

Informacje dla pacjentów

Zachowanie płodności

Zamrożenie komórek jajowych

Wprowadzenie

Zachowanie płodności, a konkretnie zamrożenie komórek jajowych, to proces umożliwiający przechowywanie Twoich komórek jajowych na przyszłość. Rozumiemy, że planowanie rodziny nie musi być dla Ciebie priorytetem w tej chwili. Być może nie masz pewności, czy któregoś dnia zechcesz mieć dzieci, i jest to całkowicie zasadne. Jednakże jest to ważna decyzja, a czas niektórych zabiegów medycznych może mieć wpływ na płodność. Dlatego istotne jest, aby już teraz poznać i przeanalizować dostępne możliwości. Zrozumienie procesu zamrożenia komórek jajowych, jego korzyści oraz czynników, które należy rozważyć, umożliwi Ci podejmowanie świadomych wyborów dotyczących Twojej przyszłości niezależnie od tego, czy przewidujesz posiadanie dzieci czy nie. Opracowaliśmy te informacje, aby pomóc Ci przejść przez te ważne pytania i podjąć najlepszą dla siebie decyzję.

Czym jest płodność?

Płodność to zdolność do posiadania dzieci. W przypadku kobiet zamrożenie komórek jajowych daje możliwość spróbowania posiadania biologicznych dzieci w przyszłości.

Schorzenia, które mogą wpływać na płodność

Nowotwór

Leczenie onkologiczne, takie jak chemioterapia, radioterapia i niektóre operacje, mogą mieć wpływ na zdolność Twoich jajników do wytwarzania komórek jajowych oraz na przyszłe szanse na ciążę. Ryzyko dla płodności uzależnione jest od Twojego wieku i określonego leczenia. Omów potencjalny wpływ na swoją płodność z zespołem onkologicznym. Jeśli Twoja płodność jest zagrożona, a masz nadzieję na posiadanie dzieci w przyszłości, rozważ zachowanie płodności poprzez zamrożenie komórek jajowych przed rozpoczęciem leczenia onkologicznego.

Leczenie afirmujące płęć

Leczenie hormonalne i niektóre operacje afirmujące płęć mogą spowodować niepłodność. Jest to uzależnione od rodzaju leczenia, któremu się poddajesz. Terapia hormonalna (blokery dojrzewania lub testosteron) hamuje płodność. W większości przypadków płodność zostaje przywrócona, jeśli przerwiesz terapię hormonalną; jednakże w niektórych przypadkach istnieje możliwość, że tak się nie stanie. Zabieg usunięcia jajników jest nieodwracalny i sprawi, że staniesz się bezpłodna.

Jeśli myślisz, że w przyszłości chciałabyś mieć dzieci, być może zechcesz zachować płodność w drodze zamrożenia komórek jajowych i przechowania ich w celu późniejszego wykorzystania w leczeniu niepłodności. Często najlepiej jest to zrobić przed rozpoczęciem terapii hormonalnej, ale jeśli zdecydujesz się na to później, po rozpoczęciu terapii, też powinno być to możliwe. Być może konieczna będzie kilkumiesięczna przerwa w leczeniu hormonalnym.

Inne schorzenia

Niektóre schorzenia mogą mieć wpływ na Twoją zdolność do posiadania dzieci, a czasem nawet spowodować przedwczesną menopauzę. Na przykład schorzenia takie jak zespół Turnera, mozaikowatość i galaktozemia mogą doprowadzić do przedwczesnej utraty komórek jajowych.

Ponadto leczenie innych problemów zdrowotnych również może zaszkodzić płodności. Jeśli czeka Cię takie leczenie, a masz nadzieję na posiadanie dzieci w przyszłości, wcześniejsze zamrożenie komórek jajowych może pomóc zachować płodność.

Personel sił zbrojnych pierwszej linii, który ma zostać rozmieszczony w strefie walki, może skorzystać z programu zachowania płodności w ramach NHS.

Czym jest zachowanie płodności?

Zachowanie płodności polega na pobraniu i zamrożeniu komórek jajowych (zamrożenie komórek jajowych), aby w przyszłości móc podjąć próbę posiadania dzieci, korzystając z tych komórek.

Jeśli zdecydujesz się przystąpić do konsultacji na temat zachowania płodności, zostaniesz skierowany do najbliższego Centrum Leczenia Niepłodności, ale nie musi to być Twój szpital miejscowy. Zespół kliniczny i specjaliści ds. płodności będą współpracować, aby starannie zaplanować i skoordynować zachowanie płodności z Twoim leczeniem, zapewniając, że wszystko będzie prowadzone w bezproblemowy i skuteczny sposób.

