

Fiosrachadh do Dhaoine Tar- ghnèitheach agus Neo-bhènearaidh: Gleidheadh Torrachais

A' reothadh uighean

Facal-tòiseachaidh

Ma tha thu a' beachdachadh air leigheas hòrmoin no lannsaireachd co-cheangailte ri gnè, dh'fhaodte gu bheil dragh ort mu mar a dh'fhaodadh na leigheasan sin buaidh a thoirt air do chomas clann bith-eòlasach a bhith agad. Fiù 's mur eil pàrantachd na phrìomhachas dhut an-dràsta, ma nì thu gleidheadh air do thorrachas an-dràsta, bheir sin roghainnean dhut airson an àm ri teachd. Tha am fiosrachadh seo a' mìneachadh mar a bheir leigheasan co-cheangailte ri gnè buaidh air torrachas agus na dòighean glèidhteachais a tha rim faighinn.

Tha e doirbh dèiligeadh ri dysphoria gnè, agus mar sin tha mòran dhaoine tar-ghnèitheach agus neo-bhìnearaidh airson tòiseachadh air leigheasadh cho luath 's a ghabhas. Ach, ma bheirear seachad an tìde gus coimhead air gleidheadh torrachais ro làimh, cuidichidh seo gus dèanamh cinnteach nach gabh thu aithreachas nas fhaide air adhart. Mur a dèan thu gleidheadh torrachais mus tòisich thu air leigheasadh hòrmoin, tha an fhianais a' sealltainn gur dòcha gun tig piseach air do thorrachas mas e is gun sguir thu den leigheasadh hòrmoin, ach dh'fhaodte nach tachair seo agus mar sin gum bi e nas duilghe fàs trom.

Ma bhruidhneas tu ri proifeiseantach cùram-slàinte mus tòisich thu air tar-ghluasad gnè meidigeach no tro lannsaireachd, bheir seo tuigse nas soilleire dhut air na roghainnean agad a thaobh torrachais. Ged a tha e cudromach do mhòran dhaoine a bhith a' tòiseachadh air leigheasadh cho luath 's a ghabhas, cuidichidh e thu gus co-dhùnadh fiosraichte a dhèanamh ma bheachdaicheas tu ro làimh air gach taobh den bheatha agad san àm ri teachd, a' gabhail a-steach torrachas.

Ma tha thu a' tuigsinn dè na roghainnean a th' agad a-nis, is urrainn dhut co-dhùnaidhean a dhèanamh a tha a' co-thaobhadh an dà chuid ri do thurais gnè agus ri plana sam bith a th' agad a thaobh teaghlach san àm ri teachd.

Dè th' ann an torrachas?

'S e torrachas an comas clann a bhith agad. Bidh reothadh uighean a' gleidheadh na roghainn feuchainn ri clann bith-eòlasach a bhith agad san àm ri teachd.

Ciamar a bheir leigheasadh co-cheangailte ri gnè buaidh air torrachas?

Dh'fhaodadh leigheas agus lannsaireachd hòrmoin buaidh a thoirt air do thorrachas, uaireannan gu maireannach. Tha a' bhuidhe a bheir e a rèir nàdar agus faid an leigheasaidh.

- Is dòcha gun cuir leigheasadh hòrmoin (testosterone agus bacadairean inbhidheachd/ hòrmoin) bacadh air torrachas. Ged a bhios torrachas a' tilleadh a-rithist ma sguirear an leigheasadh, chan eil seo cinnteach.
- Bidh obair-lannsaireachd mar eisimpleir a bhith a' toirt air falbh nam pìoban-uighe agus an t-ughagan (salpingo-oophorectomy) no a' mhachlag (hysterectomy) ag adhbharachadh neo-thorrachas gu bràth. Ma tha thu a' beachdachadh air na seòrsaichean lannsaireachd seo, tha e ro-chudromach beachdachadh air roghainnean airson gleidheadh torrachais ro-làimh.

Leis gun gabh na buaidhean aig leigheasadh hòrmoin air torrachas ath-thionndadh gu tric, tha iomadh eisimpleir ann far an do sguir daoine tar-ghnèitheach leigheasadh hòrmoin agus far an robh iad comasach air fàs trom gu nàdarra agus leanabh slàn a bhith aca.

