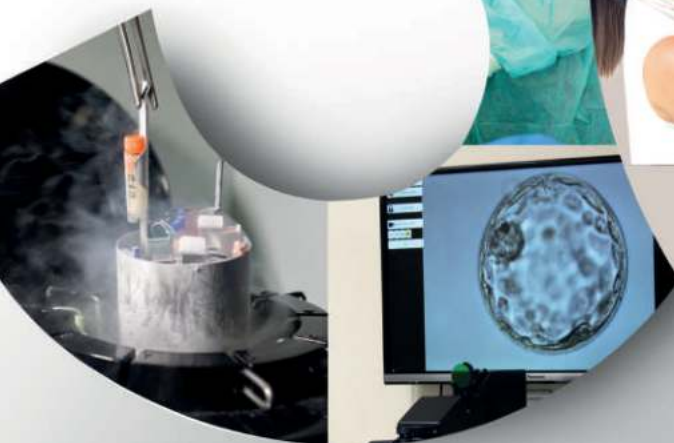




## МЕРЕЙТОЙЛЫҚ ШЫҒАРЫЛЫМ



**Бет 4** «Арман неден басталады?»  
Тамара Мұфтахқызының сұхбаты

**Бет 11** «Үш бірдей керемет:  
Наталья Рештоның ана жолы»

**Бет 15** «Махаббат пен ғылымның күші:  
IRM Clinic-тің алғашқы егіздерінің бірі – 18 жаста»

**Бет 18** «Алеся Ли:  
табиғат дәлелдеген ғылым жеңісі»



**ҰРПАҚ ЖАЛФАСТЫРАТЫН ЖАСТАҒЫ  
НАУҚАСТАРДЫ ҚОРЕКТІК ҚОЛДАУ  
НУТРИЕНТНАЯ ПОДДЕРЖКА ЗДОРОВЬЯ ЖЕНЩИН  
РЕПРОДУКТИВНОГО ВОЗРАСТА**



Реклама

- Фолат 400 мкг «Метафолин»
- Железо 27 мг в ферментированной культуре Коджи
- Тройная Омега-3 950 мг ЭПК и ДГК
- Легкодоступное железо Джентл Айрон
- Витамин D3 600 МЕ
- Йод из бурых водорослей и йодида калия

**ООО «СОЛГАР Витамин»**



+7 (727) 311 14 44 | www.solgar.kz | SolgarKazakhstan | Solgar.kz

Қарсы көрсетілмдері бар. Қолданар алдында маманмен кеңесу керек.

Имеются противопоказания. Перед применением необходимо проконсультироваться со специалистом.

ББК, ДӘРІЛІК ЗАТ БОЛЫП ТАБЫЛМАЙДЫ  
БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



**Құрметті достар,  
біздің үлкен IRM  
отбасымыз!**

Журналдың бұл шығарылымы ерекше – біз 30 жылдық мерейтойымызды атап өтеміз! Бұл бес маманнан құралған шағын зертханадан жетекші Репродуктивтік медицина ғылыми-зерттеу институтына дейінгі жолымызды көрсететін маңызды күн. Бүгінгі таңда бұл жерде адамдарға бақытты ата-ана атануға көмектесетін үздік мамандар жұмыс істейді.

30 жыл бұрын біз серпіліс жасадық – 1995 жылы біздің клиникада Қазақстанда алғаш рет ЭКО процедурасы өткізілді. Бұл ел медицинасы үшін тарихи оқиға болды. Содан бері біздің командамыздың күш-жігерінің арқасында 30 000-нан астам бала дүниеге келді. Әр санның артында қиындықтарды жеңу, үміт пен жеңіс тарихы жатыр. IRM – кәсіпқойлықтың, қамқорлық пен өз ісіне деген адалдықтың символы.

Біз алға ұмтыламыз. Біздің орталықтар озық технологиялармен жабдықталған, ал дәрігерлер мен эмбриологтар әлемнің жетекші сарапшыларынан білім алуда. Біз аса күрделі міндеттерді шешеміз: мүмкін нәрсенің әрқашан шындыққа айналатынын дәлелдейміз. Күн сайын біз ең бастысы – отбасылардың бақыты үшін жұмыс істейміз.

Кез келген жетістік адамдарға байланысты. Мен біздің командамызға – дәрігерлерге, эмбриологтарға, медбикелерге, барлық қызметкерлерге үлкен алғысымды білдіргім келеді. Сіздердің еңбектеріңіз –мыңдаған отбасына жаңа өмір сыйлап жатқан керемет күш. Пациенттерімізге сенімдері үшін рахмет – бізге Қазақстанның түкпір-түкпірінен және әлемнің 50 елінен адамдар келеді. Осы жолда бізге қолдау көрсететін серіктерімізге ерекше алғыс айтамыз!

Мерейлі жылымыз көктемде – бәрі жаңарып, үміт оты жанған кезде басталатыны бекер емес. Сіздерді Халықаралық әйелдер күнімен және Наурыз мерекесімен құттықтаймыз! Бұл көктем сізге үйлесімділік, қуаныш пен бақыт әкелсін! Әр үйде баланың сықылықтаған күлкісі естілсін, ал армандарыңыз орындала берсін.

2025 жыл – жаңа мүмкіндіктер жылы. Ол біздің жыл. Әрекет етіңіз, жақсылыққа ұмтылыңыз, жоспарыңызды жүзеге асырыңыз! IRM арманыңызға қарай алғашқы қадам жасауға көмектесу үшін әрқашан жаныңызда.

Құрметпен,  
**Тамара Мұфтахқызы Жүсібалиева**  
**IRM Clinic бас директоры**

## Арман неден басталады?

Репродуктивтік медицина институтының директоры Тамара Мұфтахқызы Жүсібалиеваның пікірінше, **ол отбасыларды бақытты етуге деген ұмтылыстан басталады.**



– Сәлеметсіз бе, құрметті Тамара Мұфтахқызы! РМИ-дің 30 жылдық мерейтойы – қорытынды жасайтын кезең. Сіз ұзақ әрі оңай емес жолдан өттіңіз, әлі де сол жолмен келе жатырсыз. Оның неден басталғанын еске түсірейікші.

– Институтты бітірген соң Акушерлік және гинекология институтына жұмысқа орналастым, сол жерде бедеулік мәселесімен айналыса бастадым. Өкінішке қарай, сол уақытта экстракорпоралдық ұрықтандыру (ЭКҰ) әлі қиял-ғажайып нәрсе еді. Біз көптеген пациенттерге ата-ана болуға көмектесе алмадық және бұл туралы оларға ашық айтатынбыз. Олар үшін жалғыз жол – бала асырап алу еді. Дәл сол кезде менде отбасыларға ата-ана бақытына жетуге көмектесу деген арман пайда болды.

1981 жылы Алматы қаласының Бас акушер-гинекологы болып тағайындалдым. Қаланың денсаулық сақтау басқармасындағы жұмыс жаңа идеяларды жүзеге асыруға мол мүмкіндік берді – біз бедеулікті заманауи әдістермен, жаңадан ұйымдастырылған жұмыс негізінде емдеу керек екенін түсіндік. Әр әйелдер консультациясында бедеулікке арналған арнайы кабинеттер аша бастадық, ал 1987 жылы Қазақстанда бедеулік мәселесімен айналысатын алғашқы мамандандырылған медициналық мекемені құру туралы шешім қабылданды. Ол мекеме – Адам репродукциясы орталығы, оны басқару маған жүктелді. Бұл елдегі қосалқы репродуктивтік технологияларды (ҚРТ) енгізудің алғашқы қадамы болды. Осылайша, бедеуліктен зардап шегетін ерлі-зайыптыларға жоғары маманданды-

рылған көмек көрсететін заманауи медициналық мекеме құру бағытында ауқымды жұмыс басталды.

