

# Stimulatiefase en eicelpunctie bij IVF/ICSI of het invriezen van eicellen (lang protocol)

## Wat is de stimulatiefase?

Het doel van de stimulatiefase is meerdere eiblaasjes (follikels) te laten uitrijpen, bijvoorbeeld 5 of 10. Dit gebeurt met het hormoon gonadotrofine (Fostimon®, Meriofert® of Puregon®). Door middel van vaginale echo's wordt de groei van de follikels (waarin de eicellen zich bevinden) gecontroleerd. Op indicatie laat u bloed prikken om hormoonwaarden te bepalen. U gebruikt Triptofem® om een voortijdige eisprong te voorkomen. Zodra de follikels groot genoeg zijn, wordt een ander hormoon, het HCG (= Pregnyl®) toegediend. Dit hormoon zorgt voor de rijping van de eicellen. Deze folder beschrijft de gang van zaken bij de stimulatie met gonadotrofines en het afspreken van de eicelpunctie.

## Waar vindt de stimulatie plaats en wie voert de stimulatie uit?

De vaginale echo's worden in het Centrum voor Voorplantingsgeneeskunde (CVV) gemaakt door een IVF-arts of gynaecoloog (in opleiding). De prikinstructies worden gegeven door de verpleegkundige. Indien van toepassing laat u bloed prikken door het laboratorium op QO (maandag tot vrijdag) of in het weekend door de verpleegkundige van het CVV.

## Hoe spreekt u een stimulatie af?

Tijdens het startgesprek is het volgende met u afgesproken:

- 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.
- Het moment waarop u “de Pil” (Microgynon-30®= levonorgestrel / ethinylestradiol) start. De “de Pil” onderdrukt de eigen hormoonproductie als voorbereiding op de stimulatie.
- De datum waarop u de injecties Triptofem® start. U injecteert uzelf dagelijks tussen 16.00 en 22.00 uur.
- De datum waarop u de laatste “de Pil” (Microgynon-30) neemt zodat er enkele dagen later een menstruatie komt. U gaat door met de dagelijkse injecties Triptofem®.
- De datum waarop u de eerste echo krijgt, tijdens of net na deze menstruatie.

## Wat moet u doen voorafgaand aan een stimulatie?

### Medicijnen

U moet de volgende medicijnen in huis hebben als u voor de eerste echo komt:

- Wegwerpspuiten Triptofem®;
- Gonadotrofines: Fostimon®, Meriofert® of ampullen Puregon® met Puregon®-pen;
- Een ampul hCG (5.000 EH Pregnyl®) en oplosvloeistof (Solvens) en naalden en spuitje;

- Capsules Utrogestan® (bij invriezen van eicellen is dit niet van toepassing);
- Foliumzuur.

### Het eerste echo bezoek

Wij adviseren u een vrij lege blaas te hebben ten tijde van de echo. Er zijn toiletten in de wachtkamer. Er wordt gekeken of er geen cysten in de eierstokken te zien zijn en of het baarmoederslijm dun is. De afspraak duurt maximaal 10 minuten. Aansluitend aan de echo gaat u naar de verpleegkundige voor een prikinstructie gonadotrofines. Deze prikinstructie en meer informatie over bewaren, werking en bijwerkingen en contactgegevens als u problemen hebt met klaarmaken of toedienen van de injectie('s) kunt u nalezen in de betreffende patiëntenfolders. Deze patiëntenfolders en instructiefilmpjes staan ook op

<https://amsterdamumc.nl/nl/voortplantingsgeneeskunde>

### Hoe vindt de vindt de stimulatie plaats?

#### Start van de stimulatie

De verpleegkundige geeft u het aantal eenheden gonadotrofines u zichzelf dagelijks toe gaat dienen door. Zo nodig belt zij u 's middags tussen 14:00 en 16:00 uur over het aantal eenheden of de startdatum. Vanaf die dag dient u zichzelf 2 injecties per dag toe, namelijk een injectie [Triptofem®](#) en een injectie met [Fostimon®](#), [Meriofert®](#) of [Puregon®](#). Het beste tijdstip van toediening is tussen 16.00 en 22.00 uur, elke dag op hetzelfde tijdstip (de twee injecties mogen op hetzelfde tijdstip worden toegediend). De verpleegkundige geeft u ook een echoafspraak over 10 dagen (stimulatiedag 10).

#### Vervolg van de stimulatie

Bij de vervolg echo's wordt gekeken of de eiblaasjes al voldoende groot zijn om een eicelpunctie af te spreken. Gemiddeld heeft u 2 tot 5 vervolg echo's. Op indicatie laat u bloed afnemen.

#### Verhoging van de dosis gonadotrofines

Als op grond van de echo en de bloedcontroles blijkt dat u de dosis gonadotrofines moet verhogen, belt de verpleegkundige u tussen 14.00 en 16.00 uur en geeft u het nieuwe aantal eenheden [Fostimon®](#), [Meriofert®](#) of [Puregon®](#) door. In de folder prikinstructies kunt u nalezen hoe u de dosering aanpast. Controleer of u voldoende voorraad hebt nu u een hogere dosis moet gaan gebruiken. U gaat door met de [Triptofem®](#).

