

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

## **Zamrożenie nasienia**

# 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, posiadanie biologicznych dzieci w przyszłości może być trudne, a nawet niemożliwe.

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. Wymaga to wytwarzania zdrowego nasienia w jądrach, a zamrożenie nasienia zachowuje możliwość 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 (estrogen i blokery dojrzewania/hormonów) hamuje płodność. Choć zaniechanie terapii zazwyczaj przywraca płodność, to nie ma takiej gwarancji.
- Zabiegi chirurgiczne, takie jak orchidektomia (usunięcie jąder), powodują trwałą bezpłodność. Jeśli rozważasz takie zabiegi, niezwykle ważne jest, aby uprzednio omówić opcje w zakresie zachowania płodności.

Ponieważ wpływ terapii hormonalnej na płodność często jest odwracalny, istnieje wiele przypadków, w których osoby transpłciowe zaniechały terapii hormonalnej i mogły naturalnie począć dziecko.

Zamrożenie nasienia przed rozpoczęciem terapii hormonalnej zdecydowanie 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 kilka miesięcy, a czasami możliwość wytwarzania nasienia może nie powrócić.

Długotrwałe chowanie jąder może znacznie zredukować liczbę plemników poprzez zwiększenie temperatury jąder i wpływ na żywotność plemników. Jeśli rozważasz przechowanie nasienia, unikanie chowania jąder może pomóc w utrzymaniu wytwarzania żywych plemników.

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

# Czym jest zachowanie płodności?

Zachowanie płodności polega na pobraniu i zamrożeniu Twojego nasienia, aby w przyszłości móc podjąć próbę posiadania dzieci, korzystając z tego nasienia. Niektóre zabiegi medyczne, w tym terapia hormonalna i operacje afirmujące płęć, mogą wpływać na płodność poprzez zmniejszenie lub uniemożliwienie wytwarzania nasienia. Dlatego Twój zespół medyczny może zasugerować spotkanie z wyspecjalizowaną pielęgniarką lub lekarzem ds. płodności. Wyjaśnią oni proces, omówią dostępne dla Ciebie opcje i odpowiedzą na Twoje pytania.

Jeśli postanowisz przystąpić do zabiegu, zostaniesz skierowany 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 nasienia?

Dostarczenie próbki do zamrożenia zazwyczaj obejmuje pobranie próbki w drodze masturbacji lub stymulacji wibracyjnej do sterylnego pojemnika. Jeśli masz z tym problemy, zwróć się do swojego zespołu ds. płodności, aby omówić alternatywne metody.

Po pobraniu próbki nasienia zespół laboratoryjny skontaktuje się z Tobą, aby przekazać Ci informacje na temat jej jakości oraz czy nadaje się ona do zamrożenia. Zespół może zalecić dostarczenie drugiej próbki, aby zwiększyć szanse na pomyślne zachowanie płodności.

Nie ma gwarancji, że jakakolwiek dana próbka nasienia będzie nadawała się do przechowywania. Choroby, poprzednie leczenie lub inne czynniki mogą mieć wpływ na wytwarzanie nasienia. W takich przypadkach pomyślne zamrożenie nasienia może nie być możliwe. Jedyny sposób, aby to potwierdzić, to badanie laboratoryjne próbki nasienia.

## 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, ale zalecane jest zbadanie nasienia, aby ocenić, czy nasienie nadal jest wytwarzane i nadaje się do zamrożenia lub czy też musisz odstawić leki, zanim zamrożenie nasienia będzie możliwe.

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

Jeśli przechodzisz operację rekonstrukcji narządów płciowych, jedyną opcją, aby podjąć próbę posiadania biologicznych dzieci w przyszłości, jest zachowanie nasienia **przed** zabiegiem. Po zakończeniu operacji wytwarzanie nasienia już nie jest możliwe.

# Kto kwalifikuje się do przechowywania nasienia finansowanego przez NHS?

Aby kwalifikować się do przechowywania nasienia finansowanego przez 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 53 lat,
- 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 przechowywanego nasienia 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 opcje w zakresie zamrożenia nasienia 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 ostatniej 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 Twojego nasienia i spełnić wymagania regulacyjne dla potrzeb potencjalnego przyszłego wykorzystania.

# Jakie są konsekwencje prawne przechowywania nasienia?

W Wielkiej Brytanii wykorzystywanie i przechowywanie nasienia regulowane jest przez Human Fertilisation and Embryology Authority (HFEA). Zgodnie z ustawą o zapłodnieniu i embriologii człowieka (1990) musisz udzielić pisemnej zgody na następujące czynności:

- przechowywanie nasienia;
- czas przechowywania nasienia;
- cele, w których może być wykorzystane Twoje nasienie;
- Twoje życzenia dotyczące przechowywanego nasienia;
- co powinno się stać z Twoim nasieniem w przypadku Twojej śmierci lub jeśli nie będziesz w stanie zmienić lub wycofać swojej zgody (są to standardowe pytania dla wszystkich pacjentów rozważających zachowanie płodności).

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

Po rozpoczęciu przechowywania nasienia 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 będzie mogło się z Tobą skontaktować, może utracić prawne zezwolenie na przechowywanie Twojego nasienia i będzie musiało zutylizować próbkę/próbki.

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 partnerowi na wykorzystanie Twojego nasienia w przypadku Twojej śmierci, musisz wypełnić specjalne formularze zgody w centrum przechowywania, aby udzielić na to zgody.

Jeśli postanowisz przerwać przechowywanie nasienia, musisz skontaktować się z centrum przechowywania, aby zorganizować jego utylizację.

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

Krótki okres opóźnienia jest niezbędny, aby umożliwić wizyty w klinice leczenia niepłodności, wypełnienie niezbędnych formularzy i wykonanie badań krwi. Są to niezwykle istotne kroki przed zamrożeniem nasienia.

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

Jeśli postanowisz nie przystępować do zamrażania nasienia 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 nasienia nie będzie mieć wpływu na Twoją opiekę afirmującą płęć, a jeśli zmienisz zdanie, możesz rozważyć zachowanie płodności lub inne opcje w celu założenia rodziny w przyszłości.

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

Jeśli postanowisz nie przechowywać nasienia przed leczeniem lub nie jest to możliwe przed rozpoczęciem terapii hormonalnej lub poddaniem się leczeniu afirmującemu płęć, opcje w zakresie 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. Jeśli nasienie nie jest dostępne w celu późniejszego wykorzystania lub jeśli zamrożenie nasienia nie stanowi dostępnej dla Ciebie opcji, wciąż istnieją alternatywne sposoby założenia rodziny:

- **Wykorzystanie nasienia od dawcy:** Jeśli po leczeniu nie możesz wytwarzać nasienia, wykorzystanie nasienia od dawcy do zabiegu zachowania płodności może stanowić taką opcję, 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 zachowania płodności 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 nasienia. 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 nasienie?

Musisz skontaktować się ze swoim lekarzem pierwszego kontaktu, aby poprosić o skierowanie do miejscowego centrum leczenia niepłodności, najlepiej tego, w którym przechowywane jest nasienie. Ważne jest również, aby pamiętać, że konieczne jest spełnienie dodatkowych kryteriów, aby w przyszłości uzyskać dostęp do zabiegów zachowania płodności w NHS z wykorzystaniem pobranego nasienia. 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 nasienia 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 nasienia**  
[Sperm 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.