**SAJTÓKÖZLEMÉNY**

„Ejj, ráérünk arra még!” De vajon tényleg ráérünk? –

Termékenységtudatosság hete eseménysorozat   
négy civil szervezet szervezésében

**A Termékenységtudatosság hete 2024. április 23-tól április 27-ig tartó, egyedülálló összefogással megvalósuló, edukációs rendezvénysorozat. Az Országos Kórházi Főigazgatóság Humánreprodukciós Igazgatóság szakmai védnöksége mellett, az „Együtt Könnyebb” Női Egészségért Alapítvány, a Felelősen Magadért Egyesület, a Dr. Kőrösi Tamás Alapítvány és a KétIgen Alapítvány fogott össze, hogy izgalmas és tabudöntögető programsorozattal hívja fel a Z-generáció, valamint a fiatal párok figyelmét arra, hogy a petefészek nem botoxolható, de a férfiak sem viszik sírba a nemzőképességüket.**

**Együtt a tudatos családtervezésért**

**Magyarországon jelenleg minden hatodik párkapcsolatban termékenységi problémával küzdenek.** Túlzás nélkül állíthatjuk, hogy a meddőség mára népbetegséggé vált. Szeretnénk, ha a gyermekvállalás előtt álló, vagy abban még nem is gondolkodó korosztály is tisztában lenne azzal, hogy az életmód és az életkor rendkívüli mértékben befolyásolhatja, hogy milyen eséllyel lesz egy párnak később gyermeke.

**A Termékenységtudatosság hete lehetőséget biztosít arra, hogy a társadalmat tájékoztassuk a termékenységre vonatkozó legfontosabb kérdésekről**. Célunk, hogy az országos roadshow keretében **felhívjuk a Z-generáció figyelmét arra, hogy ez a kérdéskör, közelebb van, mint gondolnák,** és már ma is sokat tehetnek annak érdekében, hogy **később annyi gyermekük születhessen, amennyit szeretnének.** Továbbá teret és lehetőséget szeretnénk biztosítani a már családalapítást tervező pároknak, hogy hiteles előadásokat hallgathassanak meg a témában, és személyesen találkozhassanak a reprodukciós egészségmegőrzés elismert hazai szakértőivel, naprakész információt kapjanak arról, milyen lehetőségek állnak rendelkezésükre, ha gyermeket szeretnének.

**A Termékenységtudatosság hete roadshow témái**

Az eseménysorozat - ahol minden érdeklődő ingyenes részt vehet - a termékenységtudatosság kérdéskörét több oldalról kívánja megközelíteni, kihasználva azt a lehetőséget, amelyet a különböző területekről érkező szakemberek együttműködése kínál. A rendezvény során előadások és interaktív programok keretében kerül sor a termékenység, a reproduktív egészség és a családtervezés különböző aspektusainak bemutatására.

A teljesség igénye nélkül néhány kérdéskör, amit érinteni fogunk:

1. **„Ej, ráérünk arra még! Tényleg ráérünk?” Miért nem botoxolható a petefészek?**
2. **„Mit tehet a sejt, aki mit se sejt?”**

Kinek és mikor elérhető a szociális petesejtfagyasztás? Mit tehet egy elfoglalt, sikeres nő, ha tudja, hogy csak később szeretne gyermeket? Meddig és miként tudunk előre gondoskodni a családalapításról?

1. **Baj, ha a férfiak rendszeresen gőzfürdőbe járnak?**

Mi az összefüggés a termékenység és az életmód között? A sportolással, étkezéssel mennyire befolyásolható a termékenység, nemzőképesség?

1. **Halhatatlan férfiasság?**

Sokan gondolják, hogy a meddőség női probléma. Al Pachino is a 80-as éveiben lett apa. Ő csak nyert a termékenységi lottón, vagy a férfiakkal valóban „a sírba száll” a nemzőképességük?

1. **Meddőség és a párkapcsolat**

Miért és hogyan teszi próbára a sikertelen gyermekvállalás a párkapcsolatokat? Mit tehetünk azért, hogy a közös küzdelem ne szétválasszon, hanem összekössön minket?

1. **Női betegségek és a meddőség**

Okozhat-e meddőséget az endometriózis, mióma, PCOS? Milyen kezelései lehetőségekkel növelhető az érintetteknél a teherbe esés esélye?

