

# **Інформація щодо збереження фертильності для трансгендерних та небінарних осіб**

## **Заморожування сперми**

# Вступ

При плануванні гормональної терапії або хірургічних втручань у межах гендерного переходу важливо враховувати вплив цих процедур на вашу здатність мати біологічних дітей. Навіть якщо батьківство не є нагальним пріоритетом, збереження фертильності може забезпечити вам відповідні можливості у майбутньому. У даному матеріалі викладено основні аспекти впливу процедур гендерного переходу на репродуктивну функцію та представлено доступні методи її збереження.

Гендерна дисфорія нерідко стає причиною значного психоемоційного навантаження, через що багато трансгендерних та небінарних осіб прагнуть розпочати терапію якомога швидше. Водночас, якщо ви приділите час вивченню можливих варіантів збереження фертильності, це може допомогти запобігти появі почуття жалю щодо втрачених можливостей у подальшому. Якщо не вжити заходів щодо збереження фертильності до початку гормональної терапії, шанси на появу біологічних дітей у майбутньому можуть значно знизитися або зникнути зовсім.

Консультація з медичним фахівцем перед початком гормональної терапії або хірургічного переходу допоможе вам чіткіше зрозуміти доступні варіанти збереження фертильності. Хоча для багатьох важливо розпочати лікування якомога швидше, врахування всіх аспектів вашого майбутнього, зокрема репродуктивної здатності, гарантує прийняття зваженого та поінформованого рішення.

Вичерпна поінформованість щодо доступних варіантів уже зараз дозволить вам приймати рішення, що узгоджуються як з вашим гендерним переходом, так і з можливими планами щодо створення сім'ї в майбутньому.

## Що таке фертильність?

Фертильність — це здатність мати дітей. Вона залежить від здатності до вироблення здорової сперми в яєчках, а заморожування сперми дає змогу зберегти можливість мати біологічних дітей у майбутньому.

## Яким є вплив терапії, пов'язаної з гендерним переходом, на репродуктивну функцію?

Гормональна терапія та хірургічні втручання можуть мати суттєвий, а в окремих випадках — незворотний вплив на здатність до дітонародження. Ступінь впливу залежить від виду та тривалості лікування.

- Прийом гормональних препаратів (естрогену, а також блокаторів гормонів та пубертату) призводить до пригнічення репродуктивної функції. Призупинення терапії може сприяти відновленню репродуктивної функції, проте позитивний результат не є гарантованим.
- Хірургічні втручання, такі як орхідектомія (видалення яєчок), призводять до незворотного безпліддя. Якщо ви розглядаєте можливість проведення операції, критично важливо заздалегідь обговорити варіанти збереження фертильності.

Оскільки вплив гормональної терапії на фертильність часто має зворотний характер, зафіксовано чимало випадків, коли трансгендерні особи припиняли гормональну терапію та згодом могли зачати дитину природним шляхом.

Особам, які планують біологічне батьківство в майбутньому, наполегливо рекомендується пройти процедуру заморожування сперми до початку гормональної терапії. Хоча збереження фертильності може бути можливим і після початку лікування, для цього може знадобитися припинення гормональної терапії на кілька місяців; крім того, іноді вироблення сперми може не відновитися.

Тривале втягування яєчок може значно зменшити кількість сперматозоїдів, оскільки підвищує температуру яєчок і негативно впливає на життєздатність сперматозоїдів. У разі підготовки до процедури зберігання сперми рекомендується уникати практики втягування яєчок, що сприятиме виробленню життєздатних сперматозоїдів.

Подбавши про збереження фертильності перед проведенням процедури гендерного переходу, ви залишаєте собі можливість стати біологічними батьками у майбутньому, якщо цього забажаєте.

# Що таке збереження фертильності?

Збереження фертильності передбачає збір та збереження вашої сперми, щоб у майбутньому ви мали змогу скористатися цим біоматеріалом для народження дітей. Певні види медичного лікування, включно з гормональною терапією та хірургічними втручаннями в межах гендерного переходу, здатні зумовити пригнічення або повне припинення процесу вироблення сперми, що впливає на репродуктивну функцію. З огляду на це, ваша команда лікарів може запропонувати вам консультацію з профільним лікарем або медичною сестрою, які спеціалізуються на питаннях фертильності. Вони детально роз'яснять вам етапи процесу, обговорять доступні варіанти та дадуть відповіді на всі ваші запитання.

Якщо ви вирішите розпочати цей процес, вас направлять до найближчого до вас центру репродуктивної медицини, проте це може бути інший заклад, а не ваша місцева лікарня. Фахівці служби з питань гендерної ідентичності та репродуктологи працюватимуть спільно, щоб скоординувати процес збереження фертильності паралельно з вашим основним лікуванням, забезпечуючи чітку організацію та підтримку на кожному етапі.

