

# **Informacje dla osób transpłciowych i niebinarnych Zachowanie płodności**

## **Zamrożenie komórek jajowych**

# Wprowadzenie

Jeśli rozważasz terapię hormonalną lub operację afirmującą płeć, możesz mieć obawy, jeśli chodzi o wpływ tych zabiegów na Twoją zdolność do posiadania biologicznych dzieci. Nawet jeśli rodzicielstwo nie jest dla Ciebie obecnie priorytetem, to zachowanie płodności może zapewnić Ci rozwiązania na przyszłość. Niniejsze informacje przedstawiają wpływ zabiegów afirmujących płeć na płodność oraz dostępne metody jej zachowania.

Radzenie sobie z dysforią płciową może być przytłaczające i wiele osób transpłciowych i niebinarnych stara się rozpocząć leczenie najszybciej jak to możliwe. Jednakże poświęcenie czasu na przeanalizowanie metod zachowania płodności może pomóc w uniknięciu ewentualnych późniejszych rozterek. Jeśli przed rozpoczęciem terapii hormonalnej płodność nie zostanie zachowana, dowody medyczne sugerują, że Twoja płodność powróci po zaniechaniu terapii hormonalnej, ale istnieje też możliwość, że tak się nie stanie, co utrudni zajście w ciążę.

Rozmowa z lekarzem przed rozpoczęciem tranzycji medycznej lub chirurgicznej może pomóc Ci w lepszym zrozumieniu dostępnych rozwiązań w zakresie płodności. Choć szybkie rozpoczęcie terapii jest dla wielu osób istotne, to rozważenie wszystkich aspektów swojej przyszłości, w tym płodności, umożliwia podjęcie świadomej decyzji.

Zrozumienie swoich wyborów pozwala Ci na podjęcie decyzji zgodnych zarówno z drogą do odkrywania własnej tożsamości płciowej, jak i potencjalnymi planami założenia rodziny w przyszłości.

## Czym jest płodność?

Płodność to zdolność do posiadania dzieci. Zamrożenie komórek jajowych daje możliwość spróbowania posiadania biologicznych dzieci w przyszłości.

## Jak leczenie afirmujące płeć wpływa na płodność?

Terapia hormonalna i operacje mogą mieć wpływ na płodność, niekiedy na stałe. Wpływ ten uzależniony jest od rodzaju i długości terapii.

- Terapia hormonalna (testosteron i blokery dojrzewania/hormonów) może hamować płodność. Choć zaniechanie terapii zazwyczaj przywraca płodność, to nie ma takiej gwarancji.
- Zabiegi chirurgiczne, takie jak usunięcie jajowodów i jajników (salpingooforektomia) lub macicy (histerektomia), powodują trwałą bezpłodność. Jeśli rozważasz takie zabiegi, niezwykle ważne jest, aby uprzednio omówić rozwiązania w zakresie zachowania płodności.

Ponieważ wpływ terapii hormonalnej na płodność często jest odwracalny, istnieje wiele przypadków, w których osoby transpłciowe zaniechały terapii hormonalnej, mogły zajść w ciążę w sposób naturalny i urodzić zdrowe dzieci.

Zamrożenie komórek jajowych przed rozpoczęciem terapii hormonalnej zalecane jest w przypadku osób, które w przyszłości mogą zechcieć mieć biologiczne dzieci. Choć zachowanie płodności wciąż może być możliwe po rozpoczęciu terapii, to konieczne może być przerwanie terapii hormonalnej na pewien czas, przypuszczalnie od dwóch do czterech miesięcy.

Planowanie zachowania płodności przed tranzycją zapewnia Ci rozwiązania, jeśli w przyszłości postanowisz spróbować posiadać biologiczne dzieci.

# Czym jest zachowanie płodności?

Zachowanie płodności umożliwia Ci przechowywanie komórek jajowych, aby w przyszłości móc podjąć próbę posiadania dzieci. Niektóre zabiegi medyczne, w tym terapia hormonalna i operacje afirmujące płęć, mogą spowodować tymczasową lub trwałą niepłodność. Twój zespół medyczny może zalecić spotkanie ze specjalistą ds. płodności, aby omówić dostępne rozwiązania i uzyskać odpowiedzi na pytania.