**A roadshow állomásai és időpontjai:**

* 2024. április 23., kedd
  + **Budapest: Egy új élet – a tudatos élet**

MCC Scruton Kávézó; 19:00-20:30

**Keynote speach: Kigyóssy Örs** párterapeuta - Tudatos párkeresés, avagy biztonságos kötődésű párkapcsolat elérése

**Kerekasztal-beszélgetés: Dr. Sipos Miklós** klinikai főorvos, szülész-nőgyógyász, meddőségi specialista, **Soltész Krisztina** klinikai pszichológus és **Kigyóssy Örs** beszélget arról, hogyan készüljünk időben és tudatosan a családalapításra? Mi a leggyakoribb elakadás a meddő párok esetén? Mit tehetünk korai életszakaszunkban, hogy időben gondoskodjunk a családalapítással kapcsolatos terveinkről?

**További részletek és regisztrációs lehetőség az ingyenes eseményre** [**ezen a linken**](https://feme.hu/htt/helyszinek/budapest) **érhető el.**

* 2024. április 23., kedd
  + **Debrecen: Meddőség – tények és tévhitek**

Debrecen INVITRO épület IVD előadóterem; 18:30-20:00

**Keynote speach**: Dr. Krauth Barbara - A meddőséget övező tények és tévhitek

**Kerekasztal-beszélgetés: Dr. Krauth Barbara**, szülész-nőgyógyász, **Dr. Szűcs Miklós**, andrológus, urológus és **Gökler Kriszti**, személyi edző, prenatális és posztpartum tréner keresik arra a választ, hogy milyen tévhitek övezik a meddőséget, és segítenek megérteni, hogy miért kulcsfontosságú az, hogy élnek a fiatal lányok, fiúk, hogyan befolyásolhatja az életmódjuk a jövőjüket.

**További részletek és regisztrációs lehetőség az ingyenes eseményre** [**ezen a linken**](https://feme.hu/htt/helyszinek/debrecen) **érhető el.**

* 2024. április 24., szerda
  + **Szeged: Meghackelhető a biológiai óra?**

SZTE - Banga Ilona Egészségtudományi Képzési Központ; 19:00-20:30

**Keynote speach: Dr. Katona Renáta**, a Felelősen Magadért Egyesület szülész-nőgyógyász szakértője – Meghackelhető a biológiai óra?

**Kerekasztal-beszélgetés:** **Dukai Regina,** endometriózis érintett, édesanya, **Dr. Katona Renáta** és **Jaksity Kata**, a Felelősen Magadért Egyesület elnöke beszélget arról, hogy mit tehet egy elfoglalt, sikeres nő, ha tudja, hogy csak később szeretne gyermeket? Meddig és miként tudunk előre gondoskodni a családalapításról?

**További részletek és regisztrációs lehetőség az ingyenes eseményre** [**ezen a linken**](https://feme.hu/htt/helyszinek/szeged) **érhető el.**

* 2024. április 24., szerda
  + **Miskolc: Hogyan befolyásolja az étkezés a termékenységedet?**

3515 Miskolc-Egyetemváros Egészségt. Kar Stefánia épület; 18.30-20.00

**Keynote speach:** Dr. Reszler Beáta - Hogyan befolyásolja az étkezés a termékenységedet?

**Kerekasztal-beszélgetés: Dr. Fülöp Vilmos**, egyetemi docens, szülész-nőgyógyász, **Dr. Reszler Beáta**, szülész-nőgyógyász, endokrinológus beszélget Kádár Annával, a Dr. Kőrösi Tamás Reproduktív Támogatás Alapítvány kuratóriumi elnökével arról, hogy az étkezés milyen nagy hatással van nemcsak az általános, de a reproduktív egészség megőrzése szempontjából is.

