

# **Informații pentru pacienți** **Conservarea fertilității**

## **Congelarea ovulelor**

# Introducere

Conservarea fertilității, în special congelarea ovulelor, este un proces care vă permite să le stocați pentru o utilizare ulterioară. Înțelegem că planificarea familială ar putea să nu fie prioritatea dumneavoastră imediată. Poate că nu sunteți sigură că veți avea copii într-o zi, iar acest lucru este perfect acceptabil. Cu toate acestea, aceasta este o decizie importantă, iar anumite tratamente medicale vă pot afecta fertilitatea. Prin urmare, este esențial să explorați opțiunile dumneavoastră acum. Înțelegerea procesului de congelare a ovulelor, a beneficiilor sale și a factorilor de luat în considerare vă va permite să luați decizii informate cu privire la viitorul dumneavoastră, indiferent dacă vă doriți sau nu să aveți copii. Aceste informații sunt menite să vă ajute să abordați aceste întrebări importante și să luați cea mai bună decizie pentru dumneavoastră.

## Ce este fertilitatea?

Fertilitatea este capacitatea de a avea copii. Pentru femei, congelarea ovulelor păstrează opțiunea de a încerca să aibă copii biologici în viitor.

# Afecțiuni care vă pot afecta fertilitatea

## Cancer

Tratamentele oncologice, precum chimioterapia, radioterapia și unele intervenții chirurgicale, pot afecta capacitatea ovarelor de a produce ovule și șansele viitoare de sarcină. Riscul pentru fertilitatea dumneavoastră depinde de vârsta dumneavoastră și de tratamentul specific. Discutați impactul potențial asupra fertilității dumneavoastră cu echipa de îngrijire oncologică. Dacă fertilitatea dumneavoastră este în pericol și sperați să aveți copii în viitor, luați în considerare conservarea fertilității prin congelarea ovulelor înainte de a începe tratamentul oncologic.

## Tratament legat de gen

Tratamentul hormonal și unele intervenții chirurgicale legate de gen vă pot face infertilă. Acest lucru depinde de tipul de tratament pe care îl urmați. Terapia hormonală (blocante ale pubertății sau testosteron) vă suprimă fertilitatea. În majoritatea cazurilor, fertilitatea se va restabili dacă opriți tratamentul hormonal; cu toate acestea, în unele cazuri, este posibil să nu fie așa. Intervenția chirurgicală pentru îndepărtarea ovarelor este ireversibilă și vă va face infertilă.

Dacă credeți că v-ați dori copii la un moment dat, este posibil să doriți să vă conservați fertilitatea prin congelarea și stocarea ovulelor pentru utilizare ulterioară în tratamentul de fertilitate. Adesea, este recomandat să faceți acest lucru înainte de începerea tratamentului hormonal, dar dacă decideți acest lucru mai târziu, după începerea tratamentului, ar trebui să fie posibil. S-ar putea să fie necesar să întrerupeți tratamentul hormonal timp de câteva luni.

## Alte afecțiuni

Unele afecțiuni vă pot afecta capacitatea de a avea copii, uneori chiar provocând menopauză precoce. De exemplu, afecțiuni precum mozaicismul corelat cu sindromul Turner și galactozemia pot duce la o pierdere prematură de ovule.

În plus, tratamentele pentru alte probleme de sănătate pot, de asemenea, să dăuneze fertilității. Dacă urmați un astfel de tratament și sperați să aveți copii într-o zi, congelarea ovulelor în prealabil ar putea ajuta la conservarea fertilității.

Personalului forțelor armate din prima linie care se confruntă cu desfășurarea într-o zonă de luptă i se poate oferi conservarea fertilității în cadrul NHS.

# Ce este conservarea fertilității?

Conservarea fertilității implică recoltarea și congelarea ovulelor, astfel încât să aveți opțiunea de a încerca să aveți copii în viitor folosind aceste ovule.