– Кейін не болды?

– Біз әрі қарай дамуымыз керек еді.

Сол жылдары шетелде және Ресейдің жетекші орталықтарында қосалқы репродуктивтік технологиялар сәтті енгізіліп жатты. Біз ресейлік әріптестерімізбен және басқа елдердің мамандарымен байланыс орнатып, Алматыдағы Адам репродукциясы қалалық орталығында алғашқы ЭКҰ зертханасын ашуға дайындала бастадық.

Біздің жолымызда Ресейдің танымал профессорлары Валерий Мстиславович Здановский және Санкт-Петербургтен А. Н. Никитин кездескені шешуші сәт болды. Клиникамызға келген әріптестер бұнда ЭКҰ зертханасын ұйымдастыру мүмкіндігі барына сенім білдірді, ал В. М. Здановский өз командасымен зертхананың жұмысын жолға қоюға және қызметкерлерді оқытуға келісті. Осылайша, 1995 жылы Қазақстанда ЭКҰ-ның негізін қалаған энтузиастар тобы қалыптасты. Олардың қатарында эмбриологтар Салтанат Байқошқарова, Мархабат



Батырханов, репродуктологтар Вадим Полумисков, Татьяна Рубашкина және Людмила Беделбаева.

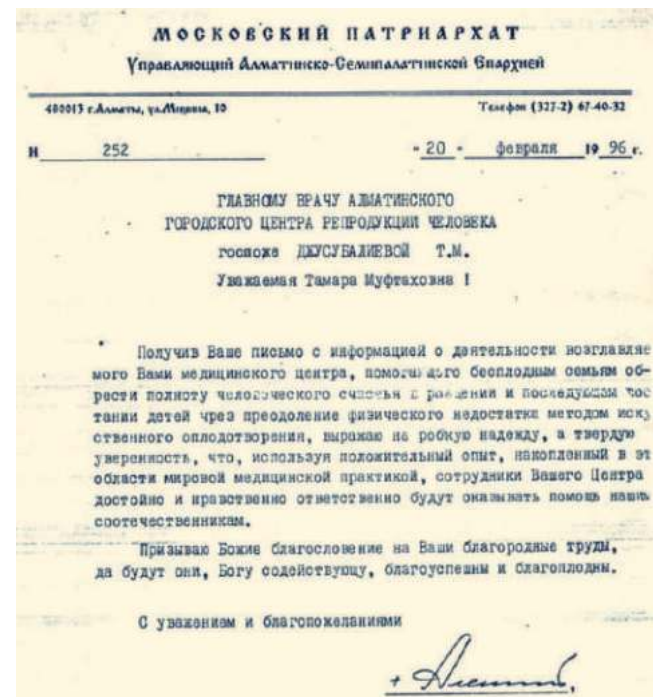
1995 жылдың 5 қазаны Қазақстанда алғашқы ЭКҰ зертханасы ашылған күн. Профессор Здановский мен әйгілі ресейлік эмбриолог Хилькевич Людмила Викторовна қазақстандық мамандармен бірге біздің орталықта алғашқы бағдарламаларды жүзеге асыра бастады. ЭКО зертханасы қазіргі түсінікпен қарағанда айтарлықтай жетілдірілмеген және стандарттарға сай болмаса да, алғашқы жүктілік тез арада тіркелді. Жүктілік асқынусыз өтті және кесарь тілігі арқылы салмағы 2 кг 800 г қыз бала дүниеге келді. Бұл біз үшін үлкен қуаныш болды. Ең бастысы – біз ӨЗІМІЗГЕ сендік.

Бұл жылдар қиын болса да, табысты болып шықты. Қалыптасудың алғашқы жылдары оңай болған жоқ, БАҚ-та «Құдайдың ісіне араласуға болмайды» деген мақалалар жариялана бастады. Бұл прессингтің нәтижесінде Алматы мен Семей Архиепископы Алексейге барып, осы мәселеге қатысты пікірін сұрауға мәжбүр болдым. Архиепископ бүкіл ақпарат пен дәлелдермен танысып, ЭКҰ арқылы отбасыларға бақыт сыйлау – этикалық әрі игі іс деген пікір білдірген хатын дайындады: *«Құрметті Тамара Мұфтахқызы. Сіздің хатыңызды және бедеу отбасыларға ұрықтандыру арқылы дене кемістігін жеңіп, бала туу мен одан кейінгі тәрбиеде адам бақытын табуға көмектесетін, өзіңіз басқаратын медициналық орталықтың қызметі туралы ақпарат алғанымнан кейін, медициналық орталығыңыздың қызметкерлері осы салада әлемдік медициналық практикада жинақталған оң тәжірибені пайдалана отырып, барлық отандастарымызға лайықты деңгейде, адамгершілікпен және жауапкершілікпен көмек көрсететініне жай ғана үміттенбей, кәміл сенетінімді*

бiлдiремiн. Мен асыл еңбектерiңiздi Құдай жарылқасын деп сұраймын, еңбегiңiз Құдайға жағатын, нәтижелi және рақымды болсын. Құрметпен және iзгi тiлекпен, *Алексий, Алматы мен Семей архиепископы*».

БАҚ-та жарияланған осындай батадан кейiн бiзге деген қарсылықтар тоқтады, бұл рухымызды көтерiп, әрi қарай дамуға қуат бердi. Ешбiр қиындыққа қарамастан, бiз әлемдегi ҚРТ саласындағы барлық жаңа нәрселердi жылдам қарқынмен енгiзе бастадық. Бүгiнде ЭҚҰ зертханасы 5 маманнан тұратын шағын бөлiмшеден 500-ден астам қызметкерi бар ғылыми-практикалық Репродуктивтiк медицина институтына айналды және Қазақстандағы ҚРТ саласының көшбасшысы атанды. РМИ-дiң негiзгi тұлғалары – сол баяғы 90-жылдардың ортасында iргесiн қалағандар.

Қазақстандағы қосалқы репродуктивтiк технологиялар (ҚРТ) тарихы бiзден басталған болатын. Қиындығымыз көп болса да, бiз үшiн бұл жылдар бақытты болды.