**További részletek és regisztrációs lehetőség az ingyenes eseményre** [**ezen a linken**](https://feme.hu/htt/helyszinek/miskolc) **érhető el.**

* 2024. április 25., csütörtök
  + **Pécs: Fájdalmas menstruációtól a meddőségig**

PTE ÁOK Központi Épület I. emeleti Dékáni Tanácsterme; 16:30-18:00

**Keynote speaker:** [Inzsöl Júlia](https://www.instagram.com/inzsoljulia/)

**Kerekasztal-beszélgetés: Salamon Adrienn,** a Női Egészségért Alapítvány elnöke vezetésével **Dr. Várnagy Ákos**, egyetemi docens, szakmai vezető

**Dr. Bodor Andrea Lili**, pszichológus, PTE Szülészeti és Nőgyógyászati Klinika, Életkör Pszichológiai Műhely, **Inzsöl Júlia**, videós tartalomgyártó és podcaster, valamint **Dr. Nagy Bernadett** M.D., PhD, egyetemi tanársegéd segítenek jobban megérteni, hogy mikor és miért okozhat az endometriózis, PCOS, mióma meddőséget, és mit tehetnek az érintettek, ha majd egyszer gyermeket szeretnének.

**További részletek és regisztrációs lehetőség az ingyenes eseményre** [**ezen a linken**](https://feme.hu/htt/helyszinek/pecs) **érhető el.**

* 2024. április 25., csütörtök
  + **Győr: Botoxolható a petefészek?**

Széchenyi István Egyetem, 9026 Győr, Egyetem tér 1. Menedzsment Campus MC. 001-002; 18:30-20:00

**Keynote speach: Dr. Szöllősi Katalin,** főiskolai adjunktus, védőnő Semmelweis Egyetem, osztályvezető, OKFŐ Humánreprodukciós Igazgatóság – Botoxolható a petefészek?

**Kerekasztal-beszélgetés:** **Dr. Szoboszlai-Kiss Katalin**, a Széchenyi István Egyetem Jogelméleti Tanszék habilitált egyetemi docense; **Dr. Boga Péter**, szülész-nőgyógyász szakorvos, a győri DUNAMENTI REK orvosigazgatója; **Farkas-Halász Évi**, az Anyaként is fitten blog szerzője, receptkönyv szerző és **Dr. Szöllősi Katalin** beszélget arról, hogy miért fontos a biológiai óra, ha családalapításról van szó.

**További részletek és regisztrációs lehetőség az ingyenes eseményre** [**ezen a linken**](https://feme.hu/htt/helyszinek/gyor) **érhető el.**

**Az roadshow állomásokon a részvétel ingyenes, de regisztrációhoz kötött. A jelentkezéseket ezen a honlapon várjuk:** [**www.termekenysegtudatossag.hu**](https://feme.hu/htt/esemenyek)

**Termékenységtudatosság hete záró konferencia**

Az első alkalommal megrendezésre kerülő Termékenységtudatosság hete rendezvénysorozatot egy egész napos konferencia zárja 2024. április 27-én szombaton, Budapesten, a Danubius Hotel Heliában, melyre a kedvezményes jegyek elővételben válthatók, az alábbi linken: >>[Termékenységtudatosság Napja Budapesten | JEGYx1 - Jegyet. Egyszerűen.](https://jegyx1.hu/eloadas/3238/termekenysegtudatossag-napja-budapesten)<<

**A zárókonferencia tervezett** [**programja**](https://feme.hu/htt/helyszinek/budapest-zarokonferencia)**:**

* Megnyitó: Dr. Takács Péter, egészségügyért felelős államtitkár, Belügyminisztérium
* A mikrobiom és az infertilitás kérdései - Duda Ernő, a Magyar Biotechnológiai Szövetség elnöke
* Táplálkozás és meddőség – mit tudunk, mit tehetünk? - Dr. Tűű László, belgyógyász-endokrinológus
* A meddőség a nők problémája? – leggyakoribb okok, a női kivizsgálás lehetőségei - Dr. Vörös Anna, szülész-nőgyógyász szakorvos, termékenységi specialista
* Mi a helyzet a férfiakkal? nemzőképességi problémák leggyakoribb okai, a férfi kivizsgálás lehetőségei - Dr. Takács Tamás, andrológus-urológus szakorvos
* A meddőségi kivizsgálás fontossága - Szigetvári Zsuzsanna, Budai Irgalmasrendi Kórház, koordinációs központ vezető
* Hatékony tanácsok és tévhitek a meddőségi ellátás útvesztőjében – mit tehetünk a siker érdekében? - Dr. Rigó Barbara, szülész-nőgyógyász szakorvos)
* Endometriózis és meddőség - Dr. Fülöp István, TritonLife Magánkórház, Endoszkópos Centrum Részlegvezető főorvosa, meddőségi specialista
* Mikor nagy a lelki teher – meddőség és lelki egészség - Dr. Szigeti F. Judit, klinikai szakpszichológus)
* Meddőség és párkapcsolat – Hogyan őrizzük meg a szerelmet az időzített mindennapokban? - Kigyóssy Örs, KétIgen Alapítvány
* Termékenység és meddőség a képernyők kereszttüzében - Dr. Kulja András, sebész rezidens és tartalomgyártó
* Mindennapi történetek a szakemberek szemével - Dr. Kulja András, sebész rezidens és tartalomgyártó Dr. Vesztergom Dóra, szülész-nőgyógyász, endokrinológus, meddőségi specialista, Soltész Krisztina, klinikai szakpszichológus

