

Plaatsing van ingevroren embryo's: natuurlijke eisprong met LH-testen, locatie AMC

Wat is een cryo-cyclus?

Tijdens een cryo-cyclus worden ingevroren embryo's ontdooit en in de baarmoeder geplaatst. De plaatsing vindt op de 5^{de} of 6^{de} dag na de positieve LH-test plaats afhankelijk van de leeftijd van het embryo. Deze folder beschrijft de gang van zaken in de cryo-cyclus waarbij het moment van plaatsen aan de hand van de natuurlijke eisprong wordt gepland. Hiermee is niet langer nodig om echo's te maken of een injectie te geven.

Aantal te plaatsen embryo's

Bij een cryo-cyclus is het aantal te plaatsen embryo's 1 embryo, tenzij anders met u afgesproken afhankelijk van uw leeftijd ten tijde van invriezen. 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 LH-testen doet u zelf thuis, eventueel samen met uw partner (indien van toepassing). Het ontdooien van de embryo's wordt in het fertiliteitslaboratorium door een analist of embryoloog gedaan. De embryoplaatsing wordt in de punctiekamer door een IVF-arts of gynaecoloog verricht, samen met een verpleegkundige en/of analist van het fertiliteitslaboratorium.

Wat moet u doen voorafgaand aan een cryo-cyclus?

- 'Mijn Dossier'-account activeren met uw digi-D via de AmsterdamUMC-website. Eventueel kunnen wij u ook een code verstrekken aan de balie, let op dat uw 06-nummer in uw dossier geregistreerd is evenals uw emailadres.
- De MijnDossier-app downloaden, inloggen en in het menu van de app uw notificaties AAN zetten.
- U slikt dagelijks 0,4 mg foliumzuur om de kans op een kind met een open rug (spina bifida) te verkleinen. U start hiermee uiterlijk op de eerste dag van uw menstruatie.

Hoe vind de cryo-cyclus plaats?

Ovulatietesten tonen het luteïniserend hormoon (LH) in de urine aan. LH zorgt voor de eisprong. De eisprong vindt op de 2^{de} dag na een positieve LH-test plaats. De LH-testen koopt u zelf bij

een apotheker en worden niet door het ziekenhuis aan u verstrekt. Ook via onze Poliklinische Apotheek locatie AMC kunt u de juiste digitale ovulatietest aanschaffen. Voor actuele openingstijden en telefoonnummer; [check de website van de Poliklinische Apotheek locatie AMC](#).

Wij adviseren u de digitale LH-test van Clearblue® te gebruiken (Clearblue DIGITAL ovulatietest). Deze is herkenbaar aan de **roze dop** op de verpakking en geeft een uitslag met een 'smiley'. De ervaring leert dat deze test een duidelijke uitslag geeft en deze test geeft goede resultaten bij het gebruik in cryo-cycli. Daarnaast is de test gemakkelijker in gebruik dan andere LH-testen waarbij u een streepje moet aflezen ('streepjestest', bijvoorbeeld Sensitest® of Ovulady®). Wij raden de 'streepjestest' vooralsnog af bij gebruik in cryo-cycli omdat dit type testen nog niet geëvalueerd is bij het gebruik in cryo-cycli. Let op! Er bestaan ook ovulatietesten van Clearblue® met een indicator voor twee hormonen (deze heet Ovulatietest 'geavanceerd digitaal' of 'advanced Digital'), herkenbaar aan de paarse dop. Deze test die 2 hormonen test, adviseren wij u niet.



Doorgeven Eerste Dag Menstruatie

Tel de eerste dag van uw menstruatie als dag 1. Dit is de eerste dag van helder rood bloedverlies. Gebruik aub het onderstaande format zodat wij de berichten herkennen.

U geeft de datum van de Eerste Dag Menstruatie aan ons door.

1. Maak altijd een nieuw bericht aan, ga niet door in een oud bericht.
2. Kies 'Een bericht verzenden'
3. Kies 'Bericht aan polikliniek of afdeling sturen'
4. Kies 'Mijn uitslagen'
5. Kies 'Voortplantingsgeneeskunde AMC' of 'Voortplantingsgeneeskunde VUMC'
6. Typ bij onderwerp: Eerste Dag Menstruatie [datum]
7. 'Uw bericht invoeren': dit veld mag niet leeg blijven, schrijf een punt
8. Kies verzenden.

Wanneer starten met testen?

Tel de eerste dag van uw menstruatie als dag 1. Dit is de eerste dag van helder rood bloedverlies. Kijk in de tabel onder de duur van uw gemiddelde cyclus (dagen).

De duur van een cyclus rekent u van cyclusdag 1 en telt verder tot de dag voor het begin van de volgende menstruatie. Gebruik hiervoor wel een natuurlijke cyclus (cyclus zonder gebruik van hormonen).

Duur van uw cyclus (dagen)	21 of minder	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
Tel de eerste dag van uw menstruatie als dag 1. Start met testen op de dag vermeld onder de duur van uw cyclus.	5	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23

Uitvoeren LH-testen

U test tweemaal per dag: 's ochtends tussen 6:00 en 9:00 uur en 's avonds tussen 18:00 en 21:00 uur. Voor de meest optimale timing van de embryo terugplaatsing afspraak is het belangrijk om deze tijdstippen aan te houden. Test om deze reden niet in de middag!

