

ΥΓΕΙΑ

FERTILITY COACHING

Ποια είναι η νέα μέθοδος εξατομικευμένης υποστήριξης της αναπαραγωγικής υγείας που βοηθάει στην πιο αποτελεσματική αντιμετώπιση της υπογονιμότητας.



Η Μπρούκ Σίλντς έχει μιλήσει ανοιχτά για τα θέματα υπογονιμότητας που αντιμετώπισε πριν αποκτήσει τις δύο κόρες της, Ρόουαν και Γκριέρ.

To Fertility iD Coaching

TM, όπως μας εξηγεί η Χαρούλα Μπιλάλη BSc MMedSc, μοριακή βιολόγος με εξειδίκευση στην Ιατρικός Υποβοηθούμενη Αναπαραγωγή, πιστοποιημένη Health & Wellness Coach, είναι μία νέα, πρωτοποριακή μέθοδος εξατομικευμένης διαχείρισης της υπογονιμότητας που επιτρέπει στις γυναίκες και τα ζευγάρια να προετοιμάζονται καλύτερα και να αντιμετωπίζουν πιο αποτελεσματικά τις προκλήσεις που προκύπτουν στη διάρκεια της προσπάθειας τους για ένα μωρό είτε προσπαθούν φυσιολογικά είτε με εξωσωματική γονιμοποίηση.

Λόγω του ότι το Fertility iD Coaching TM εφαρμόζει τις αρχές του επιστημονικά τεκμηριωμένου Health Coaching, οι coachees (όσοι δηλαδή ακολουθούν αυτή τη πρακτική), καταφέρνουν να βελτιώσουν πολλές παραμέτρους της υγείας τους, σωματικές και ψυχολογικές, γεγονός που οδηγεί στην καλύτερη λειτουργία του αναπαραγωγικού και ανοσοποιητικού τους συστήματος και τη συνολική ενίσχυση της γονιμότητας τους.

Όπως χαρακτηριστικά αναφέρει η κα Μπιλάλη, "οι ασθενείς που αναζητούν ή έχουν ανάγκη το Fertility iD Coaching TM έχουν φθάσει σε αυτό το σημείο που η ίδια αποκαλεί Reproductive Burnout ή αλλιώς Αναπαραγωγική Εξουθένωση". Οι περισσότεροι ασθενείς που υποβάλλονται σε θεραπείες υπογονιμότητας, είτε στην Ελλάδα είτε στο Εξωτερικό, συχνά αισθάνονται πως όλα γύρω τους καταρρέουν, αδυνατούν να εργασθούν σωστά, είναι πολλές φορές απελπισμένοι επειδή όλα φαίνεται να είναι εκτός του ελέγχου τους, έχουν προβλήματα στον ύπνο, δεν τρέφονται

σωστά, και είναι πιο επιρρεπείς σε κακές συνήθειες όπως το κάπνισμα και το αλκοόλ.

Έχει αποδειχθεί επιστημονικά πως η υπογονιμότητα έχει αντίκτυπο σε πολλούς τομείς της καθημερινής ζωής ενός ζευγαριού και πως ο τρόπος ζωής μπορεί επίσης να έχει σημαντική επίδραση στη γονιμότητα, θετικά ή αρνητικά. Το Fertility iD Coaching TM δημιουργεί ένα επιστημονικά τεκμηριωμένο πλαίσιο μέσα στο οποίο δημιουργούνται πιο ιδανικές συνθήκες για σύλληψη και μία υγιή εγκυμοσύνη. Οι coachees που έχουν ολοκληρώσει ή συμμετέχουν στο πρόγραμμα, αναφέρουν καλύτερη σω-

ματική και ψυχική ευεξία, καλύτερο ύπνο, αύξηση της λίμπιντο, καλύτερη προσαρμογή στις θεραπείες, ενίσχυση της αναπαραγωγικής ικανότητας και γενικότερα μεγαλύτερη ανθεκτικότητα στις όποιες δυσκολίες.

Στη διάρκεια των συνεδριών Fertility Coaching, ο coachee υποστηρίζεται με τέτοιο τρόπο ώστε να αισθάνεται δυνατός και αισιόδοξος σε όλη τη διάρκεια της προσπάθειας για τεκνοποίηση, είτε προσπαθεί να συλλάβει φυσιολογικά, είτε με κάποια μέθοδο υποβοηθούμενης αναπαραγωγής. Πάντα με απώτερο σκοπό ένα θετικό αποτέλεσμα και τη γέννηση ενός υγιούς μωρού.



Ευχαριστούμε τη Harroula Mathiopolou Bilali BSc MMedSc
Molecular Biologist - Reproductive Health Specialist
Master of Medical Science in Assisted Reproduction Technologies
Certified Health & Wellness Coach
Creator of Fertility iDTM and Power MomTM Fertility & Pregnancy
Coaching Methods
Co-founder and Scientific Director, Bilalis Women's Health Clinic
CEO, Health iD Genomics Institute
Member of the European Society of Human Reproduction and
Embryology
Member of the American Society of Reproductive Medicine
www.harroulabilali.gr