Co wiąże się z zamrożeniem komórek jajowych?

Zamrożenie komórek jajowych to metoda zachowania płodności poprzez przechowywanie komórek jajowych przed rozpoczęciem leczenia onkologicznego lub innego leczenia. 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?

Jajniki młodych kobiet często dobrze reagują na leki na płodność, co może zwiększać ryzyko zespołu hiperstymulacji jajników (OHSS), choć ryzyko dla wszystkich jest niewielkie. 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.

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.

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 zachowania płodności i odpowie na wszelkie Twoje pytania. Jeśli jest wystarczająco dużo czasu na zachowanie płodności przed rozpoczęciem leczenia onkologicznego lub innego leczenia, specjalista omówi z Tobą odpowiednie procedury.

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 komórek jajowych. 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 potencjalnego przyszłego wykorzystania.

Jeśli uznamy, że nie można zamrozić Twoich komórek jajowych, poinformujemy Cię i omówimy możliwości, jeśli to stosowne.

Jakie są konsekwencje prawne przechowywania komórek jajowych?

W Wielkiej Brytanii wykorzystywanie i przechowywanie komórek jajowych 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 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 centrum o wszelkich zmianach stanu cywilnego lub nazwiska, ponieważ do kontynuacji przechowywania mogą być wymagane nowe formularze zgody.

Jeśli masz partnera i chcesz zezwolić mu na wykorzystanie Twoich komórek jajowych, w przypadku Twojej śmierci, musisz wypełnić specjalne formularze zgody w centrum przechowywania, aby udzielić na to zgody.

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

Czy będzie konieczne przełożenie mojego leczenia, jeśli zdecyduję się zamrozić komórki jajowe?

Finalizacja procesu zamrożenia komórek jajowych trwa zazwyczaj od dwóch do trzech tygodni. Jeśli na ten czas leczenie można bezpiecznie odłożyć, specjalista może skierować Cię do omówienia możliwości zachowania płodności, w tym zamrożenia komórek jajowych. Jednakże jeśli leczenie musi rozpocząć się w trybie pilnym, ilość czasu może nie być wystarczająca, aby sfinalizować zamrożenie komórek jajowych przed rozpoczęciem leczenia. W takich sytuacjach można rozważyć inne możliwości. Poniżej znajdziesz informacje na temat wykorzystania komórek jajowych od dawczyni lub adopcji.

A jeśli na tym etapie nie zechcę przystąpić do zabiegu?

Jeśli postanowisz nie przystępować do zamrażania komórek jajowych na tym etapie, jest to całkowicie zrozumiałe. 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, pomocne okazać się może omówienie tego z zespołem medycznym, specjalistą ds. płodności lub doradcą, aby lepiej zrozumieć dostępne dla Ciebie opcje. Rezygnacja z zamrożenia komórek jajowych nie wpłynie na Twoje leczenie, a jeśli zmienisz zdanie, możesz rozważyć inne możliwości założenia rodziny w przyszłości.

Czy istnieją jakieś alternatywy, jeśli nie mogę zamrozić komórek jajowych przed rozpoczęciem leczenia?

Jeśli postanowisz, że nie będziesz zamrażać komórek jajowych przed leczeniem lub nie jest to możliwe przed rozpoczęciem leczenia onkologicznego lub innego leczenia, przyszłe możliwości w zakresie płodności mogą być ograniczone. Wciąż istnieją alternatywne sposoby założenia rodziny. Poniżej znajdziesz informacje na temat wykorzystania komórek jajowych od dawczyni lub adopcji.

Czy mogę poddać się zabiegom zachowania płodności po zakończeniu leczenia?

W zależności od wpływu na Twoją płodność po wyzdrowieniu możesz nadal mieć możliwość poddania się zabiegom zachowania płodności. Jeśli jajniki znów zaczną wytwarzać komórki jajowe, możliwy jest zabieg zachowania płodności z wykorzystaniem własnych komórek jajowych. Jeśli wykorzystanie własnych komórek jajowych nie jest możliwe, możesz porozmawiać o innych możliwościach:

- **Wykorzystanie komórek jajowych od dawczyni:** Jeśli po leczeniu onkologicznym nie możesz wytwarzać 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. Możesz ją rozważyć w każdej chwili i zapewnia ona drogę do rodzicielstwa, jeśli posiadanie dziecka biologicznego nie jest możliwe.

