Udredning før fertilitetsbehandling

Er I ikke blevet gravide efter **1 år** med regelmæssig sex uden prævention, kan vi undersøge jer begge og henvise jer til fertilitetsbehandling. Er du **enlig**, eller er I **to kvinder**, behøver I ikke vente et år.

1
Efter 1 år
Eller tidligere, hvis der er en oplagt årsag.

2
I undersøges begge
Kvinden og partneren skal have taget prøver.

3
Prøver holder 3 mdr.
Ældre svar kan ikke bruges i henvisningen.

4
Før kvinden fylder 40
skal henvisningen til offentlig behandling være modtaget.

Kontakt os tidligere end efter 1 år, hvis …

- kvinden er **over 35 år**
- der er et **kendt problem hos manden**, fx testikler, der ikke faldt ned i pungen som barn
- menstruationen kommer med **mere end 35 dages mellemrum**, eller der ikke er ægløsning, fx ved PCOS
- en af jer har haft svært ved at få børn i et **tidligere forhold**
- kvinden har **endometriose**, har fået fjernet en æggeleder eller har haft en graviditet uden for livmoderen

Sådan foregår det hos os

1 · Fertilitetssnak
Med en læge eller sygeplejerske, evt. over video. Vi taler om helbred, hvor længe I har forsøgt, og offentlig eller privat behandling.

→

2 · Prøver
Blodprøver og andre undersøgelser hos jer begge (se nedenfor). Æggelederne undersøges hos en gynækolog.

→

3 · Svar og henvisning
Lægen gennemgår svarene med jer, evt. over video, og **henviser jer**, hvis der er grund til det, og I er klar til at starte.

→ **Kontakt klinikken** for at få en tid. Tag din partners CPR-nummer med, for I henvises sammen.

Undersøgelser før henvisningen

Kvinden

- **Blodprøver:** hvor mange æg der er tilbage (AMH), stofskifte, HIV, leverbetændelse og beskyttelse mod røde hunde. Ekstra hormonprøver, hvis menstruationen kommer med mere end 35 dages mellemrum
- **Klamydiatest**, højde og vægt, og **celleprøve**, hvis det er tid til den
- **Æggelederne:** ultralyd hos en gynækolog, der viser, om de er åbne

Partneren

Alle partnere: blodprøver for HIV og leverbetændelse. Det er et krav, også når partneren er en kvinde.

Mænd: flere blodprøver og en **sædanalyse**. Vi bestiller den, og du booker selv tiden. Vi spørger også til fx tidligere sygdom i testiklerne, kræftbehandling, sterilisation og brug af anabolske steroider eller hash.

SÆDANALYSE
Book tid til sædanalyse
citydoctors.dk/links ↗

Hvor kan I blive behandlet?

	Offentlig fertilitetsklinik	Praktiserende gynækolog	Privat klinik
Behandling	Insemination og reagensglas. **Gratis**	Insemination	Alle typer. I betaler selv
Alder	Henvisning **modtaget før 40 år**. Behandling til 41 år	Til kvinden fylder 46	Til kvinden fylder 46
Donorsæd	Betales af regionen	I betaler selv	I betaler selv
Henvisning	Fra os	Fra os	I kontakter selv klinikken

Offentlig behandling kræver, at I højst har ét fælles barn (enlige: højst ét barn). Der er op til 6 forsøg med reagensglas pr. barn. Reglerne ændres jævnligt, så vi tjekker dem med jer.

Det kan forsinke henvisningen

- **Kvinden fylder snart 40:** kontakt os i god tid, så vi kan nå prøverne
- **BMI over 35:** I kan ikke starte på offentlig klinik, og mange private klinikker siger også nej. Vægttab kommer først
- **Prøvesvar over 3 måneder gamle** skal tages om
- **Ikke beskyttet mod røde hunde:** du får en vaccine, og så skal behandlingen vente 1 måned

Gode råd, mens I forsøger selv

- Sex hver 2.-3. dag, især de **3 dage før ægløsning** og på selve dagen (ca. 14 dage før næste menstruation). Ingen stilling er bedre end andre
- **Folsyre 400 mikrogram** dagligt fra nu og til og med uge 12 af graviditeten. Højere dosis fra lægen, hvis en af jer har rygmarvsbrok, eller du har været gravid med et barn med rygmarvsbrok
- **Ingen rygning** eller alkohol, og mindre koffein
- **BMI 20-25**, også for manden. Motion regelmæssigt, men ikke overdrevet
- Anabolske steroider og hash **nedsætter sædkvaliteten**

Har I ikke forsøgt et år endnu, men vil gerne vide mere om jeres frugtbarhed?

Rigshospitalets **Fertilitetsrådgivning 4071** er gratis og kræver ikke henvisning. Kvinder får en ultralydsscanning af æggestokkene og en blodprøve, der siger noget om, hvor mange æg der er tilbage. Mænd får undersøgt en sædprøve. Bagefter får I en vurdering af jeres frugtbarhed og gode råd.

Åbn siden ↗

- Du skal bo i **Region Hovedstaden**, og I må **ikke have forsøgt i over et år**
- Rådgivningen skal ligge, **før kvinden fylder 41**
- Tid bestilles kun på telefon, som åbner få gange om året. Se datoerne på siden

Rådgivningen henviser ikke til behandling. Har I forsøgt i over et år, eller kender I til et problem, så kontakt os i stedet.

Kort fortalt: ingen graviditet efter 1 år → kontakt klinikken → fertilitetssnak → prøver hos jer begge → lægen henviser → offentlig behandling kræver, at henvisningen er modtaget, før kvinden fylder 40.

Kilder: sundhed.dk, Region Hovedstaden: *Forløbsbeskrivelse: Infertilitet* (2025) · Patienthåndbogen, sundhed.dk: *Nedsat frugtbarhed* (2024) · Rigshospitalet: *Fertilitetsrådgivning 4071* (2026).