**– Осы жылдар iшiнде қандай жаңалықтарыңыз немесе жетiстiктерiңiз болды?**

– РМИ-дiң ең жоғары жетiстiктерiнiң бiрi деп онкологиялық науқастардың репродуктивтi функциясын сақтау үшiн жапондық аналық без тiнiн криоконсервациялау әдiсiн енгiзудi санауға болады. Бұл әдiс химиотерапия және сәулелiк терапиядан кейiн науқастарға өз балаларын дүниеге әкелуге мүмкiндiк бередi. 2016 жыл ИРМ үшiн тағы бiр маңызды оқиғамен ерекшелендi – заманауи молекулалық генетиканың инновациялық әдiсi – салыстырмалы геномдық гибридизация (CGH) енгiзiлдi. Бұл әдiс адам геномын толық зерттеуге, барлық 23 жұп хромосоманы талдауға мүмкiндiк бередi. Заманауи жоғары технологиялық жабдық қалыпты хромосомалар жиынтығы бар аса перспективалы эмбрионды таңдауға мүмкiндiк бередi, бұл генетикалық аурулары бар баланың дүниеге келуiне жол бермейдi және бағдарламаның оң нәтижесi мен денi сау баланың дүниеге келу мүмкiндiгiн айтарлықтай арттырады. Дәригерлердiң тәжiрибесi мен кәсiбилiгiнiң арқасында, тұрақты түрде ең озық жоғары технологиялық жабдықты енгiзудiң, сондай-ақ ғылыми технологиялардың арқасында РМИ-дегi пациенттердiң бедеулiгiн емдеу деңгейi үзiк әлемдiк клиникалардың көрсеткiштерiнен кем түспейдi. 30 жылдық жұмысымыздың нәтижесiнде 30 000-нан астам бала – Қазақстан Республикасының жаңа азаматтары дүниеге келдi! Соңғы жылдары бiздiң орталықтың қызметтерiне сұраныс артуда, «медициналық туризм» дамуда, оған жақын және алыс шетелдерден адамдар келедi. Пациенттердiң ең көбi таяу шет елдерден келедi. Бұл Қырғызстан, Тәжiкстан, Өзбекстан және Ресей. Бiрақ соңғы жылдары алыс шет елдерден – Германия,

Түркия Италия, Қытай және АҚШ-тан пациенттер ағымы өстi. Бiрақ шетелдiктер үшiн ең бастысы – нәтиже, клиниканың аккредитациядан өткен жоғары санаты, заманауи жабдықтармен қамтамасыз етiлуi және дәригерлердiң жоғары кәсiбилiгi. Бүгiнгi таңда пациенттерiмiзге ҚРТ саласындағы барлық дерлiк заманауи әдiстер қолжетiмдi. 2014 жылдан бастап андрологтарымыз Қазақстанда алғаш рет ерлер бедеулiгiнiң ауыр түрлерiн микрохирургиялық әдiспен емдей бастады. Бұл – репродуктивтiк медицина саласындағы нағыз серпiлiс болды. Бұрын мұндай жағдайларда донорлық материал қолданылатын, ал ендi ер адам өз ұрығын пайдаланып, әке атану мүмкiндiгiне ие болды.

Шындап келгенде, РМИ тек клиника ғана емес, сонымен қатар медициналық ЖОО студенттерi мен курсанттары үшiн оқу базасы болып табылады. Орталық дәригерлерi бүгiнде бiлiктiлiктi арттыру курстарында оқытушы-тәлiмгер рөлiн атқарады. Ол үшiн олар өз кәсiби шеберлiктерiн үнемі жетiлдiрiп, әлемнiң үзiк клиникаларында оқып, тәжiрибе жинақтайды. Бiздiң ұжымда ғалымдар, ғылым докторлары мен кандидаттары жұмыс iстейдi. Профессор Құдайбергенов Т.К. басқаратын ғылыми кеңесте репродуктология саласындағы ең өзектi мәселелер талқыланады. Бiздiң базамызда генетика және эмбриология бойынша магистранттар бiлiм алады.

**– РМИ уақыт талабына қалай iлесiп келедi? Шынында да, көптеген көрсеткiштер бойынша бiздiң жетiстiктерiмiз дәстүрлi медициналық көшбасшы елдерден кем түспейдi, кейде олардан да жоғары емес пе?**

– Бiз заманнан қалыспай, жетекшi елдерден артта қалмайтындай жұмыс

iстеуiмiз тиiс. РМИ-де халықаралық конференцияларға, семинарларға және мастер-кластарға қатысу арқылы үнемі бiлiктiлiгiн арттырып тұратын жоғары бiлiктi мамандар жұмыс iстейдi. Қазақстандағы ҚРТ негiзiн қалаушылар бiздiң жетекшi мамандарымыздың есiмдерi – Полумисков В.Е., Баделбаева Л.А., Тұмарбеков М.К., Жолдасов Р.А., Айтқожина Л.К., Тайбағарова Ж.Б – бiздiң елден тыс жерлерде де танымал.

**– Сiз 30 жылдан берi ИРМ-дi басқарып келесiз. Бұдан бөлек қоғамдық жұмыспен де айналысасыз. Бұл сiз үшiн не болып табылады – iшкi қажеттiлiк пе, әлде өмiрлiк қажеттiлiк пе?**

– Қоғамдық жұмыспен айналысу қажет болды. Бүгiнгi таңда бұл әр түрлi типтегi қоғамдық жұмыс: Парламентпен, БҰҰ бағдарламаларымен ынтымақтастық, қайырымдылық, әйелдер денсаулығы саласындағы оқыту және бiлiм беру қызметi.

2010 жылы РМИ Репродуктивтiк медицина институтында «Неке (ерлi-зайыптылық) және отбасы туралы» заңына суррогат ана туралы мәселенi талқылау және енгiзу бойынша ҚР Парламентi Мәжiлiсiнiң көшпелi отырысы шын мәнiнде тарихи оқиғаға айналды. Сiздiң алдыңызда Неке (ерлi-зайыптылық) және отбасы туралы Кодекс жатыр, онда бақандай бiр тарау суррогат анаға арналған. Мен Астанаға Парламентке шақырылып, парламентшiлерге сол кездегi заң жобасымен жұмыс iстеу қажеттiгiн түсiндiрген болатынмын.

Кейбiреулер суррогат аналыққа қарсы болды. Маған екi-үш рет барып, сөз сөйлеуге тура келдi: «Мынадай жағдай болуы мүмкiн, мысалы, әйел адам жүрегi ауыратындықтан бала туа алмайды, бiрақ бала

сүйгісі келеді. Сол кезде ол баланы көтеріп беретін суррогат ананы таңдайды, ол құрбысы, әпкесі болуы мүмкін немесе дені сау және өзінің қаржылық жағдайын жақсартқысы келетін жай ғана бейтаныс әйел болуы мүмкін». Заң жобасын алға жылжыту өте қиын болды. Біз не істедік? Біз осы жерге парламентшілер ішінен 20 адамды шақырдық. Оларға зертхананы көрсетіп, бүкіл технологияны айтып, ерлі-зайыптылар мен олардың суррогат аналарын, тіпті дүниеге келген балалар мен бақытты ата-аналарды шақырған кезде, көптеген сұрақтар өздігінен жойылды. Бұл 2011 жылы болған еді.

Заңға 2011 жылдың 26 желтоқсанында қол қойылды. Бұл әлемдегі ең прогрессивті заңнамалардың бірі, өйткені ол суррогат аналарды да, генетикалық ата-аналарды да қорғайды, ең бастысы – баланың отбасында өмір сүру құқығын қорғайды.

#### – Өсіп келе жатқан бедеулік тек Қазақстанның проблемасы ма?

– Жоқ! Дүние жүзінде орташа есеппен 18-20% жұп бедеулікке тап болады, ал барлық жерде алғашқы босанудың «қартаю» құбылысы орын алып жатыр. 30 жыл бұрын Қазақстанда алғаш босану 23 жаста, қазір – 27-де, басқа елдерде – 35-те

болып жатыр. Көбісі ана болуды әбден кейінге қалдырады, бірақ жасы ұлғайған сайын бала көтеру ықтималдығы азаяды. 40+ жастан кейін сау аналық жасушаны табу үшін бірнеше ЭКО бағдарламасын жасау керек. Бірақ соған қарамастан, біз соны жасаймыз және 43 жаста да, 44 жаста да жүктілік болады. Егер аналық жасушаларда хромосомалық өзгерістер бар болса және ЭКО пайдасыз болса, біз жас әйелден донор ұсынамыз. Көбінесе – генетикалық көрініс бірдей болуы үшін туған кіші әпкесінен аламыз. Және де бұл дұрыс, өйткені баланың анасы болып, Құдайдың заңымен бала көтеріп, босанған және емізген әйел саналады.

