

Свого часу я прочитала статтю Ольги про її особливий досвід і тепер сприймаю той текст, як трейлер до цієї книжки. Проте якщо стаття була просто цікавою, короткий виклад не йде в жодне порівняння з повноцінною версією — тут тобі і драма, і комедія, і документалістика, і потужний екшн з ефектними поворотами сюжету, непересічними героями й навіть камео Майкла Джексона та Коліна Ферта. А як додатковий бонус ви отримуєте надсилу людини, що тепер набагато вільніше розбирається у тому, що ж воно за звір такий — гени і хромосоми, не згадуючи вже про всі можливі варіації запліднення. Власне, у мене під кінець книжки виникло враження, що я тепер теж трошки ембріологиня, а отже, занурення в сюжет було повним і захопливим завдяки таланту й гумору авторки, що так вправно розповіла про тему, до якої не так уже й легко підступитися.

Та годі про мене. Для кого ще ця книжка може стати цінним досвідом? По-перше, для всіх, хто тільки задумується про вагітність (зокрема природним способом), аби краще розібратися в механізмі зародження нового життя і в тому, як до цього відповідально підготуватися. У цю саму групу зарахую тих, хто цікавиться темою відкладеного батьківства, та що вже там, усіх варіантів батьківства взагалі. Також це чудовий подарунок для тих, хто просто хоче знати більше про дивовижі людського організму та про те, як стрімко розвивається наука, можливо, навіть когось це надихне на те, щоб обрати суміжну спеціальність. І не лякайтеся наукової термінології, бо я не пригадаю, щоб через це хтось відмовився від перегляду «Доктора Хауса».

Ну, і насамкінець — це просто скарб для всіх, хто любить бути найцікавішою людиною на вечірках, бо історій, які ви вичитаєте у книжці, більш ніж достатньо, щоб справляти враження вишуканого інтелектуала з філігранно дібраним фактажем, про який до того мало хто чув. Тепер я знаю, навіщо ламають хвости сперматозоїдам, чи можливе настання природної вагітності у трансгендерних чоловіків і про те, що Ватикан безпосередньо доклався як людським, так і матеріальним ресурсом до заповіді «Плодіться та розмножуйтеся». Словом, на вас очікує справді дахорозривний текст, після якого ви ще не раз повертатиметеся до прочитаного як під час складних етичних дискусій, так і у веселій компанії, аби розважити друзів.

**Тетяна Микитенко,**  
журналістка, авторка каналу «Рагуліана»

**С**кажу відверто: я дуже чекав на цю книжку. І не тільки через те, що люблю дізнаватися нове про людський організм, а й тому, що був упевнений: Оля точно вміє розповісти про свою роботу ду-у-уже цікаво. І я не помилюся, авторка розкаже про репродуктивну систему чоловіків і жінок, їхню взаємодію, менструації, вагітність, безпліддя, його лікування та, звісно, ембріологію загалом. І запевняю вас, що читати книжку — це ніби говорити з Ольгою вживу, аж настільки живий текст. Наукова складова круто поєднується з історіями з власної практики, а іронічні ремарки розвантажують мозок після непростих описів тонких фізіологічних процесів.

Експертна авторка, приколи в тексті, купа цікавих фактів і неймовірна кількість практичної інформації для людей, які планують колись розмножуватися, — хіба не ідеальний рецепт вдалої книжки?

**Артем Албул,**  
автор каналу «Клятий раціоналіст»

**Д**ля мене ця книжка — щира розповідь неймовірної людини про роботу, свій шлях до материнства (спойлер: він ще не завершився) та погляди на те, що зараз відбувається в країні та у світі. І повірте, ці погляди викликають сльози захоплення. Так склалася обставина, що Оля також є першим бекісітером моєї дитини...

Чи багато ви знаєте книжок, написаних ембріологами про свою роботу? А я, як людина, яка пройшла багато клінік з екстракорпоральним заплідненням, вам відповім — нуль. Книжка розповідає про досягнення науки в галузі зародження життя. Справжня ода складності життя й людському інтелекту! Книжка висвітлює неймовірно довгий шлях до народження дітей, які були запліднені у пробірці! Ці діти реально щасливі, і в книжці це детально доводиться! Коли я читала, в мене періодично хололо все всередині — від складності шляху, який уже подолала я!