Thathar a' moladh gu làidir dhaibhsan a dh'fhaodadh a bhith ag iarraidh clann bhith-eòlasach a bhith aca san àm ri teachd an cuid uighean a reothadh mus tòisich air leigheas hòrmoin. Ged a dh'fhaodadh e a bhith comasach fhathast torrachas a ghleidheadh às dèidh tòiseachadh air leigheasadh, is dòcha gum feumar stad a chur air leigheas hòrmoin fad beagan mhìosan, is dòcha dhà gu ceithir mìosan.

Ma nì thu planadh airson gleidheadh torrachais mus dèan thu eadar-ghluasad gnè, nì seo cinnteach gum bi roghainnean eile agad ma tha thu ag iarraidh feuchainn ri clann bhith-eòlasach a bhith agad nas fhaide air adhart.

Dè th' ann an gleidheadh torrachais?

Le gleidheadh torrachais, thèid uighean a stòradh gus am bi an roghainn agad feuchainn ri clann a bhith agad san àm ri teachd. Bheir cuid de leigheasan meidigeach, a' gabhail a-steach teiripe hòrmoin co-cheangailte ri gnè buaidh air torrachas le bhith ag adhbharachadh neo-thorrachas rè ùine no gu buan. Dh'fhaodte gum mol an sgioba cùram-slàinte agad gun coinnich thu ri speisealaiche torrachais gus na roghainnean agad a dheasbad agus na ceistean agad a fhreagairt.

Ma cho-dhùineas tu gu bheil thu airson a dhol air adhart, thèid do chur air adhart dhan Ionad Torrachais as fhaig ort - ach dh'fhaodte nach e an t-ospadal ionadail agad a bhios ann. Bidh an t-seirbhis gnè agad agus na speisealaich torrachais ag obair còmhla gus do ghleidheadh torrachais a phlanadh agus a cho-òrdanachadh còmhla ri do leigheasadh, a' dèanamh cinnteach gu bheil a h-uile rud air a riaghladh gu math agus ann an dòigh thaiceil.

Dè tha an lùib reothadh uighean?

Tha reothadh uighean a' gabhail a-steach beagan cheumannan:

- Gheibh thu in-steallaidhean hòrmoin gus an cruthaich do bhodhaig iomadh ugh.
- Thèid sùil a chumail air d' adhartas le sganaidhean ultrasound agus deuchainnean fala.
- Nuair a bhios na h-uighean abaich, thèid an cruinneachadh ann an obair lannsaireachd ghoirid agus gheibh thu cungaidh-chiùineachaidh rè na lannsaireachd.
- Thèid na h-uighean abaich a reothadh agus a stòradh an uair sin.

A bheil frith-bhuaidhean ann?

Mar as òige a tha thu, 's ann as coltaiche a tha e gum freagair d' ughagan gu math ri cungaidhean-leighis torrachais, ach tha riosg beag ann bho shionndrom ro-bhrosnachaidh an ughagain (ovarian hyperstimulation syndrome - OHSS) dhan a h-uile duine, ge b' e dè an aois a tha iad. 'S e freagairt ris na h-in-steallaidhean hòrmoin a tha seo, a dh'fhaodadh a bhith dona, far am bi ughagain a tha ro-bhrosnaichte a' fàs agus a' toirt a-mach ceimigean a dh'fhaodadh toirt air soithichean fala aoidion.

Bidh sinn a' lùghdachadh an riosg seo le bhith a' taghadh an t-seòrsa agus an dòs de dh'in-stealladh hòrmoin gu faiceallach. Bidh timcheall air aonan anns gach trìuir a' faighinn OHSS nach bi ro dhona, agus mar as trice faodar dèiligeadh ris aig an taigh le faochadh pian agus cungaidh-leigheis tro òrdugh-cungaidh fad beagan làithean.

Dè cho fad 's a bhios mi san ospadal?

Mar as trice faodaidh tu a dhol dhachaigh uair a thide no dhà às dèidh pròiseas cruinneachaidh nan uighean. Tha e àbhaisteach gum bi beagan sileadh fala aotrom ann, agus mar as trice falbhaidh pian abdomanach sam bith taobh a-staigh 12 uair a thide le faochadh pian.

Chan eil cinnt gum bi na h-uighean uile a thèid a chruinneachadh freagarrach airson reothadh. Dh'fhaodte gum toir factaran leithid aois, leigheasan roimhe, no suidheachaidhean slàinte eile buaidh air càileachd agus uiread nan uighean. Mur a bi na h-uighean a chruinnichear de chàileachd a tha math gu leòr, dh'fhaodte nach gabh an reothadh. Cha bhi fios againn air seo gus an tèid na h-uighean a chruinneachadh agus a sgrùdadh san deuchainnlann.