Біз де сонымен қатар эмбрион донорлығы деген танымал бола бастаған бағдарлама да бар. Айталық, біз әйелге ЭКО жасадық, ол бір не екі бала туды, ал оның үш эмбрионы қалды. Ол жасына байланысты енді босанбайтынын, сондықтан оны бедеу жұпқа беруге келісетінін айтады. Бізге ана болуды кейінге шегіндіріп қалдыра берген, ал балалы болғысы келген кезде, кеш болып кеткен, овариалды қоры қалмаған, бірақ аналық инстинкті ояңған жалғызбасты әйелдер келеді. Бұндай жағдайларда біз донорлық эмбриондарды ұсынамыз. Олар аңсаған балаларын дүниеге әкелгенде, мен тіпті толыққан-



ды ерлі-зайыптылардың арасынан одан асқан бақытты әйелдерді көрмеппін. Ең қызығы, балалар кімнің құрсағында дамыса, соған ұқсайды, ал егер ол әйелдің күйеуі бар болса, генетикалық туған емес эмбрионнан дамыған бала соған ұқсап туады. Мен оны тек Алла тағаланың батасы деп айта аламын. Қазақтар айтқандай, Құдай берген бала. Яғни, егер Құдай қаласа, ол саған перзентті ЭКО арқылы да береді.

Туу деңгейінің төмендеуі және кеш ана болу феноменіне қайта оралсақ, мен мынаны атап өткім келеді: Еуропа қазір депопуляцияға бет алды, онда туу коэффициенті бір отбасыға шаққанда 2,1 баладан төмендеп кетті.

Қазақстанда бұл көрсеткіш әлі де жоғары – 2,9, бірақ үш жыл бұрын 3,2 болғанын ескерсек, бізде де төмендеу үрдісі байқалады.

Бұл құбылыстың себептерінің бірі «Кейінге қалдырылған аналық» деп аталады. Өкінішке қарай, бізде 40-тан асқан, тіпті 42 және одан да жоғары жастағы аналардың проценті өсті. Бұл бүкіл әлемді алаңдататын жайт. Бірақ мен әрқашан әр нәрсенің өз уақыты бар екенін айтамын және әйелдерге сыртқы көмексіз бала көтеруге болатын кезде, яғни 35 жасқа дейін репродуктивтік қызметін орындауға кеңес беремін. Бірақ, өкінішке қарай, қазіргі заманғы әйел кәсіби тұрғыда ма-

ман болмайынша, мансап құрмайынша, яғни әлеуметтеніп алмайынша, жүктілікті жоспарламайды және бала көтеруді тек 40-42 жаста ғана ұйғарады. Әлеуметтенуді өте маңызды санайтын осындай әйелдер үшін біз жас аналық жасушаларын әлеуметтік криоконсервациялау немесе мұздатып қоюға кеңес береміз.

#### Әлеуметтік криоконсервациялау

– Осы жөнінде толығырақ айта кетесіз бе? Қазақстанда бұл технология қай кезден бастап қолданылып келеді?

– Біз бұл туралы соңғы 10 жыл бойы айтып келеміз. Бірақ адамдар оны соңғы екі-үш жылда ғана түсіне бастады, дегенмен, алдымен белгіленген мақсаттарға қол жеткізіп, содан кейін балалы болуды жоспарлайтын Еуропа елдерінде әлеуметтік криоконсервациялау бұрыннан бері өте танымал. Бірақ қазір бізге де көптеген әйелдер аналық жасушаларын мұздату үшін келеді, өйткені жақын арада ол отбасын құруды жоспарламайды: ол докторантурада жүр немесе күйеуге шығатындай адамы жоқ. Әр түрлі тексерулер тізімі мен бірқатар медициналық ынталандырудан кейін біз оның аналық жасушаларын алып (әдетте кем дегенде 15 дана), әйел бала көтеремін дегенше мұздатып қоямыз. Егер 5 жылдан кейін ол күйеуге шықса, бірақ жүкті бола алмаса, онда оның мұздатылған биоматериалы көмекке келеді де, ЭКО процедурасы өзінің аналық жасушаларымен жүзеге асырылады да, әйел өзінің генетикалық баласын дүниеге әкеледі. Бізде мынадай жағдай болды: 35 жастағы әйел күйеуге шыға алмаған жағдайға аналық жасушаларын мұздатқан еді. Бірақ 37 жаста ол отбасылы болып, бірінен соң бірін екі бала туды. Бізге аналық жасушаларын сақтау



үшін кезекті төлемін жасауға келгенде (айтпақшы, ол айына 3 мың теңге тұрады), мен оларды кәдеге жаратуды ұсындым, бірақ ол сақтық үшін жата берсін деп айтты. Мүмкін, 5 жылдан кейін ол тағы бала туғысы келетін шығар. Ол менопаузасы басталып кетсе де, осы аналық жасушалардың арқасында өзінің генетикалық балаларын дүниеге әкелетінін біледі.

Бірақ, қайталап айтамын, аналық жасушаларды 35 жасқа дейін мұздатуға үлгеру керек. Егер кейінірек болса, онда олар азайып, көп жағдайда генетикалық патологиялары бар болады. 38 жастағы әйелдер де оларды мұздатып жатады, бірақ ондайда басқа генетикалық зерттеулер жасауға тура келеді.

Қалай болғанда да, жағдайдан шығар жол бар, сол үшін біз әр отбасында дені сау бала туу үшін қажымай жұмыс істеп келеміз.

РМИ-дің 30 жылдық мерейтойына орай біз бедеулікті емдеуде озық технологиялар мен жасанды интеллектті пайдаланатын Репродуктивтік медицина институтының «ИРМ АСТАНА» атты жаңа, заманауи клиникасын аштық.

Бұл бірегей инвестициялық жоба заманауи талаптар мен әлемдік сапа стандарттарына сәйкес келеді. Клиникада экстракорпоралды ұрықтандыруды (ЭКҰ), хирургиялық және микрохирургиялық әдістерді, сау баланы туу мақсатында эмбриондарды генетикалық зерттеуді қоса алғанда, әйелдер мен ерлер бедеулігінің ауыр түрлерін жоғары технологиялық емдеу қолданылады.

Біздің клиникамыз Қазақстанның денсаулық сақтау саласын дамытуға өз үлесін қосып, көптеген отбасыларға ата-ана бақытына қол жеткізуге көмектеседі деген сенімдеміз.

**– Әңгімеміздің соңында қояр сұрағым – Сіздің өмірлік ұстанымыңыз қандай?**

– Менің әрдайым есімде ұстайтын сөзім бар – «Ешнәрсеге тәуекел етпеген адам, шын мәнінде бәрін жоғалтады». Қазақстанда алғашқы ЭКҰ орталығын ашқан кезде біз тәуекелге бардық. Бірақ ол өз жемісін берді. Алынатын нәтиже алтыннан да қымбат! Қазір біздің РМИ және ЭКҰ орталығы Денсаулық сақтау министрлігінің аккредиттеу комиссиясының нәтижелері бойынша көрсетілетін қызметтердің сапасы, пациенттердің нәтижесі мен қауіпсіздігі бойынша жоғары сапатқа ие болды.