## Що включає в себе процес заморожування сперми?

Збір біоматеріалу для заморожування зазвичай передбачає отримання зразка шляхом мастурбації або вібростимуляції у стерильний контейнер. У разі виникнення ускладнень під час цієї процедури, зверніться до команди лікарів-репродуктологів, які допоможуть підібрати альтернативні підходи.

Після того як ви надасте зразок сперми, співробітники лабораторії зв'яжуться з вами, щоб повідомити про його якість та придатність для заморожування. Вони можуть порекомендувати надати другий зразок, щоб підвищити шанси на успішне збереження фертильності.

Немає жодних гарантій того, що наданий зразок сперми буде придатним для зберігання. На вироблення сперми можуть впливати хвороби, попередні курси лікування та інші фактори. У такому разі здійснити успішне заморожування сперми може виявитися неможливим. Єдиним способом підтвердити це є проведення лабораторного дослідження зразка сперми.

## Я вже розпочав(ла) гормональну терапію або прийом препаратів для блокування статевого дозрівання — які в мене є варіанти?

Якщо ви вже розпочали гормональну терапію, зокрема прийом блокаторів пубертату чи гормональних блокаторів, але маєте намір зберегти фертильність, це все ще може бути можливим. У такому разі вам порадять здати аналіз сперми, щоб перевірити наявність сперматозоїдів, придатних для заморожування, або визначити, чи потрібно тимчасово припинити прийом препаратів перед проведенням процедури заморожування сперми.

## Я проходжу гормональну терапію та готуюся до реконструктивної операції на статевих органах — які в мене є варіанти збереження фертильності?

Якщо ви плануєте реконструктивну операцію на статевих органах, вашим єдиним варіантом мати біологічних дітей у майбутньому є проведення процедури збереження сперми перед виконанням цієї операції. Після завершення цієї операції продукування сперми стає неможливим.

# Хто має право на зберігання сперми за рахунок NHS?

Для отримання права на зберігання сперми за рахунок NHS не має значення, чи ви самотні, чи перебуваєте у стосунках, проте ви повинні відповідати певним критеріям щодо збереження фертильності. У Шотландії для отримання права на цю послугу діють такі вимоги:

- Ваш вік має бути менше 53 років.
- У вас не повинно бути біологічних дітей.
- Ви не повинні були раніше проходити стерилізацію.

Проведення операції з корекції статі після збереження фертильності не впливає на ваше право на отримання лікування безпліддя за програмою NHS. Однак для отримання доступу до лікування безпліддя за рахунок NHS із використанням вашої замороженої сперми в майбутньому діють окремі критерії. Ці критерії можуть змінюватися з часом, і неможливо передбачити, якими будуть вимоги у наступні роки.

## Що відбуватиметься під час візиту до фахівця з репродуктивної медицини?

Під час прийому лікар або профільна медсестра ознайомлять вас із доступними варіантами заморожування сперми та надасть відповіді на будь-які ваші запитання.

Якщо ви оберете цей шлях, фахівець супроводжуватиме вас протягом усього процесу, включаючи оформлення необхідних документів (включно з наданням даних про нещодавні поїздки/подорожі (анамнез поїздок)) та підписання форм згоди на проведення процедур та зберігання біоматеріалу. Ви також повинні будете пройти аналізи крові для здійснення перевірки на наявність інфекцій.

Ці кроки необхідні, щоб гарантувати безпечне зберігання вашої сперми з дотриманням регуляторних вимог для потенційного її використання у майбутньому.

# Які юридичні наслідки передбачає процедура зберігання сперми?

У Великій Британії використання та зберігання сперми регулюються Управлінням із запліднення та ембріології людини (HFEA). Відповідно до Закону про запліднення та ембріологію людини (1990 р.), ви маєте надати письмову згоду на таке:

- Зберігання вашої сперми
- Тривалість періоду, протягом якого ваша сперма може зберігатися
- Цілі, для яких ваша сперма може бути використана
- Ваші побажання щодо того, як буде використовуватися збережена сперма
- Подальші дії щодо сперми у разі вашої смерті або якщо ви втратите здатність змінити чи відкликати свою згоду (це стандартні запитання для всіх пацієнтів, які розглядають можливість скористатися процедурою збереження фертильності)

Максимальний термін зберігання вашої сперми становить 55 років, проте згоду необхідно поновлювати кожні 10 років.

Після того як вашу сперму буде поміщено на зберігання, надзвичайно важливо підтримувати зв'язок із центром репродуктивної медицини. негайно повідомляйте центр репродуктивної медицини про будь-які зміни у ваших контактних даних, як-от нова адреса, щоб фахівці могли залишатися з вами на зв'язку. Якщо центр репродуктивної медицини не зможе зв'язатися з вами, він може втратити законне право на подальше зберігання вашої сперми та буде зобов'язаний утилізувати зразок (зразки).