Ma cho-dhùineas sinn nach gabh na h-uighean agad a reothadh, leigidh sinn fios thugad agus bruidhnidh sinn mu chuirtean cruinneachaidh uighean eile, ma bhios sin iomchaidh.

Tha mi air tòiseachadh air leigheas hòrmoin no cungaidh-leigheis gus bacadh a chur air inbhidheachd (puberty) mar-thà – dè na roghainnean a th' agam?

Ma tha thu air tòiseachadh air teiripe hòrmoin mar-thà, a' gabhail a-steach bacadairean inbhidheachd no bacadairean hòrmoin agus ma tha thu airson do thorrachas a ghleidheadh, dh'fhaodte gum bi seo comasach fhathast. Bu chòir dhut bruidhinn ris an speisealaiche torrachais agad. Dh'fhaodte gum mol iad gun cuir iad stad air do chungaidh-leigheis gus mùchadh an ughagain a lùghdachadh, agus gus an àireamh de dh'uighean a ghabhas stòradh a mheudachadh.

Nan adhbharaicheadh a bhith a' cur stad air teiripe hòrmoin airson cruinneachadh nan uighean dragh dhut, is dòcha gum bi thu airson coimhead air dòighean eile airson a bhith a' dol nad phàrant, a' gabhail a-steach uighean tabhartais no uchd-mhacachd.

Tha mi air a bhith a' faighinn leigheas hòrmoin agus tha mi an impis lannsaireachd ath-chruthachadh nam ball-gineamhainn fhaighinn, dè na roghainnean a th' agam gus mo thorrachas a ghleidheadh?

Ma tha thu a' faighinn lannsaireachd ath-chruthachaidh nam ball-gineamhainn, 's e an aon roghainn a th' agad ma tha thu airson feuchainn ri clann bhith-eòlasach a bhith agad gun stòraich thu do chuid uighean ron obair lannsaireachd. Às dèidh obair lannsaireachd, dh'fhaodte nach bi e comasach uighean a dhèanamh no a chruinneachadh tuilleadh.

Cò a tha ion-roghnach air stòradh uighean air a mhaoineachadh leis an NHS?

Airson a bhith ion-roghnach airson stòradh uighean air a mhaoineachadh leis an NHS, chan eil e gu diofar a bheil cèile agad gus nach eil, ach feumaidh tu slatan-tomhais sònraichte airson gleidheadh torrachais a choileanadh. Ann an Alba, 's iad na riatanasan ion-roghnachd aig an àm seo:

- Feumaidh tu a bhith nas òige na 40 bliadhna a dh'aois.
- Feumaidh do BMI a bhith nas ìsle na 35.
- Chan fhaod clann bith-eòlasach sam bith a bhith agad.
- Chan fhaod thu a bhith air do steireileachadh.

Cha toir lannsaireachd ath-shònrachaidh gnè, às dèidh dhut gleidheadh torrachais fhaighinn, buaidh air ion-roghnachd airson leigheasadh feiseil NHS fhaighinn. Ach tha slatan-tomhais fa leth ann airson leigheasadh torrachais air a mhaoineachadh leis an NHS a thaobh a bhith a' cleachdadh do chuid uighean stòraichte san àm ri teachd. Dh'fhaodadh gun atharraich na slatan-tomhais thar ùine, agus chan eil e comasach a ràdh dè na riatanasan a bhios ann sna bliadhnaichean ri teachd.

Dè thachras nuair a chì mi an speisealaiche torrachais?

Aig a' choinneimh agad, mìnichidh an dotair no nurs speisealach pròiseas reothadh nan uighean agus freagraidh iad ceist sam bith a th' agad.

Ma cho-dhùineas tu gu bheil thu airson a dhol air adhart, mìnichidh an speisealaiche am pròiseas dhut, a' gabhail a-steach pàipearan a dh'fheumas tu lionadh (a dh'fhaodadh a bhith a' gabhail a-steach eachdraidh siubhail o chionn ghoirid) agus foirmean cead a lionadh airson leigheasadh agus airson sil-ghinidh a stòradh. Nì thu deuchainnean fala cuideachd feuch a bheil galaran-ghabhaltach ann. Tha na ceumannan seo riatanach gus dèanamh cinnteach gun gabh do chuid uighean a stòradh, a' coileanadh a h-uile riatanas riaghlaidh airson a bhith air a cleachdadh san àm ri teachd.