Рекомендую читати майже всім. Батькам, що стали ними в природний спосіб, щоб усвідомлювати, як їм пощастило. Майбутнім батькам, що зазнають зараз складнощів із заплідненням, адже в книжці покроково висвітлюються етапи, через які вони проведуть. Прочитавши цю книжку, вони не так боятимуться невідомого. Підліткам, які з'явилися на світ за допомогою ЕКЗ. Діти, народжені завдяки технологіям екстракорпорального запліднення, просто мають знати, який величний бекграунд стоїть за їхньою появою на світ!

У книжці багато інформації, нової навіть для підкованих читачів наукопу. Ну, і особливий стиль — інтелектуальний гумор плюс щирість авторки не залишать вас байдужими!

**Оксана,**  
мама Сави

# Зміст

|  |     |
|--|-----|
| Словник  | 9   |
| Передмова. Евакуація   | 15  |
| Розділ 1. Я хочу стати мамою                                 | 23  |
| Розділ 2. Я хочу стати батьком                               | 37  |
| Розділ 3. Перший візит до лікаря                             | 69  |
| Розділ 4. Суперовуляція                                      | 87  |
| Розділ 5. Нульовий день. Збір урожаю                         | 111 |
| Розділ 6. Нульовий день.<br>Підготовка сперматозоїдів        | 137 |
| Розділ 7. Нульовий день. Запліднення                         | 157 |
| Розділ 8. Культура ембріонів                                 | 183 |
| Розділ 9. Піу-піу лазерними бластерами.<br>Генетика ембріона | 213 |
| Розділ 10. Льодовиковий період                               | 243 |
| Розділ 11. Колонізація Марсу. Трансфери                      | 259 |

|   |     |
|---|-----|
| Розділ 12. Треті не зайві. Донація<br>і сурогатне материнство | 277 |
| Розділ 13. Україна — ядерна держава                           | 295 |
| Розділ 14. Не повторюйте цього<br>в реальному житті           | 307 |
| Розділ 15. Який чудесний світ новий                           | 319 |
| Список літератури   | 333 |

# Передмова

## Евакуація

**Т**ривожний наплічник у мене був готовий завчасно. Документи зібрані, гроші, змінні речі, трохи їжі, трохи ліків. Не маю жодного уявлення, чому з одягу я збрала в наплічник саме форму для бігу. Типу я так часто бігала останнім часом? Ні. Чи планувала на війні зайнятися спортом, як робила це на початку локдауну 2020 року? То вже загадка дивних зашкварів мозку.

Мене звично розбудив будильник о 6-й ранку, я навіть відклала сигнал на десять хвилин, щоб повалятися в ліжку. Вже в телефоні в робочому чаті лабораторії побачила обговорення, хто чув вибухи. На кілька хвилин шок, що ракетні удари були майже в усіх містах України. Чомусь уявляла, що все має бути поступовіше, чи що, не так раптово. Я вдягнулася, взяла готовий до всього наплічник і зависла на хвилинку, не знаючи, що робити. Коли не знаєш, що робити, можна завжди їхати на роботу.

Крім того, мої діти чекали саме там, на роботі. І тут я, на жаль, уже сама почула вибухи.

В умовах тих страшних київських заторів мали шанси дістатися роботи лише четверо з дев'яти ембріологів, комусь потрібно було вивезти дітей у безпеку, а от колега Даша приїхала не лише з тривожною валізкою, а й з котом. Друзі залишили доглядати, полишити його їй було страшно, і в умовах невизначеності він чекав у роздягальні клініки. Я їхала з передмістя в центр у протилежному напрямку затору, але все одно повільно.