#### Einde van de stimulatie

Na de vermoedelijk laatste echo krijgt u van de verpleegkundige:

- een prikinstructie [Pregnyl®](#);
- (indien van toepassing) de folder [Spermabewerking](#) voor uw partner of donor en afspraak om sperma in te leveren op de dag van de eicelpunctie.

### Seks en onthouding tijdens de stimulatiefase, eicelpunctie en erna

- Voor de vrouw adviseren wij om vanaf stimulatiedag 10 tot en met 5 dagen na de eicelpunctie geen vaginale seks te hebben vanwege de sterk vergrote eierstokken.
- Als er gebruik gemaakt wordt van vers sperma dan adviseren wij om na de Pregnyl®-injectie geen zaadlozing meer te hebben. Onthouding van 1,5 dag tot 10 dagen is goed; langere of kortere onthouding maakt de zaadkwaliteit minder. Meer informatie in de folder [Spermabewerking](#).

- Doet u een PGD behandeling of vriest u uw eicellen in dan mag er geen kans op zwangerschap zijn. Daarom heeft u gedurende de hele stimulatie, tot minimaal 5 dagen na de eicelpunctie geen gemeenschap of beschermde gemeenschap (condooms of spiraal).

## Hoe spreekt u de eicelpunctie af?

Als de eiblaasjes groot genoeg zijn, belt de verpleegkundige u 's middags tussen 14:00 en 16.00 uur en geeft u de datum en het tijdstip door dat u 5.000 EH Pregnyl® gaat spuiten. Ook spreekt zij de datum en het tijdstip van de eicelpunctie af. Zij geeft u per dag de tijdstippen door wanneer u wat moet doen. U ontvangt deze instructies ook per e-mail of via "[Mijn Dossier](#)". De verpleegkundige neemt de instructies telefonisch met u door.

## Wanneer wordt de stimulatie afgebroken en gaat de eicelpunctie niet door?

- De stimulatie wordt afgebroken als er te veel eiblaasjes gerijpt zijn vanwege het risico op hyperstimulatie. U stopt alle medicatie. Er mag dan ook geen geslachtsgemeenschap plaatsvinden gedurende een week. De volgende keer zal een lagere dosering worden afgesproken. U krijgt een afspraak voor een evaluatie met een arts.
- De stimulatie kan ook worden afgebroken als er te weinig eiblaasje gerijpt zijn. U stopt dan alle medicatie. Afhankelijk van uw situatie kan er soms een IUI (Intra Uteriene Inseminatie) worden afgesproken. U krijgt een afspraak voor een evaluatie met een arts.

## Wat moet u doen op de dag van 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 eicelpunctie. U rookt die ochtend niet, ook niet als u nog niet in het CVV bent. U draagt geen nagellak, ook geen transparante nagellak.

#### 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 vrouw:

U moet op de dag van de punctie nuchter zijn. Dit betekent dat u tot 6 uur voor de eicelpunctie vast voedsel mag eten en tot 2 uur ervoor helder vloeibaar zoals thee en water.

#### Pijnstilling:

U zorgt dat u paracetamol in huis hebt voor na de eicelpunctie

## CVV

- Bij aankomst in Amsterdam UMC, locatie AMC neemt u bij de ingang een rolstoel mee.
- U komt op het afgesproken tijdstip in het CVV aan en meldt u met uw Amsterdam UMC-patiëntenpas bij de balie.
- U gaat naar het toilet om te plassen.
- Indien van toepassing gaat uw man naar het fertiliteitslaboratorium om zijn sperma in te leveren.

**De aanwezigheid van uw partner of andere begeleider die u goed kan steunen is noodzakelijk in de rustkamer en om u na de eicelpunctie naar huis te begeleiden.**

Uw partner of begeleider is welkom om bij de eicelpunctie aanwezig te zijn, hij of zij kan ook in de rustkamer op uw wachten, mocht u dat prettiger vinden. Familieleden of vrienden wachten in de wachtkamer.

De baliemedewerkster haalt u en uw partner of begeleider op uit de wachtkamer. In de kleedkamer kleedt u zich om. Uw partner of begeleider krijgen een overjas, sloffen en muts. Hierna neemt u beiden plaats in de rustkamer. U mag alleen uw mobiele telefoon meenemen naar de rustkamer. De verpleegkundige ontvangt u daar en zal u pijnstilling geven als voorbereiding op de eicelpunctie. Als de pijnstilling is ingewerkt haalt de verpleegkundige u uit de rustkamer op en brengt u naar de punctiekamer.