Dè na builean laghail bho bhith a' stòradh uighean?

Ann an RA, tha cleachdadh agus stòradh uighean air an riaghaladh le Ùghdarras Sìolachaidh is Eòlas Thùs-ghinean (Human Fertilisation and Embryology Authority - HFEA). Feumaidh tu aonta sgrìobhte a thoirt seachad airson na leanas:

- Stòradh do chuid uighean
- Cho fad 's a thèid do chuid uighean a stòradh
- Na h-adhbharan air an gabh do chuid uighean a chleachdadh
- Na miannan agad a thaobh na thachras leis na h-uighean tha thu air stòradh
- Dè bu chòir tachairt do na h-uighean agad ma gheibh thu bàs no mura bi thu comasach tuilleadh air d' aonta atharrachadh no a thoirt air falbh (tha iad seo nan ceistean àbhaisteach airson a h-uile neach a tha a' beachdachadh air gleidheadh torrachais)

Thèid do chuid uighean a stòradh airson 55 bliadhna aig a' char as fhaide, ach feumar d' aonta a thoirt seachad a-rithist gach 10 bliadhna.

Aon uair is gun tèid do chuid uighean a stòradh, tha e ro-chudromach conaltradh a chumail leis an ionad-stòraidh. Cuir fios thuca sa bhad mu bhios atharrachadh sam bith air d' fhiosrachadh conaltraidh, mar eisimpleir ma tha seòladh ùr agad, gus dèanamh cinnteach gun urrainn dhaibh fios a chur thugaibh. Mur a tèid aig an aonad stòraidh air fios a chur thugad tuilleadh, is dòcha nach bi e ceadaichte dhaibh do chuid uighean a stòradh tuilleadh agus gum bi aca ris an tilgeil air falbh.

Tha e cudromach innse dhan chlionaig mu atharrachadh sam bith ann an inbhe companais no atharrachaidhean ainm, oir dh'fhaodte gum feumar foirmichean aonta ùra a lìonadh gus an lean an stòradh.

Ma tha thu airson cead a thoirt dha do chompanach do chuid uighean a chleachdadh mas e is gum faigh thu bàs, feumaidh tu foirmichean cead sònraichte a lìonadh dhan ionad stòraidh gus seo a cheadachadh.

Ma cho-dhùineas tu nach eil thu airson 's gum bi do chuid uighean gan stòradh tuilleadh, bidh agad ri fios a chur dhan ionad stòraidh gus an tèid an tilgeil air falbh.

Am feumar mo leigheasadh co-cheangailte ri gnè a chur dheth ma thaghas mi gleidheadh torrachais?

Dh'fhaodte gun toir seo beagan tìde airson agallamhan clionaigeach, a bhith a' lìonadh foirmean riatanach agus a' dèanamh deuchainnean fala. Tha na ceumannan seo riatanach mus gabh do chuid uighean a reothadh.

Dè nì mi mur eil mi airson leantainn air adhart aig an ìre seo?

Ma cho-dhùineas tu gun a dhol air adhart le reothadh uighean aig an ìre seo, tha sin gu tur ceart gu leòr. Tha an co-dhùnadh an urra riut fhèin. Tha e gu tur nàdarra a bhith a' faireachdainn mì-chinnteach agus tha e reusanta a bhith ag iarraidh barrachd tìde gus cnuasachadh air cùisean. Mura h-eil thu cinnteach, is dòcha gum biodh e feumail bruidhinn mu dheidhinn leis an sgioba cùram slàinte agad, le eòlaiche torrachais, no comhairliche gus tuigse nas fheàrr fhaighinn air na roghainnean agad.

Ma cho-dhùineas tu gun a dhol air adhart le reothadh uighean, cha toir seo buaidh air do chùram-slàinte a thaobh gnè agus faodaidh tu coimhead air gleidheadh torrachais agus roghainnean eile gus teaghlach a bhith agad san àm ri teachd ma thogras tu.

A bheil roghainnean eile ann mura h-urrainn dhomh gleidheadh torrachais a bhith agam mus tòisich an leigheasadh agam?