Важливо повідомляти клініку репродуктивної медицини про будь-які зміни сімейного стану або зміну прізвища (імені), оскільки для продовження зберігання може виникнути потреба в заповненні нових форм згоди.

Якщо ви бажаєте дозволити партнеру використовувати вашу сперму у разі вашої смерті, ви повинні заповнити спеціальні форми згоди у центрі репродуктивної медицини, щоб надати на це дозвіл.

У разі прийняття рішення про припинення зберігання своєї сперми вам потрібно буде звернутися до центру репродуктивної медицини для проведення процедури її утилізації.

## Чи доведеться призупинити мою терапію, пов'язану з гендерним переходом, якщо я прийму рішення про здійснення процедури збереження фертильності?

Очікування на прийом у центрі репродуктивної медицини, заповнення документів та проведення лабораторних досліджень крові займе певний час. Це обов'язкові кроки, які необхідно виконати до початку процедури зберігання сперми.

## Що, якщо я вирішу не розпочинати процедуру на цьому етапі?

Якщо ви вирішите не здійснювати процедуру заморожування сперми на цьому етапі, це цілком нормально. Це рішення залежить виключно від вас. Цілком природно відчувати невпевненість, тому взяти додатковий час на роздуми — це цілком прийнятний крок. Якщо ви вагаєтеся, обговорення ситуації з вашою командою лікарів, репродуктологом або консультантом може вам допомогти краще зрозуміти доступні варіанти.

Відмова від проходження процедури заморожування сперми жодним чином не позначиться на отриманні вами терапії, пов'язаної з гендерним переходом, і ви зможете розглянути варіанти збереження фертильності або інші шляхи створення сім'ї в майбутньому, якщо зміните своє рішення.

# Чи існують альтернативи, якщо я не можу пройти процедуру збереження фертильності до початку лікування?

Якщо ви вирішите відмовитися від процедури збереження сперми або якщо це буде неможливо зробити до початку гормональної терапії або терапії, пов'язаної з гендерним переходом, ваші можливості щодо збереження фертильності в майбутньому можуть бути обмеженими. Припинення гормональної терапії може сприяти відновленню репродуктивної функції та надати можливість спробувати природне зачаття, проте обов'язково попередньо обговоріть це питання з командою лікарів вашої клініки гендерної медицини. Якщо сперма не доступна для використання в майбутньому або якщо заморожування сперми для вас не є прийнятним варіантом, існують альтернативні способи створити сім'ю:

- **Використання донорської сперми:** якщо після лікування ви не будете здатні продукувати сперму, використання донорської сперми для лікування безпліддя може стати відповідним варіантом, коли ви будете готові до створення сім'ї.
- **Усиновлення:** усиновлення є ще одним варіантом для тих, хто бажає створити сім'ю. Цей варіант можна розглянути в будь-який час; він може стати відповідною альтернативою, якщо біологічне зачаття не є можливим.

Важливо обговорити ці альтернативні варіанти з вашим репродуктологом та фахівцями клініки гендерної медицини. Це допоможе обрати оптимальний варіант, враховуючи ваш стан здоров'я, план лікування та особисті цілі. Кожен варіант має свої особливості та аспекти, які слід врахувати, і ваша команда лікарів може надати вам індивідуальні рекомендації з урахуванням усіх нюансів.

## Хто може допомогти мені прийняти рішення?

Ваші лікарі та медсестри можуть надати необхідну підтримку та роз'яснення, поки ви приймаєте відповідне рішення. Візит до центру репродуктивної медицини не зобов'язує вас до проходження процедури збереження фертильності, однак він дасть вам можливість всебічно розглянути всі доступні варіанти.

Також важливо покладатися на своє звичне коло підтримки, як-от родину, друзів або соціальні групи підтримки у вашій громаді, — щоб обрати варіант, який буде найкращим саме для вас. Хоча консультанти безпосередньо не залучені до вашого медичного лікування, вони можуть надати цінну допомогу у прийнятті рішення щодо проходження процедури збереження фертильності, а також забезпечити додаткову емоційну підтримку на кожному етапі цього процесу.

## Як я можу отримати консультацію щодо фертильності?

Ви матимете можливість зустрітися з нашим консультантом із питань фертильності, який спеціалізується на наданні підтримки трансгендерним та небінарним особам, перед тим, як розпочати процедуру збереження фертильності. Усі наші консультанти є членами Британської асоціації консультування з питань безпліддя (BICA). Під час сеансу зустрічі консультант обговорить із вами доступні варіанти та допоможе психологічно опрацювати рішення про збереження фертильності шляхом заморожування сперми. Це також можливість для вас поставити будь-які запитання, які вас турбують.

