijn geen dieetbeperkingen.

## CVV

- U komt op het afgesproken tijdstip in het CVV aan en meldt u met uw Amsterdam UMC-patiëntenpas bij de balie.

- U gaat niet naar het toilet om te plassen, tenzij anders met u is afgesproken. Uw blaas is dus redelijk gevuld, waardoor de embryoplaatsing makkelijker verloopt.

De baliemedewerkster haalt u en uw partner (indien van toepassing) op uit de wachtkamer. In de kleedkamer kleedt u zich om zoals bij de eicelpunctie. Hierna neemt u plaats in de rustkamer. De verpleegkundige haalt u daar op. U krijgt geen verdovingsmiddel.

## **Hoe vindt de embryoplaatsing plaats?**

De embryoplaatsing in een cryo-cyclus verloopt hetzelfde als na een embryoplaatsing na een eicelpunctie. Na de embryoplaatsing gaat u door met Progynova® en Utrogestan® in dezelfde dosering. Ook als u bloedverlies heeft, gaat u door met de medicijnen. Utrogestan® kan u lichamelijk tekenen geven van een zwangerschap, zoals gespannen borsten en uitblijven van de menstruatie. In geval van een goede zwangerschap gaat u door met de medicijnen tot in de derde maand van de zwangerschap. In 3 dagen bouwt u de medicijnen af. Zie hiervoor het cryo-cyclus formulier (bijlage pagina 5).

## **Vragen**

Heeft u nog vragen en/of opmerkingen, dan kunt u contact opnemen met het Centrum voor Voortplantingsgeneeskunde via “Mijn Dossier”. Heeft u geen computer/laptop of smartphone, dan kunt u ons bellen, tel. 020-5664287 (tijdens werkdagen tussen 9.00 en 11.00 uur en 14.00 en 16.00 uur). Vermeld altijd uw (meisjes)naam, initialen, patiëntnummer en geboortedatum.

## Cryo-cyclus formulier

(indien u geen “Mijn Dossier” heeft, s.v.p. bij elk bezoek meenemen)

- De eerste dag van de menstruatie was: .....-.....-..... (= cyclusdag 1)
- Op cyclusdag 1 start u met het slikken van Progynova®. Controleer of u tabletten van 2 milligram (mg) heeft. Soms krijgt u tabletten van 1 mg van de apotheek. Controleer altijd hoeveel milligram (mg) u moet gebruiken en hoeveel tabletten u dan moet slikken.

Cyclusdag 1 t/m dag 12	's ochtends	Progynova®: .... mg
	's middags	Progynova®: .... mg
	's avonds	Progynova®: .... mg

- Echo afspraak op cyclusdag 12: .....-.....-..... om ..... uur
- Als het baarmoederslijmvlies niet dik genoeg is moet u indien mogelijk de dosis Progynova® verhogen

Cyclusdag 12 t/m dag ..	's ochtends	Progynova®: .... mg
	's middags	Progynova®: .... mg
	's avonds	Progynova®: .... mg

- Indien van toepassing: echo afspraak op: .....-.....-..... om ..... uur
- Start Utrogestan® op .....-.....-.....; u gaat door het slikken van Progynova® in dezelfde dosering.

Van start Utrogestan t/m de zwangerschapstest	's ochtends	Progynova®: .... mg + Utrogestan®: 200 mg vaginaal
	's middags	Progynova®: .... mg + Utrogestan®: 200 mg vaginaal
	Voor het naar bed gaan	Progynova®: .... mg + Utrogestan®: 200 mg vaginaal

- De embryo-plaatsing is op .....-.....-..... om ..... uur.
- Zwangerschapstest op .....-.....-.....
  - Indien u niet zwanger bent stopt u met alle medicijnen
  - Als u zwanger bent dan gaat u door met Progynova® en Utrogestan® zoals de voorgaande 3 weken. Er wordt een afspraak voor een echo gemaakt bij 7-8 weken zwangerschapsduur. In geval van een goede zwangerschap gaat u door met de medicijnen tot in de derde maand van de zwangerschap. In 3 dagen bouwt u de medicijnen af, zie hiervoor het volgende schema:

Van 11 <sup>1/7</sup> weken .....-..... t/m 11 <sup>3/7</sup> weken .....-.....	's ochtends	's middags	's avonds
	Progynova®: .... mg Utrogestan®: 200 mg	stop	stop
Vanaf 11 <sup>4/7</sup> weken .....-.....	Stop	Stop	stop