**Құрметті оқырмандар, дендеріңіз сау болсын! Сонда ғана әр күніңіз сіздерге қуаныш пен рахат сезімін әкеледі, ал болашақта жанұяңыздың өніп-өсуі нағыз мерекеге айналады.**

**Құрметті Тамара Мұфтахқызы, Сізді мерейлі күнмен шын жүректен құттықтаймыз. Сізге мол бақыт, зор денсаулық және игі істеріңізге табыс тілейміз!**

Бірде мені бір әйел дауыстап шақырды. Оған қараған сәтте өз көзіме сене алмадым – бұл біздің пациентіміз еді. Кезінде біз оған өз баласы болмайтынын айтып, бала асырап алуға кеңес берген едік. Ал енді оның жүкті екенін және қасында шамамен екі жасар ұлының тұрғанын көрдім. Ол біздің кеңесімізге құлақ асып, балалар үйінен сәби асырап алғанын және тура бір жылдан кейін өзі бала көтергенін айтты. Оның көздері бақыттан жайнап тұрды. **Сол сәтте мен балалар – Жаратқанның сыйы екеніне шын сендім.**

## Үш бірдей керемет: Наталья Рештоның ана жолы

2001 жылғы 6 қазан Репродуктивтік медицина институтының пациенті, Қазақстанға ЭКО көмегімен алғашқы болып үшем сыйлаған Наталья Рештоның өмірін мәңгілікке өзгертті. Сол айтулы күні Дарья, София және Анна дүниеге келді. Бұл өз кереметін күтіп жүрген мыңдаған отбасының сынағы, шексіз махаббаты мен үміті туралы әңгіме.



## Жалған нанымды жою

Натальяның ЭКО-үшемі өзі үшін аналық – кез келген стереотип пен жалған нанымды жеңе алатын қабілет екендігінің символына айналды.

«Адамдар оларды түтікшеден шыққан балалар, ондай жолмен ана атану – Құдайға қарсы шығу деді, бірақ мен олардың сөздеріне мән бермей, өзім үшін басты нәрсеге көңіл бөліп жүре бердім. Ана болудан үміт үзген кезімде мен газеттегі ЭКО туралы мақаланы оқып, алдымен бұл қиял деп ойладым, мен мұндай мүмкіндікке сенбедім. Кейін Алматыда ЭКО жасай бастағанын білдім. Мен сол заман үшін жаңа процедураға баруды жөн көрдім, оң нәтижеге аса сенбедім, «Кейіннен жасап көрмегенім-ай деп өкінбейтіндей міндетті түрде жасап көру керек» деген ойда болдым. Бүгін, өткенге көз салсам, бұл нағыз сиқыр мен ғажап болғанын түсінемін», – дейді ол.

Наталья біздің елімізде ҚРТ технологияларының дамуы – әйелдер үшін диагноздарына қарамастан балалы болудың және ана бақытын толық сезінудің ерекше мүмкіндігі деп санайды.

## Жүктілік сыйы және баланың дүниеге келуі

Біздің кейіпкеріміз 24 жыл бұрын үшемді болатынын білгенін есіне алады:

«Ұрықты сәтті көшіріп салғаннан кейін мен алғашқы УДЗ-ға келдім, аса ештеңе күтпедім. Дәрігер тексере бастады және алдымен бір жүректің орнына екеуінің соққанын, содан кейін үшіншісінің естілгенін байқап, бүтіндей бір комиссия жинайды. Суретті мұқият зерттегеннен кейін комиссия: «Иә, сізде үшем болады, құттықтаймыз!», – деді. Мен сене алмадым. Бір уақытта қаншама эмоция болды – қорқыныш, таңғалу, қуаныш. Бірақ



мен үшін ең бастысы: көптеген жылдар бойғы үмітсіздіктен кейін бала көтергенім болды».

Натальяның ана болу жолында көрмеген қиындығы жоқ болды. Дәрігерлердің тәулік бойы бақылауымен ол бүкіл жүктілікті Репродуктивтік медицина институтының ауруханасында өткізді, ал босанғанша екі ай бойы «Ана мен бала» орталығында болды.

«Жүктіліктің қиындықтары босанғаннан кейін тез ұмытылды, өйткені нағыз сынақ алда болды – үш қызды өсіріп, тәрбиелеу керек еді. Сондықтан барлық болашақ анаға баланың дүниеге келуін күтіп жүргендегі әрбір бақытты сәттен ләззат алуға кеңес беремін. Бала дүниеге келген соң оның жасына қарамай әрдайым ол үшін уайымдайтын боласыз. Бала жақын не алыс жүргеніне қарамастан, ананың жүрегі әрқашан баласының жанында», – дейді ол.

## Тәрбие құпиялары

Натальяның отбасы жаңалықтан есеңгіреп қалды және әлі күнге дейін таңғалады, бірақ босанғаннан кейінгі алғашқы күндерден бастап-ақ айналасында үшемдерді бағуға қуана ат салысқан әпкелері, тәтелері мен жақындары болды.

«Егер отбасым болмаса, менің шамам келмес еді ме деймін. Әр қадам, әр қиындық қолдау мен жылулыққа айналып отырды, соның арқасында осы жолдан өте алдым», – дейді ол.

Біздің сұхбаттасушымыз үшемдерді тәрбиелеу бір немесе екі баланы тәрбиелеуден еш айырмашылығы жоқ екенін мойындайды:

«Мен ана ретінде оларға эмоционалды, материалдық және физикалық тұрғыдан қолымнан келгеннің бәрін жасадым. Тәрбиеге келетін болсақ, баланың қажеттіліктеріне бейімделу және мінез-құлқын түзету маңызды. Сәті келгенде, балаларға спорт қажет екендігі белгілі болады, сол кезде секция таңдайсың.



Менің жағдайымда үш қыз гимнастикаға барды, содан кейін олардың қалауымен екеуі волейбол командасына, үшіншісі жеңіл атлетикаға кетті. Тура солай білімге де қатысты: бір кезеңде қыздардың біреуі мамандандырылған физика-математика мектебіне ауысқысы келді, ал екеуі жалпы білім беретін мекемеде оқуын жалғастырды. Бүгінгі күнге дейін олардың әрқайсысы жеке тұлға ретінде дамып келеді».

Решто отбасында әрдайым бір-біріне қолдау көрсету керек деп тәрбиелеген.

«Мен үшін оларды жазғы лагерьге немесе жарыстарға жіберу қиын болған жоқ, өйткені мен олардың әрдайым бірге жүріп әрекет ететінін білемін: олар қай жерде болса да, бір-біріне қолдау көрсететін ұйымшыл команда болып қала береді. Оны ерте жастан бастап үйреттік – төбелесуге, ұрсысуға немесе жанжалдасуға болмайды деп тәрбиеледік, өйткені онсыз болмайды. Үйде көйлек бөліскені бөлек нәрсе, ал далада жүргенде бірлік сақтап, бір-біріне арқа сүйер болып жүргені бөлек. Олар осы күнге дейін бір-біріне қолдау көрсетеді», – дейді ол.