**Missziónk**

Nem elrettenteni, hanem tájékoztatni szeretnénk. Tudjuk, hogy sok akadály és sokféle élethelyzet létezik. Mindennapi munkánk során mindannyian rengeteg különböző történettel találkozunk. Sok esetben nem tervezték a késői gyermekvállalást, valamilyen probléma áll a háttérben, amelyen a meddőségkezeléssel foglalkozó szakemberek a legjobb tudásuk szerint, a legmodernebb eljárásokkal igyekeznek segíteni.

Azonban számos olyan, a szakemberek számára is fájdalmas pillanatot élnek át az érintettek, amikor ki kell mondani: késő. A válasz pedig sokszor az, hogy de mi azt hittük, bőven ráérünk erre még. Az ivarsejtek azonban nem botoxolhatók.

A programsorozatunk során nem azt szeretnénk megmondani, hogy kinek, mikor kellene gyermeket vállalnia, hogy mikor kell felszállni a családalapítás „vonatára”. Azonban szeretnénk tudatosítani, hogy létezik ez a vonat, és folyamatosan robog előre, egy idő után pedig nincs több megálló. A termékenység kérdésével szinte mindenki találkozik majd élete során. Szeretnénk, ha a fiatalok életük főbb mérföldköveinél a termékenységi szempontokat is figyelembe vennék. A döntés azonban az ő kezükben van.

**További információk:**

[www.termekenysegtudatossag.hu](http://www.termekenysegtudatossag.hu)Kajcsa Nóra  
06 30 150 8811  
[nkajcsa@merlin.hu](mailto:nkajcsa@merlin.hu)

**Néhány mondatban a szervezőkről**

**Női Egészségért Alapítvány -** [**www.endometriozismagyarorszag.hu**](http://www.endometriozismagyarorszag.hu)

Az „Együtt könnyebb” Női Egészségért Alapítvány az egyetlen magyarországi hivatalosan bejegyzett közhasznú civil szervezet, mely elkötelezett az endometriózissal küzdő nők támogatása iránt. Orvosokkal, egészségügyi dolgozókkal, intézményekkel, szervezetekkel és alternatív terápiával foglalkozó szakértőkkel karöltve nyújtunk segítséget az endometriózissal küzdő nők számára. A hiteles tájékoztatással célunk a felmerülő tévhitek eloszlatása, a prevenció, az egészségtudatosságra nevelés, érzékenyítés és a tabuk ledöntése. Alapítványunk kérésére fejlesztett Lucy applikáció segítheti az anyává válást, támogatja a korai diagnózis létrejöttét.

**FEME -** [**www.feme.hu**](http://www.feme.hu)

A Felelősen Magadért Egyesületet (FEME) szülész-nőgyógyász, meddőségi specialista, szexuálterapeuta, újságíró, marketing és kommunikációs szakértők alapították 2018-ban azzal a célkitűzéssel, hogy támogassák a nőket abban, hogy tájékozottak legyenek, ha az egészségükről van szó. A közhasznú egyesület szakértői cikkekben, podcast adásokban, edukációs videósorozatokban és közösségi eseményeken beszélnek tabuk nélkül a nőket érintő egészégügyi, családalapítási és szexuális problémákról.

