



Van, hogy a meddőségnek nincs testi oka. Valamiért mégis gyermektelen marad az amúgy egészséges házaspár, olykor sokévnnyi küzdelem ellenére. Ilyen esetekben (is) különösen fontos lehet a lelki támogatás, a pszichoterápia.

Lelki gubancok a baba útjában

Magyarországon körülbelül háromszázezer küzdenek meddőségi problémákkal. A természetlen párok egyötödénél nem találnak az orvosok szervi bajt, tehát elvileg minden feltétel adott a teherbeeséshez, mégsem jön a baba. Milyen okok állhatnak a háttérben?



– kérdezem **Soponyai-Nagy Krisztinát**, a Lux Baba Program egyik vezetőjét. Krisztina pszichológus, egykori

Lux Elvira tanítvány, a legendás szexológus szellemi örökségének egyik gondozója, továbbfejlesztője, a természetlenség-terápia szakértője. – Tudjuk, hogy a lelki problémák testi tüneteket okozhatnak. A stressztől például nemcsak a fejünk fájdulhat

meg, hanem a hormonrendszerben is zavart okozhat.

A meddőség pszichés okai sokfélék lehetnek. Gyermekkori traumák, mérgező munkahelyi légkör, rejtett párkapcsolati problémák – ahány ember, annyi történet. Van, akit tudat alatt az anyai, illetve apai szerep rémiszt meg. Érdekes módon

teher lehet a nehéz gyerekkor éppúgy, mint az, ha valakinek remek szülei voltak, mert van, aki úgy érzi, hogy hozzájuk képest nem lehet elég jó. Napjaink speciális problémája az információözön gerjesztette szorongás. A témával kapcsolatban rengeteget olvasnak a párok, mindennel tisztában vannak,

csak éppen egyre frusztráltabbá teszi őket a tudás, amely mégsem vezet eredményre. Volt egy asszony az egyik csoportunkban, akinek természetes úton nem lehetett gyereke, de erős félelem, ellenállás alakult ki benne a mesterséges megtermékenyítéssel szemben. Azért jött, hogy együtt eljussunk oda, hogy el tudja fogadni a lombikprogramot – vagy akár képes legyen lemondani a vérszerinti gyermekről. Olyan páciensünk is volt, aki pánikbeteg lett a meddőségi kezelése nyomán. Ezek a többéves, minden szempontból kimerítő procedúrák megviselik a párokat. Sokszor látom, hogy akkor járnak sikerrel, ha képesek megszabadulni a göröcsöktől, és nem minden gondolatuk a vágyott kisbaba

Egyre több a meddő pár

Terméketlenségről akkor beszélünk, ha tizenkét hónapig tartó védekezés nélküli együttlét után sem következik be a megtermékenyülés. Az USA-ban azonban már fél év sikertelen próbálkozás után javasolják a kivizsgálást az idővesztés csökkentése végett. A meddőség egyre több házaspárt érint világszerte: 11-15%-uk küzd meddőséggel. Forrás, további információ: www.luxbabaprogram.hu



körül forog. Megnyugszanak, és gyakran megtörténik a „csoda”.

A Lux Baba Program

A nemrég elhunyt **Dr. Lux Elvira** 46 éven át foglalkozott meddő párokkal. Kutatta a megtermékenyülést gátló lelki tényezőket. Több mint 500 gyermek fogant meg az ő terápiás segítségével.

A professzorasszony tanítványai irányítják napjainkban a Lux Baba Programot. Csoportterápiás módszerrel dolgoznak, tapasztalatuk szerint ugyanis ezen a területen nagyon hatékony tud lenni így a segítség, a meddő párok egymást is támogatják, összetartanak később is.

A terápia kezdetén a férfiak stressz- és depressziószintje magasabb, mint a párjuké. Talán mert míg mi, nők könnyebben beszéljük ki magunkból a fáj-

dalmat, a férfiak zárkózottabbak, egy ilyen kényes témáról pláne nem beszélgetnek a barátaikkal. A másik ok talán a férfiak problémamegoldó beállítottsága. Legtöbbjük konkrét megoldást keres minden helyzetben, és ha a gyermekáldás várat magára, frusztrált lesz, tehetetlennek érzi magát párja szenvedése láttán. Itt, a csoportban könnyen megnyílnak a férfiak, és a csoportmunka végére oldódik bennük a feszültség, sokkal op-



A tanítványok átvették a stafétát dr. Lux Elvirától

Milyen lelki okai lehetnek a meddőségnek?

- stressz ■ bizonytalanság / félelem a szülőszerepkel kapcsolatban ■ párkapcsolati problémák ■ élet-történetben rejlő tapasztalatok, viselkedésminták, traumák, amelyek megterheltek a személyiséget ■ túlaggódás, „rágórcsölés”, önmagunk hibáztatása, tévelygés az információáradatban.



timistábbak, reménykedőbbek a jövőt illetően, mint korábban.

A Lux Baba Program négy hónapon át tart, egy-egy hétvégen találkoznak a terápia résztvevői és a szakemberek. Foglalkoznak stressz-szel, életmódbeli kérdésekkel, párkapcsolati és szexuális problémákkal, önismeret-fejlesztéssel, relaxációs technikákkal. Eddig három csoport indult (kurzusonként 5-6 párral és néhány hölgyel, akik egyedül érkeztek), és a legutóbbi csoportban még a program ideje alatt az 5

párból kettőnél is megfogant a baba. Épp a napokban született egy újabb Lux-baba. A szülők hat éven át próbálkoztak, túlesetek öt sikertelen lombikprogramon, sok inszemináción.