Jeśli postanowisz przystąpić do zabiegu, otrzymasz skierowanie do najbliższego Centrum Leczenia Niepłodności, ale nie musi to być Twój szpital miejscowy. Specjaliści ds. opieki afirmującej płęć oraz niepłodności będą współpracować, aby skoordynować Twoje zachowanie płodności z Twoim leczeniem, zapewniając właściwie zarządzany i wspierający proces.

## Co wiąże się z zamrożeniem komórek jajowych?

Zamrożenie komórek jajowych obejmuje kilka kroków:

- Otrzymasz zastrzyki hormonalne, które pobudzą jajniki do wytwarzania wielu komórek jajowych.
- Twoje postępy będą monitorowane za pomocą USG i badań krwi.
- Gdy komórki jajowe dojrzeją, zostaną pobrane podczas krótkiego zabiegu chirurgicznego, na czas którego zostanie przeprowadzona sedacja.
- Dojrzałe komórki jajowe są następnie zamrażane i przechowywane.

### Czy są jakieś skutki uboczne?

Im osoba jest młodsza, tym większe prawdopodobieństwo, że jajniki dobrze zareagują na leki na płodność, ale istnieje niewielkie ryzyko zespołu hiperstymulacji jajników (OHSS), dla wszystkich bez względu na wiek. OHSS to potencjalnie poważna reakcja na zastrzyki hormonalne, w której przestymulowane jajniki powiększają się i uwalniają substancje chemiczne, które mogą powodować przeciekanie naczyń krwionośnych.

Minimalizujemy to ryzyko dzięki starannemu doborowi rodzaju i dawki zastrzyków hormonalnych. Około jedna trzecia osób doświadcza łagodnej postaci OHSS, którą zwykle można wyleczyć w domu w drodze kilkudniowego przyjmowania środków przeciwbólowych i przepisanych leków.

### Jak długo zostanę w szpitalu?

Zazwyczaj można wrócić do domu w ciągu godziny lub dwóch po zabiegu pobrania komórek jajowych. Lekkie krwawienie jest normalne, a wszelkie dolegliwości w jamie brzusznej zwykle ustępują w ciągu 12 godzin dzięki środkom przeciwbólowym.

Nie ma gwarancji, że wszystkie pobrane komórki jajowe będą nadawały się do zamrożenia. Czynniki takie jak wiek, uprzednie leczenie lub inne schorzenia mogą mieć wpływ na jakość i ilość komórek jajowych. Jeśli pobrane komórki jajowe nie są wystarczająco dobrej jakości, mogą nie nadawać się do zamrożenia. Okaze się to dopiero po zabiegu pobrania komórek jajowych i badaniu laboratoryjnym.

Jeśli ustalimy, że Twoje komórki jajowe nie nadają się do zamrożenia, wtedy Cię o tym poinformujemy i omówimy możliwość przeprowadzenia kolejnych cykli pobrania komórek jajowych, jeśli to stosowne.

### Rozpoczęto już terapię hormonalną lub przyjmuję leki hamujące dojrzewanie – jakie mam możliwości?

Jeśli rozpoczęto już terapię hormonalną, w tym przyjmowanie leków hamujących dojrzewanie lub blokerów hormonalnych, i chcesz zachować swoją płodność, wciąż może to być możliwe. Porozmawiaj ze specjalistą ds. płodności. Może on zalecić przerwę w przyjmowaniu leków, aby zredukować stopień zahamowania czynności jajników i potencjalnie zwiększyć liczbę komórek jajowych, które można przechowywać.

Jeśli przerwa w terapii hormonalnej w celu pobrania komórek jajowych wywoła u Ciebie stres, możesz rozważyć inne drogi do rodzicielstwa, w tym wykorzystanie komórek jajowych od dawczyni lub adopcję.

## **Przechodzę terapię hormonalną i wkrótce przejdę operację rekonstrukcji narządów płciowych, jakie rozwiązania są dla mnie dostępne, aby zachować płodność?**

Jeśli przechodzisz operację rekonstrukcji narządów płciowych, jedynym rozwiązaniem, aby podjąć próbę posiadania biologicznych dzieci w przyszłości jest zachowanie komórek jajowych przed zabiegiem. Po zakończeniu operacji wytwarzanie i pobranie komórek jajowych może już nie być możliwe.