## Hoe verloopt de eicelpunctie?

Voorafgaand aan de punctie stelt de arts u een aantal vragen over patiëntveiligheid en of u pijn ervaart. Uw bloeddruk, hartslag (band om uw arm) en zuurstofgehalte (klip op uw vingertop) worden opgenomen. U gaat op een onderzoekstafel liggen met de benen in de beensteunen. De arts maakt met gazen met steriel water de schaamlippen schoon. De arts brengt steriele doeken aan rond uw billen, benen en buik en brengt een eendenbek in. Zodoende kan de arts uw baarmoedermond goed zien en ook de vagina met water schoonmaken. Vervolgens geeft de arts verdovingsprikken naast de baarmoedermond. Dit kan kortdurend een krampend gevoel geven. De arts verwijderd de eendenbek en maakt een inwendige echo om de eierstokken in beeld te brengen. Soms is het nodig om de blaas met een slangetje (katheter) te legen om beter beeld te krijgen. Als dit nodig is adviseren wij u om de rest van de dag ruim te drinken (2 liter) om de kans op een blaasontsteking te verkleinen. Vervolgens vindt de eicelpunctie plaats: met een dunne opzuignaald worden via de vagina de follikels met daarin de eicellen aangeprikt en leeggezogen. Afhankelijk van de hoeveelheid follikels duurt dit 5 tot 10 minuten.

Na de eicelpunctie wordt gevraagd hoeveel pijn u tijdens de eicelpunctie heeft ervaren. Uw bloeddruk, hartslag en zuurstofgehalte worden opnieuw gecontroleerd. Daarna wordt u terug naar de rustkamer gereden waar uw partner of begeleider naast u plaatsneemt. De verpleegkundige geeft door hoeveel eicellen er gevonden zijn en geeft u instructies voor thuis. Daarna gaat u in de rolstoel (verplicht i.v.m. risico op vallen) naar de auto. U mag onder geen beding de auto besturen of zonder begeleiding naar huis gaan. Wij vragen u thuis een pijnscorelijst bij te houden, die u bij een volgend bezoek weer meeneemt of naar ons terugstuurt per mail.

## Vragen tijdens de stimulatiefase

- Als u vragen heeft over bewaren, werking en bijwerking van de medicijnen, lees dan de prikinstructie en aanvullende informatie onder [patiëntenfolders prikinstructie](#) op de website [www.amsterdamumc.nl/nl/voortplantingsgeneeskunde](http://www.amsterdamumc.nl/nl/voortplantingsgeneeskunde).
- Als u zorgen hebt over het verloop van uw behandeling wacht dan niet tot uw volgende echoafspraak (deze is slecht 10 minuten), maar bel ons of mail uw vraag direct of stuur een bericht via '[Mijn Dossier](#)'. Onze polikliniek assistentes kunnen uw vragen op korte termijn beantwoorden en plannen zo nodig een herhaal consult of een telefonisch consult met een arts of verpleegkundige op korte termijn in. Bovendien willen wij graag dat u niet langer dan nodig met uw zorgen/vraag blijft zitten. Daarom adviseren wij u niet tot de echoafspraak te wachten.

- Ook als u merkt dat de behandeling bij u of uw partner veel spanning geeft, dan zijn wij er voor u. Bel of mail ons gerust, wij willen er graag voor u zijn.

## Psychische belasting

Het is bekend dat een IVF/ICSI-behandeling veel spanning kan geven. Daarnaast kunt u zich door de dosis hormonen kwetsbaarder gaan voelen, soms emotioneler of prikkelbaarder. Het is dus helemaal niet ongebruikelijk dat u eens stevig ruzie krijgt thuis, juist terwijl u met zoiets belangrijks als het krijgen van een kind bezig bent. Het niet over de behandeling vertellen aan collega's of familieleden kan in het dagelijkse leven een bron van stress vormen. Het gevoel er alleen voor te staan of de enige te zijn die dit proces ondergaat kan zwaar zijn. Of andersom, kan het wel over de behandeling vertellen aan anderen ervoor zorgen dat men u continu vraagt of het al gelukt is. Dit zijn situaties die wij regelmatig tegenkomen.

Als u eens behoefte heeft om daarover te praten of vragen te stellen kan dat altijd. De verpleging en de artsen van het CVV weten dat dit een zware tijd voor u kan zijn. U kunt ook een afspraak maken met de speciaal aan het CVV verbonden counselor. Dan kunt u in rustigere omstandigheden de zaken op een rijtje zetten en handvatten krijgen om beter met uw situatie te leren omgaan. Ook contact met lotgenoten kan helpen. De patiëntenvereniging voor vruchtbaarheidsproblematiek Freya ([www.freya.nl](http://www.freya.nl)) kan hierbij bemiddelen.

## Informatie over vergoeding

Vrouwen van 43 jaar of ouder krijgen geen vergoeding. Neem voor vragen contact op met uw zorgverzekeraar.

## Vragen

Hebt u nog vragen en/of opmerkingen, dan kunt u contact opnemen met het Centrum voor Voortplantingsgeneeskunde, tel. 020-5664287 (tijdens werkdagen tussen 9.00 en 11.00 uur en 14.00 en 16.00 uur). U kunt ons ook een e-mail sturen ([cvv@amsterdamumc.nl](mailto:cvv@amsterdamumc.nl)). Vermeld altijd uw (meisjes)naam, initialen, patiëntnummer en geboortedatum.