## Тұлғаға айналған үшем

Бүгін сүйкімді қыздар 24 жаста.

«Балалар өсті, менің үш құрбым өсті. Мен әлі де олармен достық қарым-қатынаста болуға тырысамын», – деп бөлісті Наталья.

Дарья Новосибирск сәулет университетінің бакалавриатын бітіріп, қазір магистратураға түсуді жоспарлап отыр. Анна медициналық колледжді бітіргеннен кейін подолог мамандығын таңдады. София қонақ үй бизнесімен айналысады. Қыздар үнемі бір-бірімен байланыста және бірге жиналу мүмкіндігі бола қалса, уақыттарын қуана-қуана бірге өткізеді.

## Ана болу даналығы

Егер Натальяның өткен кезге қайтадан оралу мүмкіндігі бар болса, онда ол өзіне тек бір нәрсе – үшемге ана болу ғажабына шамасы жететіндей шыдамдылық пен денсаулық тілер еді. Өйткені, оның ойынша, нағыз бақыт – сүю және сүйікті болу мүмкіндігінде, тағдыр берген өмір сыйында.

Наталья ана болуға дайындалып жатқан барлық әйелге өзін-өзі күтуге кеңес береді, өйткені ананың денсаулығы мықты болса, бала да бақытты болады.

*«Егер тамақ ішпесең, баланы тамақтандыра алмайсың, егер ұйқың қанбаса, оған тиісті көңіл бөле алмайсың да, шаршайсың. Қандай жағдай болмасын, өзіңе-өзің уақыт бөл! Сенің жақсы көңіл-күйің балаға беріледі – ол оны сезеді және түсінеді. Сондықтан өзіңді – өзіңнің рухани, физикалық және эмоци-*

*ялық күйіңді ойла», – деп қорытындылады тәжірибелі ана.*

Балалардың қай сөзі оны қатты толғандырды деген сұраққа Наталья ойланып, былай деді:

*«Бір күні таңымыз жайсыз басталды, біз мектепке асықтық, мен оларды ұрыса бастадым, сосын көлікке отырғызып жібердім, сол кезде мен қандай жаман анамын деген өкініш сезімі болды. Оларға: «Сендер өскенде маған немерелерімді көрсетпейтін шығарсындар, өйткені мен сондай жауызбын», – деп айтқанда, қыздарымың біреуі: «Жоға, анашым, біз оларды саған әкелеміз, сен оларды жақсы адам етіп өсіресің», – деп жауап берген.*

Содан кейін біздің кейіпкеріміз 24 жыл бұрын ең дұрыс шешім қабылдағанын түсінді. Ана болу барлық үмітті ақтайтын, қиындықтарды шексіз бақыт пен балалары үшін мақтанышқа айналдыратын сыйлық болды.



## Махаббат пен ғылымның күші: IRM Clinic-тің алғашқы егіздерінің бірі – 18 жаста

Эдвард пен Лариса Киракосян сәбилерін тоғыз жыл күтті. Олардың тілегі мен шыдамдылығы екі еселенді - 2006 жылдың 6 қарашасында ерлі-зайыптылар егіздердің ата-анасы болды. Бұл күн тек отбасы үшін ғана емес, бүкіл Репродуктивтік Медицина Институты үшін де маңызды: Самвел мен Тигран - ЭКО-дан кейін дүниеге келген алғашқы егіздердің бірі.





## ЭКО – жалғыз мүмкіндік

Репродуктологтарға жүгіну шешімі туралы сөз қозғағанда, Лариса ЭКО алдында ішкі кедергілері болмағанын атап айтады. Ол бұл әдісті ана болудың жалғыз мүмкіндігі ретінде қабылдап, оның сәтті болуы шыдамдылыққа, дәрігерлерге деген сеніміне және табандылыққа байланысты екенін түсінетін.

«Бұл біз үшін мүмкіндік екенін білдік және ешнәрсеге қарамастан мақсатымызға жеттік», – дейді кейіпкеріміз. – Ең алдымен бәрі ойдағыдай болатынына сенуге көмектескен біздің алтын дәрігеріміз Людмила Аркадьевна Бадельбаеваға алғыс айтудан жалықпаймын. Күйеуім екеуіміз бір-бірімізге тілекші болып, қолдау көрсеттік. Біз белгісіздіктен қорықпадық, өйткені біз бұл мәселені алдын ала зерттедік, шыдамдылық танытып, дәрігерлерге сену керектігін түсіндік».

Өз шешіміне сенімді болғанына қарамастан, ЭКО алдында Лариса психологпен кеңесу курсынан өтті. Бұл оған дұрыс басымдық беруге және эмоционалдық балансты сақтауға мүмкіндік берді, сондықтан жүктілік пен босану кезінде психологиялық қиындықтар болмады. Жұбайының қолдауы, дәрігерлердің кәсібилігіне деген сенімділігі және ата-ана болуға деген үлкен ниет оған осы жолдан өтуге көмектесті.

## Арман шындыққа айналды

Тоғыз жыл бойы Лариса мен оның күйеуі армандарына қол жеткізу үшін аянбай тырысты. Осы уақыт ішінде олар он рет ЭКО жасатты. Әрбір сынақ олардың сенімін тек күшейте берді, ең ақырында қаншама күш жұмсап, табысқа да жетті – отбасын-



да көптен күткен егіз дүниеге келді.

«Бастан кешкен әр сәтсіздігіміз бізді күшейте берді», – деп еске алады Лариса. – Ақырында балаларымызды көрген кезде, бүкіл күш-жігеріміз бекер емес екенін түсіндім. Сәбилер өмірінің бірінші жылы қанша қиналсақ та, бұл қиындықтар бақыт сезімімен салыстырғанда түк емес».

Ұлдары дүниеге келгенде Лариса өз бойынан жаңа қасиеттер ашады – ұйымшылдық, жауапкершілік және ана болудың теңдігін түсіну.

«Сонда ғана мен баланы жай туып қана қоймай, оған психологиялық тұрғыдан дайын болудың маңызды екенін түсіндім. Оған қоса ананың адам өміріндегі рөлі қаншалықты үлкен екенін түсіндім. Ана болу – жай ғана мәртебе емес, ол үлкен жауапкершілік және баласын есейгенше жақсы көре білу, қорғау және қолдау қабілеті».

## Ұл тәрбиелеу

Лариса үшін бала тәрбиелеу жаңалық ашудың қайнар көзіне айналды. Шаршағаны мен ұйқысыз түндеріне қарамастан, ұлдарымен өткізген әр минуты қуаныш, бақыт пен махаббат әкелетін.

Киракосян отбасында ең бастысы – өзара түсіністік пен қолдау. Лариса мен Эдуард әрдайым өздері үлгі көрсете отырып, ұлдарына маңызды өмірлік құндылықтарды сіңіруге тырысты.

«Біз балаларға нағыз еркек шешім мен әрекет үшін жауапкершілікті бірінші болып өз мойнына алады деп үйретеміз», – деп түсіндіреді Лариса. – Сондай-ақ біз оларды адалдық, қателіктерді мойындау және бір-бірін қолдау сияқты қасиеттерге баулимыз. Бұл ұрпақтан-ұрпаққа берілетін сабақтар».