## **Kto kwalifikuje się do przechowywania komórek jajowych w NHS?**

Aby kwalifikować się do przechowywania komórek jajowych w NHS, nie ma znaczenia, czy jesteś osobą samotną czy w związku, lecz musisz spełnić określone kryteria zachowania płodności. W Szkocji aktualne wymagania kwalifikacyjne są następujące:

- wiek poniżej 40 lat;
- BMI poniżej 35,
- brak biologicznych dzieci,
- brak zabiegu sterylizacji.

Operacja korekty płci po zachowaniu płodności nie ma wpływu na kwalifikowalność do leczenia niepłodności w ramach NHS. Jednakże jeśli chodzi o dostęp do leczenia niepłodności finansowanego przez NHS i wykorzystania przechowywanych komórek jajowych w przyszłości, zastosowanie mają oddzielne kryteria. Kryteria te mogą się zmieniać wraz z upływem czasu i nie można przewidzieć, jakie będą wymagania w nadchodzących latach.

## **Co się stanie, gdy spotkam się ze specjalistą ds. płodności?**

Podczas wizyty lekarz lub wyspecjalizowana pielęgniarka wyjaśni dostępne możliwości zamrożenia komórek jajowych i odpowie na wszelkie Twoje pytania.

Jeśli postanowisz przystąpić do zabiegu, specjalista przeprowadzi Cię przez cały proces i konieczne będzie wypełnienie wymaganych dokumentów (w tym ostatejnej historii podróży) oraz formularzy zgody na zabieg i przechowywanie. Zrobimy Ci także badanie krwi pod kątem infekcji. Kroki te są niezbędne, aby zapewnić bezpieczne przechowywanie Twoich komórek jajowych i spełnić wymagania regulacyjne dla potrzeb przyszłego wykorzystania.

# Jakie są konsekwencje prawne przechowywania komórek jajowych?

W Wielkiej Brytanii wykorzystywanie i przechowywanie komórek jajowych regulowane jest przez Human Fertilisation and Embryology Authority (HFEA). Musisz udzielić pisemnej zgody na następujące czynności:

- przechowywanie komórek jajowych;
- czas przechowywania komórek jajowych;
- cele, w których mogą być wykorzystane Twoje komórki jajowe;
- Twoje życzenia dotyczące przechowywanych komórek jajowych;
- co powinno się stać z Twoimi komórkami jajowymi w przypadku Twojej śmierci lub jeśli nie będziesz w stanie zmienić lub wycofać swojej zgody (są to standardowe pytania dla wszystkich pacjentek rozważających zachowanie płodności).

Maksymalny czas przechowywania komórek jajowych wynosi obecnie 55 lat, ale zgodę należy odnawiać co 10 lat.

Po rozpoczęciu przechowywania Twoich komórek jajowych kluczowe znaczenie ma utrzymywanie kontaktu z centrum przechowywania. Natychmiast powiadom je o wszelkich zmianach swoich danych kontaktowych, takich jak nowy adres, aby zapewnić, że pozostaniecie w kontakcie. Jeśli centrum przechowywania nie może się z Tobą skontaktować, być może nie będzie już miało prawnego zezwolenia na przechowywanie Twoich komórek jajowych i będzie musiało je zutylizować.

Ważne jest, aby informować klinikę o wszelkich zmianach stanu cywilnego lub nazwiska, ponieważ do kontynuacji przechowywania mogą być wymagane nowe formularze zgody.

Jeśli chcesz zezwolić swojemu partnerowi na wykorzystanie Twoich komórek jajowych w przypadku Twojej śmierci, musisz wypełnić specjalne formularze zgody w centrum przechowywania, aby to zatwierdzić.

Jeśli zdecydujesz się zaniechać przechowywania komórek jajowych, musisz skontaktować się z centrum przechowywania, aby zorganizować ich utylizację.

## Czy moje leczenie afirmujące płęć będzie musiało zostać opóźnione, jeśli podejmę decyzję o zachowaniu płodności?

Może to wymagać pewnej ilości czasu, aby umożliwić wizyty w klinice, wypełnienie niezbędnych formularzy i wykonanie badań krwi. Są to niezwykle istotne kroki przed zamrożeniem komórek jajowych.