Так вийшло, що за день до я відправила куди потрібно шовіністичних ембріологів з росії в одному великому СНД-шному робочому чаті, й ми за кілька годин організували свій український професійний чатик і атмосферну тусовку на приблизно 120 ембріологів з усіх куточків країни. Буквально за час дороги до роботи ми змогли обговорити там декілька варіантів дій у цій ситуації, що робити з пацієнтами, які вже в гормональній стимуляції і яким обов'язково потрібно зробити пункцію яєчників і забрати яйцеклітини. Чи варто зупинити стимуляції, які ще можна зупинити? Чи варто заморозити абсолютно всі ембріони, які перебувають в інкубаторах лабораторії, ростуть собі й нічого не підозрюють, чи таки чекати, поки вони дотягнуть до п'ятого дня розвитку? Чи варто скасувати всі підсадки ембріонів у матку пацієнток, які готувалися до настання вагітності? Що робити з посудинами Дьюара, в яких зберігаються ембріони, й чи буде взагалі в умовах війни рідкий азот, щоб підтримувати такі кріосховища? Корисний

виявився чатик, і в перший день, і в перший місяць, взаємопідтримка колег була неймовірною. А ще ми вмовляли всі міжнародні компанії й організації, що виробляють середовища й обладнання для штучного запліднення, зупинити роботу в Росії, для мене ця країна не заслуговує на доступ до таких технологій.

Ще ніколи так швидко ми не заморожували культивовані ембріони близько двадцяти пацієнтів. Болючим для мене стало, що там були ембріони й моїх двох знайомих: коли знаєш особисті історії людей, які так довго хочуть завагітніти, важко відмежуватись і без емоцій виконувати роботу. Навіть відтермінування на один рік може виявитися критичним для жінок з майже вичерпаним резервом яєчників, війна стирає в порошок надії таких жінок. Паралельно ми зібрали яйцеклітини в жінок, у яких на цей день були заплановані такі процедури, і без проведеного запліднення теж усе заморозили.

Частину посудин Дьюара, в яких зберігаються ембріони та яйцеклітини, відразу завантажили в машини мого керівника лабораторії й наших партнерів — медичних кур'єрів, і ті виїхали в напрямку безпечнішого Львова. Ці посудини — величезні термоси, в яких вміщується 50 л рідкого азоту. В кожному такому Дьюарі зберігаються ембріони приблизно 200–250 пацієнтів. У нашому кріосховищі аж 25 таких баняків з ембріонами та з банком донорських яйцеклітин. Керівництво змогло вивезти кріосховище до Львова повністю лише за два тижні декількома перевезеннями.

На цьому подорож не завершилася. Навіть у відносно спокійних регіонах України була проблема дефіциту рідкого азоту. Багато підприємств зупинили його виробництво й лише відвантажували раніше накопичені запаси. Дьюари потребують постійного підтримання рівня азоту, інакше вберегти ембріони неможливо. Партіями ми почали вивозити Дьюари до Словаччини. Колеги в перші дні простояли в чергах на кордоні понад 30 годин. Коли перетинала кордон я, це вже була відносно легка поїздка, якихось 24 години за кермом від Львова до Братислави. Ніколи не думала, що я, як водій-початківець, зможу таке витримати.

Тут скажу відверто: коли на другий день війни я вже прокинулася сама від звуків вибухів збитої ракети в районі Осокорків, мене охопив страх. Першого дня я була спокійна, наступного ж відчула себе боягузкою й зрозуміла, що в Києві не залишуся. Не очікувала, що страх може паралізувати мене аж так, тож розчарована цим фактом і собою.

Після евакуації ми зосередилися на підтриманні кріосховища. Багато іноземних пацієнтів просили перемістити свої ембріони в клініки, де можливо продовжити лікування, й ми частково виконували роботу медичних кур'єрів і розвозили їх по світу в посудинах меншого об'єму, в таких собі бідончиках, де ембріони перебувають у парах азоту. Мої ембріони теж зі мною. Лише зараз я оцінила, що минулого року прийняла, можливо, одне з найважливіших рішень свого життя: заморозити свої ембріони, поки вік це дозволяє, і відтермінувати материнство до моменту, коли буду до цього