Amikor nem jön a baba, a szülők nem tudják, mi lehet az ok – mondja Krisztina. – De ha utólag visszagondolnak arra az időszakra, amikor türelmetlenül várták a baba érkezését, meg fogják érteni, miért éppen most történt, és miért nem korábban. Mint egy puzzle-ban, helyükre kerültek a dolgok.

ISMERJE MEG PÉNZÜGYI OLDALUNKAT IS!

POSTA SZEMÉLYI KÖLCSON EXTRA AKCIÓBAN IS:

- POSTA BANKSZÁMLÁVAL
- AKÁR 1 HAVI AJÁNDÉK TÖRLESZTŐRÉSZZEL

THM: **10,55-23,77%**



POSTA PÉNZÜGYI MEGOLDÁSOK

A THM (teljes hitel díjmutató) meghatározása az aktuális feltételek, illetve a hatályos jogszabály figyelembevételével, Posta Személyi Kölcsön jövedelemátutalás nélküli konstrukció esetén 500 ezer forint hitelösszeg és 3 éves futamidő feltételezésével, Posta Személyi Kölcsön Extra akció/ Posta Személyi Kölcsön Extra akció Hitelkiváltásra konstrukció esetén 2 millió Ft hitelösszeg és 5 éves futamidő feltételezésével, a 2016. szeptember 6. napján érvényes kondíciók alapján történt. Továbbá Posta Személyi Kölcsön jövedelemátutalás vállalása/ Posta Személyi Kölcsön Extra akció/ Posta Személyi Kölcsön Extra akció Hitelkiváltásra konstrukció esetén a THM meghatározása az **egyhavi törlesztőrésztel visszatérítést feltételezve** történt, az alábbi járulékos szolgáltatások figyelembevételével: Posta Bankszámlához tartozó számlavezetési díj, törlesztés beszédésének díja.

Reprezentatív példa: Posta Személyi Kölcsön Extra akció/Posta Személyi Kölcsön Extra akció Hitelkiváltásra.

Hitelösszeg (hitel teljes összege): 2 millió Ft; futamidő: 5 év; hitelkamat: 9,99%; hitelkamat típusa: rögzített, a teljes futamidő alatt fix; folyósítási jutalék: 20 000 Ft; bankszámlavezetés díja: 249 Ft/hó; törlesztés beszédésének díja: 128 Ft; havi törlesztőrészlet: 42 623 Ft; a hitel teljes díja: 557 432 Ft; visszafizetendő teljes összeg: 2 557 432 Ft. THM: 10,55%. Az egyhavi törlesztőrészlet visszatérítésének feltétele: Posta Személyi Kölcsön jövedelemátutalás vállalása mellett konstrukció/ Posta Személyi Kölcsön Extra akció/ Posta Személyi Kölcsön Hitelkiváltásra konstrukció választása, a teljes szerződéses összeg folyósítását követő 6 havi esedékesség tekintetében a konstrukció feltételeinek teljesítése, és az esedékességek napján a teljes törlesztőrészlet megfizetése. A 2. havi törlesztőrészlettel megegyező összegű visszatérítés a törlesztés 7. esedékessége hónapjának végéig, az Ügyfél Banknál vezetett Posta Számlacsomagjára kerül jóváírásra.

Az Ügyfél által választott törlesztési nap függvényében az első törlesztőrészlet magasabb lehet.

Posta Személyi Kölcsön jövedelemátutalás vállalása és Posta Személyi Kölcsön Hitelkiváltásra jövedelemátutalás vállalása mellett konstrukció alapfeltétele a rendszeres, legalább havi 80 000 Ft jövedelem átutalásának vállalása/fenntartása a Postahelyen nyitott lakossági bankszámlára. Posta Személyi Kölcsön Extra és Posta Személyi Kölcsön Extra akció Hitelkiváltásra akció konstrukció igénylésének feltétele minden hónapban nettó 200 ezer forintot elérő jövedelem megléte, és a teljes jövedelem átutalásának vállalása a Postahelyen nyitott lakossági bankszámlára. Amennyiben a feltétel(ek) nem teljesülnek, abban az esetben a következő esedékességi időponttól a kölcsön a futamidő végéig átárazásra kerül a Posta Személyi Kölcsön jövedelemátutalás nélküli konstrukció – szerződéskötéskor érvényes - kondícióira.

A tájékoztatás nem teljes körű, a részletes információkat a Posta Személyi Kölcsön Hirdetmény és a Posta Személyi Kölcsön Általános Szerződési Feltételek tartalmazzák.

A Posta Személyi Kölcsön az FHB Bank Zrt. szolgáltatása, melyet a Magyar Posta Zrt. mint közvetítő értékesít.

Az ajánlat a 2016. szeptember 6. napjától visszavonásig, de legkésőbb a 2016. október 31. napjáig befogadott Posta Személyi Kölcsön igénylésekre vonatkozik. A Bank a bírálót jogát fenntartja.

www.posta.hu