Ma cho-dhùineas tu gun a bhith a' stòradh uighean mus tòisich an leigheasadh agad, no mur a bi e comasach mus tòisich thu air leigheas hòrmoin, no leigheas co-cheangailte ri gnè dh'fhaodte gum bi na roghainnean torrachais agad cuibhrichte san àm ri teachd. Ma chuireas tu stad air an leigheasadh hòrmoin agad, dh'fhaodadh piseach a thighinn air do thorrachas agus gum b' urrainn dhut feuchainn ri leanabh a ghintinn gu nàdarra, ach bruidhinn air seo le sgioba na clionaig gnè agad an toiseach. Tha dòighean eile ann gus teaghlach a bhith agad:

- **A' cleachdadh Uighean Tabhartais:** Mur a tèid agad air do chuid uighean a chleachdadh às dèidh leigheasadh, dh'fhaodadh e a bhith na roghainn dhut uighean tabhartais a chleachdadh ann an leigheasadh torrachais nuair a bhios tu deiseil gus teaghlach a thòiseachadh.
- **Uchd-mhacachd:** Tha uchd-mhacachd na dhòigh eile air teaghlach a bhith agad. Faodar coimhead air an roghainn seo uair sam bith agus dh'fhaodadh e bhith na roghainn eile iomchaidh mura h-eil gintinn bith-eòlasach comasach.

Tha e fìor chudromach bruidhinn mu na roghainnean eile seo leis an speisealaiche torrachais agad agus leis an sgioba cùram-slàinte agad leis an sgioba cùram gnè agad gus an urrainn dhut an roghainn as fheàrr a thaghadh a rèir do shuidheachadh meidigeach, plana leigheis, agus amasan teaghlaich. Tha buaidhean eadar-dhealaichte aig gach roghainn agus bheir an sgioba cùram-slàinte agad stiùireadh sònraichte dhut.

Cò bheir comhairle dhomh gus mo chuideachadh gus co-dhùnadh dè nì mi?

Is urrainn na dotairean agus na nursaichean agad comhairle a thoirt seachad fhad 's a tha thu a' dèanamh a' cho-dhùnaidh seo. Ma thadhlas tu air an ionad torrachais, chan eil seo a' ciallachadh gum feum thu a dhol air adhart le gleidheadh sìol-ghinidh, ach bheir e cothrom dhut coimhead air na roghainnean uile agad.

Tha e cudromach feum a dhèanamh den lìonra taic àbhaisteach agad, leithid teaghlach, caraidean no buidhnean taic coimhearsnachd gus do chuideachadh le co-dhùnadh dè as fheàrr dhut. Ged nach eil comhairlichean an sàs gu dìreach anns a' chùram mheidigeach agad, faodaidh iad taic luachmhor a thabhann dhut gus co-dhùnadh am bu chòir dhut a dhol air adhart le gleidheadh torrachais agus taic fhaireachail a bharrachd a thoirt seachad tron phròiseas.

Ciamar a gheibh mi cothrom air comhairleachadh torrachais?

Bidh cothrom agad coinneachadh ri comhairliche torrachais a tha na eòlaiche air a bhith a' toirt taic do dhaoine thar-ghnèitheach agus neo-bhìnearaidh mus tèid thu air adhart le reothadh uighean. Tha ar comhairlichean uile nam buill de Chomann Comhairleachaidh Neo-thorrachas Bhreatainn (BICA). Aig a' choinneimh agad, bruidhnidh an comhairliche air na roghainnean agad agus cuidichidh iad thu gus beachdachadh air a bhith a' reothadh do chuid uighean agus air d' fhaireachdainnean mun chùis. Seo cothrom dhut ceist sam bith a th' agad a chur.

Thoir an aire nach eil comhairleachadh na phàirt den phròiseas agus mar sin nach toir e buaidh air an leigheasadh agad. Ma tha thu ag iarraidh taic a bharrachd, tha coinneamhan comhairleachaidh a bharrachd rim faighinn ro, rè no às dèidh an leigheasaidh agad.

Am faod mi mo cho-dhùnadh atharrachadh?

Faodaidh. Faodaidh tu do bheachd atharrachadh uair sam bith. Tha e àbhaisteach a bhith a' faireachdainn mì-chinnteach no iomagaineach mun phròiseas, agus ma bhruidhneas tu ri comhairliche no dotair torrachais, dh'fhaodadh seo do chuideachadh le bhith ag obair tro na faireachdainnean agad. Ach chan eil na còmhraidhean seo a' ciallachadh gum feum thu leantainn air adhart le gleidheadh torrachais.

Dè nì mi nuair a tha mi airson mo chuid uighean stòraichte a chleachdadh?

Feumaidh tu fios a chur chun an dotair-teaghlaich agad gus tar-chur iarraidh dhan ionad torrachais ionadail agad, gu sònraichte dhan ionad far a bheil do chuid uighean air a stòradh.