Қазір Самвел мен Тигран гимназияның 11-сыныбын бітіріп, ҰБТ-ға дайындалып жүр. Әрқайсының өз қызығушылығы бар: Самвел бағдарламалауды жақсы көреді, ал Тигран спортпен айналысады. Мінездері әр түрлі болғанына қарамастан, олар өте тату және араларында берік отбасылық байланыс бар.

Ларисаның айтуынша, жасөспірімдерді тәрбиелеудегі басты міндет – олардың таңдауын қабылдауға және түсінуге үйрену.

«Мен үшін олардың жақсылық, әділеттілік қағидасын сіңіріп, лайықты мамандыққа ие болғаны, болашақта отбасылық құндылықтары Эдуард екеуіміз үшін маңызды болғандай мықты отбасы құрғандары маңызды», — дейді ол.

Біздің сұхбаттасушымыз тәрбие қағидаларын да атап өтті:

### 1. «Қолыңнан келмейтін нәрсені істеуден қорықпа, әйтпесе ештеңе үйренбейсің»

– бұл қағида оларға үлкендерден берілді, енді олар оны балаларына береді.

### 2. «Қателік – бұл мүмкіндік»

ең бастысы – жаныңда қолдау болғаны, сонда балалар күшті бола алады.

## Болашақ ата-аналарға арналған кеңестер

Лариса Репродуктивтік медицина институтына өзіне ана бақытын сезіндіргені үшін шын жүректен алғыс айтады, ал ата-ана болу жолындағы барша адамға былай кеңес береді:

«Шыдамды болыңыз, тек оң нәтиже туралы ойлаңыз, жағымсыз ойдан аулақ болыңыз және жақындарыңыздың қолдауын бағалаңыз. Барлығы міндетті түрде іске асады!»

Лариса үшін ана болу – күн сайын баға жетпес тәжірибе әкелетін ғажайыптар мен жаңалықтарға толы жол. Оның хикаясы – ЭКО арқылы жүзеге асқан арман өмірді өзгертуге және шынымен бақытты етуге қабілетті екендігінің үлгісі.

## Алеся Ли: табиғат дәлелдеген ғылым жеңісі

Жаңа адамның дүниеге келу тарихы әрқашан ғажайыпқа толы. Бірақ ол оқиғада медицина жетістіктері, болашаққа деген сенім және өмір сыйлауға деген шынайы ниет тоғысқан кезде, ол мыңдаған отбасы үшін үміт символына айналады.

Біздің мақаламыздың кейіпкері – Алеся Ли, Қазақстан тарихында экстракорпоралды ұрықтандырудың арқасында дүниеге келген және табиғи жолмен ана атанған алғашқы әйел. Бұл оқиға оның отбасының жеке жеңісі ғана емес, сонымен қатар IRM тарихындағы және елдің бүкіл репродуктивтік медицинасындағы маңызды қадам болып табылады.

### ЭКО жетістігінің тірі дәлелі

Алеся 1997 жылы дүниеге келді және Қазақстандағы алғашқы ЭКО-балалардың бірі болды. Сол кездері бұл әдіс жаңа еді, сондықтан да көптеген адам үшін қорқыныш пен күмән тудыратын. Қыз өзінің шығу тегінің ерекше тарихы туралы 12 жасында білді:

*«Сол уақытқа дейін анам бұл ақпаратты менен жасырған еді. Мен клиникаға қонақ ретінде бір-екі рет келгенмін. Дәрігерлер менімен жеке танысты. Содан кейін біз ғылыми нанымнан тыс, әдеттегі өмірімізді сүрдік. Мен ерекше әдіспен дүниеге келгенімді білгенде, ерекше бір әсер болмады. Мен жай ғана өмір сүріп жатқаным үшін, барлық бала сияқты болғаным үшін қуанып жүрдім», – дейді біздің сұхбаттасушы.*

Бүгін ол басқаларға шабыт береді деген үмітпен өз оқиғасымен оңай бөліседі: *«Осы уақытқа дейін көптеген адамдар үшін бұл бір аңыз, ерекше нәрсе*

*сияқты, бірақ іс жүзінде бәрі табиғи. Бізде медицинаның өте жақсы хабар тарататыны және отбасыларды, балаларды, бақытты ата-аналарды көрсететіні қуантады. ЭКО – ата-ана болудың кез келген басқа сияқты тәсілі. Осындай әдістің барына Құдайға шүкір және соның арқасында көптеген отбасы балалы болып жатыр».*

*«Менің анам процедурадан өтіп жатқанда, дәрігерлер жүктіліктің ықтималдығы төмен екенін айтыпты. Сондықтан мені ғылымның өнімі, өмірінің соңына дейін медицинаның бақылауында болатын адам деп санауға болады. Сұрақ тек уақытқа байланысты болды – бұл әдіс бірнеше жылдан кейін өзін қалай көрсетер екен?».*

Бірақ жылдар өтіп, ЭКО көмегімен туған балалардың басқалардан еш айырмашылығы жоқ екенін көрсетті: *«Менің өмірімде бәрі жақсы, мен өзім дүниеге бала әкелдім, денсаулығымда кінәрат жоқ, 11 спорт түрімен айналыстым, жаттықтырушымын, адамдармен жұмыс жөніндегі маманмын, жеке брендті дамытуға көмектесемін. Мен ЭКО арқылы дүниеге келген балалардың барлық басқа бала сияқты екенінің дәлелімін. Мүмкін олардан да күшті шығармын, өйткені медицина процедура үшін ең сау эмбриондарды таңдайды ғой».*

### Аңыздарды бұзу

ЭКО пайда болғаннан бері оның айналасында көптеген аңыз-әңгімелер пайда болды. Ең кеңінен таралғаны – балалардың ұрпақтары болмайды. *«Бұл жалған және менің оқиғам бұған дәлел. Мен табиғи жолмен жүкті болдым, басқалар да бола алады», – деп сенеді Алеся.*



Оны аса таң қалдыратын тағы бір аңыз-әңгіме дінге байланысты.

*«ЭКО балаларын «Құдай бермейді» деседі. Бірақ бұндайда тек ұрықталу процесі ғана зертханада өтеді, бұл тек кішкене техникалық бөлігі. Ұрықты дәрігер Сізге мұқият салып береді, ал әрі қарай жүктілік бәрінікі сияқты табиғи түрде өтеді. Ең бастысы – ата-ана болуға деген ұмтылыс. Егер заманауи медицина көмектесе алатын болса, онда неге оны пайдаланбасқа?»*

Алеся осындай стереотиптердің салдарынан анасы қызының болашағы үшін өмір бойы алаңдағанын және қызы ана болу бақытын сезінгенше осы қорқынышпен өмір сүргенін мойындайды.

Алеся мінеушілікке тап болған жоқ, бірақ оғаш сұрақтар жиі қойылатын: *«Кейбіреулері «шынымен сен ЭКО баласысың ба, әлде жалған атақ па?» деп сұрайтын».*

Аса сенбейтіндер күманданатын: «егер ол бір рет өзі бала туған болса, тағы да туа алар ма екен» дегендей. Адамдар кез келген нәрсені ойлап таба береді. Бұл маған әсер етпеді».

### Ұлымның дүниеге келуі

Алеся бала көтергенін білгенде зор бақытқа бөленді.

«Бұл саналы және қалаулы бала еді. Мен ЭКО-ның көмегінсіз жүкті болдым, дәрігерлер қоғамның қажетсіз қысымына жол бермеу үшін оны соңына дейін құпияда сақтауға шешім қабылдады».