## A jeśli na tym etapie nie zechcę przystąpić do zabiegu?

Jeśli postanowisz nie przystępować do zamrażania komórek jajowych na tym etapie, jest to całkowicie w porządku. Decyzja należy wyłącznie do Ciebie. To naturalne, że czujesz się niepewnie, a poświęcenie większej ilości czasu na przemyślenie tych kwestii jest całkowicie uzasadnione. Jeśli nie masz pewności, może Ci pomóc omówienie tego z zespołem medycznym, specjalistą ds. płodności lub doradcą, aby lepiej zrozumieć swoje możliwości.

Rezygnacja z zamrożenia komórek jajowych nie będzie mieć wpływu na Twoją opiekę afirmującą płęć, a jeśli zmienisz zdanie, możesz rozważyć zachowanie płodności lub inne rozwiązania w celu założenia rodziny w przyszłości.

# Czy istnieją jakieś alternatywy, jeśli nie mogę poddać się zachowaniu płodności przed rozpoczęciem terapii?

Jeśli postanowisz nie przechowywać komórek jajowych przed terapią lub nie jest to możliwe przed rozpoczęciem terapii hormonalnej lub poddaniem się zabiegowi afirmującemu płęć, Twoje możliwości dotyczące zachowania płodności mogą być w przyszłości ograniczone. Zaniechanie terapii hormonalnej może umożliwić przywrócenie płodności i podjęcie prób naturalnego poczęcia, lecz najpierw omów to ze swoim zespołem kliniki tożsamości płciowej. Istnieją także alternatywne sposoby założenia rodziny:

- **Wykorzystanie komórek jajowych od dawczyni:** Jeśli po leczeniu nie możesz wykorzystać własnych komórek jajowych, wykorzystanie komórek jajowych od dawczyni do zabiegu zachowania płodności może stanowić taką możliwość, gdy zapragniesz założyć rodzinę.
- **Adopcja:** Adopcja to kolejny sposób na posiadanie dzieci. Takie rozwiązanie można rozważyć w każdej chwili i może ono stanowić odpowiednią alternatywę, jeśli biologiczne poczęcie nie jest możliwe.

Ważne jest, aby omówić te alternatywy ze specjalistą ds. płodności i zespołem ds. opieki afirmującej płęć w celu wyboru najlepszej możliwości dopasowanej do Twojej sytuacji medycznej, planu leczenia i celów rodzinnych. Każda możliwość wymaga rozważenia innych kwestii, a Twój zespół medyczny może udzielić Ci spersonalizowanych wskazówek.

## Kto może mi pomóc podjąć decyzję, co zrobić?

Twoi lekarze i pielęgniarki mogą udzielić Ci wskazówek podczas podejmowania tej decyzji. Wizyta w centrum leczenia niepłodności nie oznacza, że musisz przystąpić do zachowania płodności, ale daje Ci szansę na pełne rozważenie dostępnych rozwiązań.

Istotne jest także, aby móc liczyć na najbliższe otoczenie, takie jak rodzina, przyjaciele czy środowiskowe grupy wsparcia, które pomoże Ci zdecydować, co jest dla Ciebie najlepsze. Doradcy, choć nie są bezpośrednio zaangażowani w Twoją opiekę medyczną, mogą zaproponować Ci cenne wsparcie w podjęciu decyzji, czy przystąpić do zachowania płodności oraz zapewnić dodatkowe wsparcie emocjonalne w trakcie całego procesu.

## Jak mogę uzyskać dostęp do doradztwa w zakresie płodności?

Przed przystąpieniem do zamrożenia komórek jajowych będziesz mieć możliwość spotkania się z doradcą ds. płodności specjalizującym się we wspieraniu osób transpłciowych i niebinarnych. Wszyscy nasi doradcy są członkami British Infertility Counselling Association (BICA). Podczas sesji doradca omówi dostępne dla Ciebie rozwiązania i pomoże Ci przeanalizować Twoje przemyślenia i uczucia związane z zamrożeniem komórek jajowych. To również okazja do zadawania pytań.

Prosimy pamiętać, że doradztwo nie stanowi części procesu oceny i nie będzie miało wpływu na Twoje leczenie. Jeśli potrzebujesz dodatkowego wsparcia, przed, w trakcie lub po leczeniu dostępne są kolejne wizyty u doradcy.