Ważne jest, aby omówić te alternatywy ze specjalistą ds. płodności i zespołem medycznym 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.

Czym jest zamrożenie tkanki jajnikowej?

Zamrożenie tkanki jajnikowej to sposób na zachowanie płodności polegający na tym, że mały fragment tkanki jajnikowej zawierający niedojrzałe komórki jajowe zostaje chirurgicznie usunięty (w drodze zabiegu laparoskopowego) i zamrożony. Może to stanowić możliwość dla młodych kobiet, gdy zamrożenie komórek jajowych nie jest możliwe. Obecnie wykorzystanie tej tkanki oznacza kolejny zabieg, aby wprowadzić ją z powrotem do organizmu.

Czy po zakończeniu leczenia zostanę poddany badaniom płodności?

Nie istnieje jedno badanie, które jednoznacznie potwierdzi, że Twoja płodność w pełni wróciła. Choć powrót regularnej miesiączki to dobry znak, nie gwarantuje on płodności.

Kto może mi pomóc podjąć decyzję, co zrobić?

Twoi lekarze i pielęgniarki mogą udzielić Ci wskazówek podczas podejmowania decyzji dotyczącej zamrożenia komórek jajowych. Wizyta w centrum leczenia niepłodności nie oznacza, że musisz zdecydować się na zamrożenie komórek jajowych, 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, w tym zamrożenia komórek jajowych, oraz zapewnić dodatkowe wsparcie emocjonalne w trakcie całego procesu.

Jak mogę uzyskać dostęp do doradztwa w zakresie płodności?

Jeśli czas pozwoli, przed przystąpieniem do zamrożenia komórek jajowych będzie możliwość spotkania się z jednym z naszych doradców ds. płodności. 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.

Czy muszę stosować antykoncepcję?

Chociaż leczenie może mieć wpływ na Twoją płodność, nie można stwierdzić ma pewno, czy nadal możesz zajść w ciążę. Niektóre zabiegi mogą uszkadzać komórki jajowe, co może potencjalnie wpływać na ciążę, jeśli podczas leczenia dojdzie do poczęcia. Dlatego niezwykle istotne jest, aby podczas leczenia oraz do roku po jego zakończeniu zapobiegać ciąży, jeśli prowadzisz aktywne życie seksualne.

Równie ważne jest uprawianie bezpiecznego seksu, aby chronić siebie i partnera przed infekcjami przenoszonymi drogą płciową (STI). Zdecydowanie zaleca się stosowanie prezerwatywy podczas aktywności seksualnej, aby zapewnić bezpieczeństwo zarówno sobie, jak i partnerowi.

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](#).

Chcesz dowiedzieć się więcej? – przydatne kontakty i strony internetowe

Jeśli chcesz dowiedzieć się więcej na temat zachowania płodności lub uzyskać dostęp do wsparcia, pomocne mogą być następujące zasoby:

- **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](#)
- **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.
- **Macmillan Cancer Support**
[Macmillan Cancer Support](#) – Macmillan zapewnia informacje, wsparcie i wskazówki, aby pomóc osobom chorym na nowotwór żyć pełnią życia.
- **Teenage Cancer Trust**
[Teenage Cancer Trust](#) – Teenage Cancer Trust zapewnia specjalistyczną opiekę pielęgniarską i wsparcie dla młodych ludzi chorych na nowotwór. Wsparcie dla wszystkich osób w wieku od 13 do 24 lat, u których zdiagnozowano nowotwór, a także ich bliskich.
- **Cancer Research UK: Fertility and Cancer**
[Cancer and Fertility | Cancer Research UK](#) – kompleksowe informacje na temat tego, jak leczenie onkologiczne może wpływać na płodność oraz na temat dostępnych rozwiązań.
- **Clic Sargent (Young Lives vs Cancer)**
[The six ways we help - Young Lives vs Cancer](#) i [Young Lives vs Cancer](#) – Wsparcie dla dzieci i młodych osób chorych na nowotwór, w tym informacje na temat zachowania płodności.
- **Gendered Intelligence**
[Gendered Intelligence](#) – wspiera osoby transpłciowe, zwłaszcza młode, w radzeniu sobie ze swoją tożsamością płciową oraz z powiązanymi z tym wyzwaniem.
- **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.

- **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.