Зверніть увагу, що консультування не є частиною процесу оцінки стану вашого здоров'я та жодним чином не вплине на ваше лікування. Якщо вам знадобиться додаткова підтримка, ви можете записатися на наступні сеанси консультації до, під час або після завершення вашого лікування.

## Чи можу я змінити своє рішення?

Так, ви можете змінити своє рішення у будь-який час. Почуття невизначеності або тривоги щодо цього процесу є цілком природним, і розмова з консультантом або репродуктологом допоможе вам розібратися у своїх почуттях. Проте ці обговорення не зобов'язують вас розпочинати процес збереження фертильності.

# Що мені робити, якщо я захочу скористатися збереженою спермою?

Вам потрібно звернутися до свого сімейного лікаря, щоб отримати направлення до місцевого центру репродуктивної медицини — бажано до того, де зберігається ваша сперма. Також важливо зазначити, що отримання доступу до лікування безпліддя за підтримки NHS із використанням вашої збереженої сперми в майбутньому можливе лише за умови відповідності певним додатковим вимогам. Ці критерії можуть змінюватися з часом, і неможливо передбачити, якими будуть вимоги у наступні роки. З поточними критеріями можна ознайомитися за посиланням: [Критерії доступу до лікування ЕКЗ за програмою NHS у Шотландії — Fertility Network](#).

## Де можна отримати підтримку та додаткову інформацію?

Процес збереження фертильності може бути емоційно непростим досвідом, тому отримання належної підтримки до, під час та після завершення процедури є критично важливим. Ми заохочуємо звертатися за підтримкою до рідних, друзів, груп взаємодопомоги, профільних організацій та консультативних служб. Нижче наведено перелік корисних інформаційних ресурсів:

- **Вебсайт HFEA: заморожування сперми**  
[Заморожування сперми | HFEA](#)
- **Вебсайт HFEA: збереження фертильності**  
[Збереження фертильності | HFEA](#)
- **HFEA: інформація для трансгендерних та небінарних осіб**  
[Інформація для трансгендерних та небінарних осіб, які потребують лікування безпліддя | HFEA](#)
- **Gendered Intelligence**  
[Gendered Intelligence](#) — надає підтримку трансгендерним особам, зокрема молоді, у питаннях гендерної ідентичності та подоланні пов'язаних із цим викликів.
- **Британська асоціація консультування з питань безпліддя (BICA)**  
[BICA: Британська асоціація консультування з питань безпліддя](#) — професійне об'єднання, що надає спеціалізовану консультативну підтримку особам, які проходять курс лікування безпліддя або процедури зі збереження фертильності.
- **GIRES (Товариство з дослідження та освіти у сфері гендерної ідентичності)**  
[Товариство з дослідження та освіти у сфері гендерної ідентичності](#) — надає рекомендації та здійснює правозахисну діяльність для трансгендерних і гендерно- різноманітних осіб, а також їхніх родин.
- **Scots Trans and Equality Network**  
[Scottish Trans](#) — працює над покращенням рівності, прав та інклюзії у сфері гендерної ідентичності та зміни гендеру в Шотландії. Scottish Trans є частиною організації [Equality Network](#), яка працює над покращенням рівності, прав та інклюзії ЛГБТКІ+ спільноти в Шотландії.
- **LGBT Health and Wellbeing**  
[LGBT Health and Wellbeing](#) — працює над покращенням фізичного, соціального та ментального здоров'я і благополуччя дорослих представників ЛГБТК+ спільноти (віком від 16 років) у Шотландії.
- **LGBT Youth Scotland**  
[LGBT Youth Scotland](#) — національна благодійна організація Шотландії, що надає підтримку молодим представникам ЛГБТК+ спільноти віком від 13 до 25 років.

## Додаткова інформація та корисні ресурси

- **The Fertility Alliance**

[The Fertility Alliance](#) — національна благодійна організація з питань фертильності, що надає підтримку та перевірену інформацію кожному, хто бажає дізнатися більше про свій репродуктивний потенціал.

- **Fertility Network UK**

[Fertility Network UK](#) — благодійна організація, що надає підтримку та інформацію з усіх аспектів фертильності, зокрема щодо варіантів її збереження.

- **Послуги NHS у сфері лікування безпліддя**

[Безпліддя | NHS inform](#) — консультативний супровід щодо послуг NHS у сфері лікування безпліддя та загальна інформація про фертильність.

- **British Fertility Society**

[Інформація для громадськості » British Fertility Society](#) — інформація про фертильність та збереження фертильності.