## Czy mogę zmienić zdanie?

Tak, w każdej chwili możesz zmienić zdanie. To normalne, że czujesz niepewność lub niepokój związany z tym procesem, a rozmowa z doradcą lub lekarzem ds. płodności może Ci pomóc w przepracowaniu swoich uczuć. Jednakże uczestnictwo w tych rozmowach nie zobowiązuje Cię do przystąpienia do procedury zachowania płodności.

# Co mam zrobić, gdy chcę wykorzystać przechowywane komórki jajowe?

Musisz skontaktować się ze swoim lekarzem pierwszego kontaktu, aby poprosić o skierowanie do miejscowego centrum leczenia niepłodności, najlepiej tego, w którym przechowywane są komórki jajowe.

Ważne jest również, aby pamiętać, że konieczne jest spełnienie dodatkowych kryteriów, aby w przyszłości uzyskać dostęp do zabiegów zachowania płodności w NHS z wykorzystaniem pobranych komórek jajowych. Kryteria te mogą się zmieniać wraz z upływem czasu i nie można przewidzieć, jakie będą wymagania w nadchodzących latach. Aktualne kryteria można znaleźć tutaj – [Access Criteria NHS IVF Treatment Scotland – Fertility Network](#).

## Gdzie można znaleźć wsparcie i dodatkowe informacje?

Zamrożenie komórek jajowych może stanowić emocjonalne doświadczenie i istotne jest otrzymanie odpowiedniego wsparcia przed, w trakcie i po zakończeniu procesu. Zachęcamy zainteresowane osoby do poszukiwania wsparcia wśród rodziny, przyjaciół, sieci rówieśniczych, profesjonalnych organizacji i usług doradztwa. Poniżej znajduje się kilka kluczowych zasobów:

- **Strona internetowa HFEA: Zamrożenie komórek jajowych**  
[Egg freezing | HFEA](#)
- **Strona internetowa HFEA: zachowanie płodności**  
[Fertility preservation | HFEA](#)
- **HFEA: informacje dla osób transpłciowych i niebinarnych**  
[Information for trans and non-binary people seeking fertility treatment | HFEA](#)
- **Gendered Intelligence**  
[Gendered Intelligence](#) – wspiera osoby transpłciowe, zwłaszcza młode, w radzeniu sobie ze swoją tożsamością płciową oraz z powiązanymi z tym wyzwaniem.
- **British Infertility Counselling Association (BICA)**  
[BICA: Professional Infertility Counselling Association in the UK](#) – zapewnia specjalistyczne doradztwo dla osób poddających się leczeniu niepłodności i zachowaniu płodności.
- **GIRES (Gender Identity Research & Education Society)**  
[Gender Identity Research & Education Society](#) – zapewnia wskazówki i wsparcie dla osób transpłciowych i o różnej tożsamości płciowej oraz dla ich rodzin.
- **Scots Trans and Equality Network**  
[Scottish Trans](#) – działa na rzecz zwiększenia równości, praw i integracji tożsamości płciowej oraz korekty płci w Szkocji. Scottish Trans to część [Equality Network](#) działającej na rzecz zwiększenia równości, praw i integracji LGBTQI+ w Szkocji.
- **LGBT Health and Wellbeing**  
[LGBT Health and Wellbeing](#) – działa na rzecz poprawy zdrowia fizycznego, społecznego i psychicznego oraz samopoczucia osób dorosłych LGBTQ+ (w wieku powyżej 16 lat) w Szkocji.
- **LGBT Youth Scotland**  
[LGBT Youth Scotland](#) – krajowa szkocka organizacja charytatywna na rzecz młodych ludzi LGBTQ+ w wieku od 13 do 25 lat.

## Dodatkowe informacje i zasoby

- **The Fertility Alliance**

[The Fertility Alliance](#) – krajowa organizacja charytatywna na rzecz płodności zapewniająca wsparcie i dokładne informacje dla wszystkich osób chcących dowiedzieć się więcej na temat swojej płodności.

- **Fertility Network UK**

[Fertility Network UK](#) – organizacja charytatywna zapewniająca wsparcie i informacje na temat wszystkich aspektów płodności, w tym możliwości jej zachowania.

- **NHS Fertility Services**

[Infertility | NHS inform](#) – wskazówki na temat usług NHS w zakresie płodności oraz informacje na temat niepłodności.

- **British Fertility Society**

[For the public » British Fertility Society](#) – informacje na temat płodności i jej zachowania.