Hiteles, közérthető és szakértői tartalmaikból a nők választ kaphatnak a miómával, termékenységtudatossággal, termékenységi zavarokkal, meddőségi kezelésekkel, PCO szindrómával és endometriózissal, inkontinenciával, menopauzával, a méheltávolítás utáni felépüléssel vagy éppen az XYZ-generáció testi-lelki kihívásaival kapcsolatos kérdéseikre egyaránt.

**Humánreprodukciós Igazgatóság – A vágyott gyermekekért -** [**www.vagyottgyermekekert.hu**](http://www.vagyottgyermekekert.hu)

A Humánreprodukciós Igazgatóság (HRI) az Országos Kórházi Főigazgatóság (OKFŐ) keretein belül működő szervezet. Feladatunk az asszisztált humán reprodukciós, azaz a lombik kezeléssel kapcsolatos központi feladatok ellátása, missziónk a termékenységi zavarokkal küzdő párok segítése, a termékenységtudatos szemléletmód fontosságának ösztönzése, valamint a termékenységgel kapcsolatos edukáció.

Ennek jegyében elkészítettük a meddőségkezelési rendszer hatékonyabbá tételét szolgáló szakmai koncepciót, amely a minden érintett számára országosan elérhető és egyenlő hozzáférést biztosító ellátás megteremtésétől kezdve, az átlátható adatszolgáltatási és minőségellenőrzési rendszer bevezetésén át, egészen a termékenységtudatosságot növelő edukációs programok elindításáig mindenre kiterjed. A feladataink tehát rendkívül sokrétűek, koherens egészben gondolkodunk, hiszünk abban, hogy nem elegendő pusztán több pénzt adni az ellátásra, hanem szemléletváltás és megfelelő képzés szükséges ahhoz, hogy egy korszerű, betegközpontú ellátórendszer jöjjön létre. Ennek részleteit egyeztetjük folyamatosan a szakmával.

**KétIgen Alapítvány -** [**www.ketigen.com**](http://www.ketigen.com)

A KétIgen Alapítvány pár- és családterápiában jártas szakemberek segítségével dolgozott ki párkapcsolat-gazdagító műhelyeket, amelyek pároknak segítenek jobban elmélyíteni a kapcsolatukat és egyre örömtelibbé tenni azt. Mindannyian vágyunk a hosszan tartó, harmonikus párkapcsolatra, azonban nem mindig értjük a kapcsolatok működését, sőt néha saját magunkat sem.

A KétIgen Alapítvány küldetése, hogy segítséget nyújtson a pároknak, hogy közös élményeken, programokon keresztül, miközben tanulnak arról, hogyan tehetnek tudatosan a mindennapokban párkapcsolatunk ápolásáért. A négybakancs túráik között megtalálható a tudatos párkeresőknek és a meddő pároknak kidolgozott program is, számos más tematika mellett.

**Mottójuk: Ne csak keresd, szeresd az igazit!**

**Dr. Kőrösi Tamás Alapítvány**

A Dr. Kőrösi Tamás Reproduktív Támogatás Alapítvány fő célkitűzése a reproduktív egészség megőrzéssel kapcsolatos edukáció erősítése Magyarországon. Alapítványunk egyik fő célja, hogy segítséget nyújtson minden ember számára az egészségük megőrzésével kapcsolatos kérdésekben. Fontosnak tartjuk, hogy a fiatalok és a meddőségi kezelésekben érintettek hiteles és aktuális információkhoz jussanak. Emellett, az alapítványunk kiemelt figyelmet fordít az oktatásra, különösen a meddőséggel és annak kezelésével foglalkozó szakemberek továbbképzésének támogatására. Célunk, hogy támogassuk a magyar nőgyógyászati, meddőségi, endokrinológiai, andrológiai és immunológiai területeken dolgozó, világszerte elismert szakemberek szakmai fejlődését és kutatási tevékenységét.

**Rendezvénysorozatunkon minden érdeklődőt szeretettel várunk, aki többet szeretne megtudni a termékenységtudatosságról, és érdekli a tudatos családtervezés. A részletes program és a regisztráció**[**www.termekenysegtudatossag.hu**](http://www.termekenysegtudatossag.hu/)**weboldalunkon érhető el.**