U zorgt ervoor dat u minimaal 4 uur niet geplast heeft voordat u de test doet. Het is dus niet nodig om meer dan twee keer per dag te testen. Zodra u een positieve test heeft, stopt u met testen.

Als uw eerste test positief is, dan neemt u contact met ons op. Mogelijk kan de behandeling in die cyclus niet doorgaan omdat wij de embryoplaatsing niet goed kunnen plannen.

U blijft LH-testen uitvoeren tot en met cyclusdag 20. Indien u geen positieve LH-test heeft gekregen tot en met cyclusdag 20, dan neemt u contact op met de voortplantingsgeneeskunde via 'MijnDossier'.

Doorgeven positieve LH-test voor 10.00 uur 's ochtends

Zodra de test positief wordt ('smiley'), dan stopt u met testen.

U geeft de datum en **het tijdstip** van de positieve test aan ons door via een bericht voor 10.00 uur via mijn dossier. Gebruik alstublieft het onderstaande format zodat wij de berichten herkennen.



1. Maak altijd een nieuw bericht aan, ga niet door in een oud bericht.
2. Kies 'Een bericht verzenden'
3. Kies 'Bericht aan polikliniek of afdeling sturen'
4. Kies 'Mijn uitslagen'
5. Kies 'Voortplantingsgeneeskunde AMC' of 'Voortplantingsgeneeskunde VUMC'
6. Typ bij onderwerp: LH test positief [datum] en [tijdstip]
7. 'Uw bericht invoeren': dit veld mag niet leeg blijven, schrijf een punt
8. Kies verzenden.

Wij maken dezelfde of de volgende dag een afspraak voor de embryo plaatsing. Deze vindt u terug in 'Mijn Dossier' onder afspraken. Het kan zijn dat de planning onverwacht vrij vol is, dan geven wij u een belafspraak 2 dagen voor de verwachte dag van embryoplaatsing om te zien of we u alsnog erbij kunnen plaatsen.

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

- Als de LH-test niet positief is geworden en u bent inmiddels bij cyclusdag 20.
- Als de embryo's niet goed ontdooien. U wordt dan door de verpleegkundige op de dag van de embryoplaatsing gebeld.
- Onverwacht onvoldoende capaciteit door de week of onvoldoende capaciteit op weekend en feestdagen.

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 alleen met water. 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.

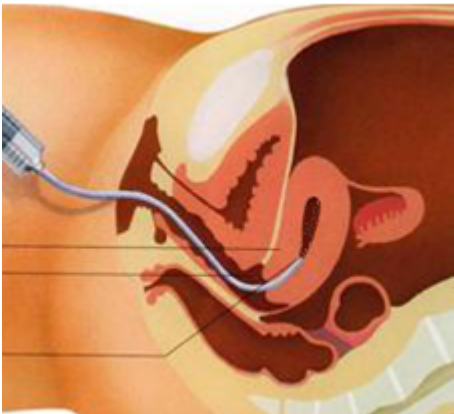
Op de afdeling

- U komt op het afgesproken tijdstip in het aan en meldt u met uw Amsterdam UMC-patiëntenpas bij de zuil. In de app zit ook een digitale patiëntenpas met barcode die u kunt gebruiken.
- 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.

Alleen voor locatie AMC: 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?

Alleen uw partner, indien van toepassing, of uw begeleider is welkom om bij de embryoplaatsing aanwezig te zijn. Zijn aanwezigheid is echter niet noodzakelijk. Familieleden of vrienden wachten in de wachtkamer.



U gaat op een onderzoekstafel liggen met de benen in de beensteunen. De arts maakt een vaginale echo om de positie van de baarmoeder en de baarmoederhals in beeld te brengen. De arts brengt een speculum ('eendenbek' of spreider) in uw vagina in. Zodoende kan de arts uw baarmoedermond goed zien. Via de baarmoedermond wordt een dun flexibel slangetje (katheter) in de baarmoederholte gelegd. Het embryo wordt opgezogen in een tweede slangetje. Dit slangetje wordt via het eerste slangetje in de baarmoeder gebracht en het embryo wordt geplaatst. Beide slangetjes gaan terug naar het laboratorium om te zien of het embryo er uit is. Soms blijft het embryo plakken. Dit is niet erg, het wordt dan opnieuw geplaatst. De embryoplaatsing is over het algemeen pijnloos. Na de plaatsing staat u direct op en kleedt u zich aan en mag naar het toilet. U krijgt instructies op papier en een zwangerschapstest mee naar huis.

Vragen over uw behandeling

Wacht niet met uw vragen of zorgen tot de embryoplaatsing, maar maak een afspraak op het (verpleegkundig) spreekuur.

Vragen

Heeft u nog vragen en/of opmerkingen, dan kunt u ons een bericht sturen via 'Mijn Dossier' te bereiken via de app 'Mijn Dossier Amsterdam UMC' of via de website mijndossier.amsterdamumc.nl. Dit is de enige veilige manier om met het ziekenhuis te communiceren. Voor lichamelijke klachten of spoedeisende vragen neemt u telefonisch contact op met het Centrum voor Voortplantingsgeneeskunde, tel. 020 - 566 42 87 (tijdens werkdagen tussen 9.00 en 11.00 uur en tussen 14.00 en 16.00 uur of via de centrale en vragen naar dienstsein CVV). Wij vragen u altijd om uw patiëntnummer in verband met patiëntveiligheid