Жүктілік бірқалыпты өтті. Ал босану оңай болмады, 2019 жылдың 15 қазанында ұлын алғаш рет қолына алған күн оның өміріндегі ең бақытты күнге айналды.

«Маған тіпті эпидуралдық анестезияны қойып та үлгермеді, бірақ бәріне төзіп шықтым. Балаң табиғи жолмен дүниеге келгенін және барлық қорқыныштар негізсіз екенін түсіну – айрықша сезім», – дейді кейіпкер.



Алеся ұлына бере алатын ең басты нәрсе – жеке тұлға ретінде өзінің құндылығын түсіну екеніне сенімді:

«Әлем және өмір бір орында тұрмайды, мен баламның сыни тұрғыдан ойлағанын және өз өмірін алдын ала жоспарлайтынын қалаймын. Ол өзінің қандай дарыны, дағдылары, икемділігі мен қабілеттері бар екенін нақты түсінгенін қалаймын. Әр түрлі жағдайларда, маңызды болған кезде әр түрлі адамдарға «жоқ» деп айта білуі керек».

### Маңызды миссия туралы

Алеся Репродуктивтік медицина институтында ЭКО бағдарламасынан өтетін әйелдерге арналған тренингтер өткізеді.

«Меніңжанымажақындап, бірғажайыпты ұстап көргісі келетіндер де болады. Әйелдер өздері үшін емес, болашақ балалары үшін қорқады, олардың сау болатынына күмәнданады. Бірақ, мысал ретінде мен ЭКО – табиғаттан тыс нәрсе емес, ата-ана болу жолындағы жай ғана көмекші элемент екенін көрсетемін. Бұл әртүрлі себептермен табиғи жолмен жүкті бола алмайтын әйелдер үшін берілген мүмкіндік».

Көптеген ерлі-зайыптыларға тән нәрсе – қорқыныш пен күмән. Алайда, Алеся сенімсіздік сәтті ұрықтануға кедергі болатынын атап айтады. ЭКО процесі – әйелдің, ер адамның және репродуктологтың үйлесімді тандемі және қатысушылардың бәрі оған психикалық және физикалық тұрғыдан дайын болуы маңызды.

Күмәні барларға біздің кейіпкеріміз, алдымен, психологтармен немесе коучтармен жұмыс істеуге кеңес береді.



ЭКО әрдайым бірінші әрекетте нәтиже бермейтінін түсіну маңызды, бірақ әрбір жаңа цикл ағзаңызды жақсырақ білуге және ұрықтандыру үшін ең қолайлы жағдай жасауға мүмкіндік береді.

Сонымен қатар, бағдарламадан өту барысында сабыр сақтау өте маңызды. Шамадан тыс мазасыздық, ерте кезеңдегі тұрақты сынақтар және қорқыныш нәтижеге теріс әсер етуі мүмкін. Алеся дәрігерлерге сенуге, олардың ұсыныстарын орындауға және күйзелісті азайту үшін әдеттегідей өмір сүруге кеңес береді.

### Репродуктивтік медицинаның жаңа деңгейі

Алеся Қазақстандағы Репродуктивтік медицинаның дамуы соңғы жылдары алға қарай үлкен қадам жасағанын атап өтті. Жақында ғана экстракорпоралды ұрықтандыру аз ғана адамға қолжетімді болды, аз жабдықтары бар шағын кабинеттерде жүргізілді. Бүгінгі таңда бұл мыңдаған отбасыға ата-ана бақытына қол жеткізуге көмектесетін жоғары технологиялық процесс. Онымен қоймай, мемлекет процедураға тегін квоталар беріп, бұл бағытты қолдап келеді, соның

арқасында ол көптеген адамдар үшін қолжетімді.

«Менің ойымша, болашақта репродуктивтік медицинаның дейгейі адамдарға табиғи ұрықтану мен ЭКО арасында саналы таңдау жасауға мүмкіндік береді. Генетиканың мүмкіндіктері ең сау эмбриондарды таңдауға мүмкіндік береді де, сол арқылы күшті және төзімді ұрпақтың дүниеге келуін қамтамасыз етеді. Бүгінгі таңда ЭКО дені сау балалардың дүниеге келуіне мүмкіндік береді, бірақ уақыт өте келе геном саласындағы зерттеулердің арқасында процесс жаңа деңгейге көтерілуі мүмкін», – деп ойлайды келіншек.

### Өмір философиясы

Біздің кейіпкеріміз үшін өмірдің басты қағидасы: «Қолыңнан келгенін, қолыңдағы барыңмен, жүрген жеріңде жаса. Барлық ресурсыңды барынша пайдалан, сонда нәтижесі де көп күттірмейді». Оның сенетіні – егер адам бар күшін салса, кез келген уақытта өмірін жақсартып алады. Заманауи технологиялар, қолжетімді білім және



тегін мүмкіндіктер әр адамның дамуына мүмкіндік береді, бастысы – ниет.

Бұндайда қолда бар нәрсені бағалауды ұмытпаған маңызды. Біреу үшін жеткіліксіз болып көрінетін нәрсе басқа біреу үшін арманының шегі болуы мүмкін. Тіпті кішігірім жеңістерге қуанып, кешегіден гөрі бүгін жақсара түстім деген ойға сүйене отырып, алға ұмтылу маңызды.

Оның пікірінше, күш пен сенімділік сезімі физикалық және ақыл-ой саулығы арқылы келеді. Ой тұнық болмаса, айтарлықтай нәтижеге қол жеткізу қиын. Жақындарымыздың қолдауы да аса маңызды.

«Егер мен кітап жазатын болсам, оны «Неліктен өмір сүру керек» деп атар едім. Онда өз оқиғамды, яғни дүниеге келмеуі мүмкін, бірақ әр өмірдің құнды екендігін дәлелдеген баланың оқиғасын баяндайтын едім.

Менің анам маған жүкті боламын деп екінші рет талпынғанда, дәрігерлер «ол енді жүкті болмайтын шығар» деген болжамда болған. Мен дүниеге келгенге дейін көптеген кедергілер болды, мысалы, анам маған жүкті болған кезде

мені сақтау үшін екі рет аураhanaда жатқан болатын. Сондықтан, мен өз бетіммен өмір сүріп жатқаным, балаларым бар екені керемет нәрсе.

Мен үшін адамдарға білім беру, репродуктивтік технологиялар туралы ашық айту және ЭКО арқылы дүниеге келген балалар туралы стереотиптерді бұзу маңызды. Біз – басқалар сияқты адамбыз, мүмкін, тіпті оларға қарағанда талапты әрі табандымыз.

Ол кітап мүмкін емес ештеңе жоқ екенін еске салып отырар еді. Әр адам күшін салса, қалағанына қол жеткізе алады. Өмір – пайдалануға тұрарлық мүмкіндік және әркім бақытқа, табысқа және сау болуға лайық», – деп қорытындылады Алеся.

Әңгіме соңында біздің кейіпкеріміз дәрігерлердің бәріне: Қазақстанда ЭКО саласын ашып, дамытып келе жатқан Тамара Мұфтахқызы Жүсібалиеваға, өзінің гинеколог дәрігері Ирина Ильинична Тянга, сондай-ақ оған өмір сыйлаған репродуктологтар – Людмила Аркадьевна Бадельбаева мен Вадим Евгеньевич Полумисковқа алғысын білдірді.