Feumar toirt fa-near cuideachd gum feumar slatan-tomhais a choileanadh gus leigheasadh torrachais fhaighinn air an NHS a' cleachdadh do chuid uighean a th' air a stòradh san àm ri teachd. Dh'fhaodadh gun atharraich na slatan-tomhais thar ùine, agus chan eil e comasach a ràdh dè na riatanasan a bhios ann sna bliadhnaichean ri teachd. Gheibhear na slatan-tomhais làithreach an seo – [Access Criteria NHS IVF Treatment Scotland – Fertility Network](#).

Càite am faighear taic agus fiosrachadh a bharrachd?

Tha reothadh uighean gu tric na thuras dùbhlach gu faireachail, agus tha e ro-chudromach an taic cheart fhaighinn ro, rè agus às dèidh leigheasadh. Bhrosnaicheamaid daoine gus taic iarraidh bho theaghlach, caraidean, lionraidhean co-leithid, buidhnean proifeasanta, agus seirbheisean comhairleachaidh. Tha beagan phrìomh ghoireasan gu h-ìosal:

- **Làrach-lìn HFEA: Reothadh Ùighean**
[Egg freezing | HFEA](#)
- **Làrach-lìn HFEA Gleidheadh Torrachais**
[Fertility preservation | HFEA](#)
- **HFEA: Fiosrachadh do Dhaoine Tar-ghnèitheach agus Neo-bhìnearaidh**
[Fiosrachadh do Dhaoine Tar-ghnèitheach agus Neo-bhìnearaidh | HFEA](#)
- **Gendered Intelligence**
[Gendered Intelligence](#) – A' toirt taic do dhaoine thar-ghnèitheach, gu h-àraidh daoine òga, ann a bhith a' dèiligeadh ri dearbh-aithne gnè agus dùbhlain co-cheangailte.
- **Comann Comhairleachaidh Neo-thorrachas Bhreatainn (BICA)**
[BICA: Professional Infertility Counselling Association in the UK](#) – Tha e a' toirt seachad comhairleachadh speisealach do dhaoine a tha a' faighinn leigheas torrachais agus gleidheadh torrachais.
- **GIRES (Comann Rannsachaidh is Foghlaim Dearbh-aithne Gnè - Gender Identity Research & Education Society)**
[Comann Rannsachaidh is Foghlaim Dearbh-aithne Gnè](#) – bheir e stiùireadh seachad do, agus bidh e a' tagradh às leth daoine thar-ghnèitheach agus daoine a tha eadar-mheasgte a thaobh gnè agus an teaghlaichean.
- **Scots Trans and Equality Network**
[Scottish Trans](#) – bidh e ag obair gus co-ionannachd, còraichean agus in-ghabhail a chur air adhart a thaobh dearbh-aithne gnè agus ath-bhuileachadh gnè ann an Alba. Tha Scottish Trans na phàirt den [Equality Network](#) a tha ag obair gus co-ionannachd, còraichean agus in-ghabhail LGBTQI+ a leasachadh ann an Alba.
- **LGBT Health and Wellbeing**
[LGBT Health and Wellbeing](#) – Tha e ag obair gus piseach a thoirt air slàinte is sunnd corporra, sòisealta agus inntinn inbhich LGBTQ+ (16+) ann an Alba.
- **LGBT Youth Scotland**
[LGBT Youth Scotland](#) – Carthannas nàiseanta na h-Alba airson daoine òga LGBTQ+ bho aois 13-25.

Fiosrachadh agus goireasan a bharrachd

- **The Fertility Alliance**

[The Fertility Alliance](#) – Carthannas nàiseanta airson torrachas a tha a’ tabhann taic agus fiosrachadh ceart do dhuine sam bith a tha airson barrachd fhaighinn a-mach mun an torrachas.

- **Fertility Network UK**

[Fertility Network UK](#) – Carthannas a bheir taic agus fiosrachadh seachad air gach taobh de thorrachas, a’ gabhail a-steach roghainnean gleidhteachais.

- **Seirbheisean Torrachais an NHS**

[Neo-thorrachas | NHS Inform](#) – Stiùireadh air seirbheisean torrachais an NHS agus fiosrachadh mu neo-thorrachas.

- **British Fertility Society**

[For the public » British Fertility Society](#) – Fiosrachadh mu thorrachas agus gleidheadh torrachais.