Dacă decideți să continuați cu o consultație pentru conservarea fertilității, veți fi îndrumat către Centrul de fertilitate cel mai apropiat de dumneavoastră, dar este posibil ca acesta să nu fie spitalul local. Echipa dumneavoastră de clinică și specialiștii în fertilitate vor lucra împreună pentru a planifica și a coordona cu atenție conservarea fertilității cu tratamentul dumneavoastră, asigurându-se că totul este gestionat eficient și fără probleme.

## Ce implică congelarea ovulelor?

Congelarea ovulelor este o metodă de conservare a fertilității prin stocarea ovulelor înainte de începerea tratamentului oncologic sau a altui tratament. Congelarea ovulelor implică câțiva pași:

- Veți primi injecții cu hormoni pentru a stimula ovarele să producă mai multe ovule.
- Progresul dumneavoastră va fi monitorizat prin ecografiile și analize de sânge.
- Când ovulele sunt mature, acestea vor fi recoltate în timpul unei scurte proceduri chirurgicale în timpul căreia veți primi sedare.
- Ovulele mature sunt apoi congelate și stocate.

### Există efecte secundare?

Ovarele femeilor tinere răspund adesea bine la medicamentele pentru fertilitate, ceea ce poate crește riscul de sindrom de hiperstimulare ovariană (SHSO), deși există un risc mic pentru toate. SHSO este o reacție potențial gravă la injecțiile cu hormoni, în care ovarele suprastimulate se măresc și eliberează substanțe chimice care pot provoca pierderi ale vaselor de sânge.

Minimizăm acest risc prin selectarea cu atenție a tipului și dozei de injecții hormonale. Aproximativ o treime dintre persoane prezintă SHSO ușor, care poate fi de obicei gestionat la domiciliu cu ameliorarea durerii și medicamente prescrise timp de câteva zile.

### Cât timp voi sta în spital?

În mod normal, puteți merge acasă după o oră sau două ore de la procedura de recoltare a ovulelor. O sângerare ușoară este normală, iar orice disconfort abdominal dispare de obicei în 12 ore odată cu ameliorarea durerii.

## Cine este eligibilă pentru stocarea ovulelor de către NHS?

Pentru a vă califica pentru stocarea ovulelor de către NHS, nu contează dacă sunteți singură sau într-o relație, dar trebuie să îndepliniți criteriile specifice pentru conservarea fertilității. În Scoția, cerințele de eligibilitate actuale sunt:

- Trebuie să aveți sub 40 de ani.
- IMC-ul dumneavoastră trebuie să fie sub 35.
- Nu trebuie să aveți copii biologici.
- Nu trebuie să fi fost supusă unei proceduri de sterilizare.

Cu toate acestea, se aplică criterii separate pentru accesarea tratamentului de fertilitate finanțat de NHS, în vederea utilizării ovulelor stocate în viitor. Aceste criterii se pot schimba în timp și nu este posibil să se prevadă care vor fi cerințele în anii următori.

# Ce se va întâmpla atunci când voi consulta specialistul în fertilitate?

În timpul consultației, medicul sau asistenta specialistă vă va explica opțiunile disponibile pentru conservarea fertilității și vă va răspunde la orice întrebări ați putea avea. Dacă există suficient timp pentru a finaliza conservarea fertilității înainte de a începe tratamentul oncologic sau alt tratament, specialistul va discuta cu dumneavoastră procedurile relevante.

Dacă alegeți să continuați, specialistul vă va ghida prin acest proces și va trebui să completați documentele necesare (istoricul recent al călătoriilor) și formularele de consimțământ pentru tratamentul și stocarea ovulelor dumneavoastră. De asemenea, veți face o analiză de sânge pentru a verifica dacă există infecții. Acești pași sunt necesari pentru a vă asigura că ovulele dumneavoastră pot fi stocate în siguranță, respectând cerințele de reglementare pentru o posibilă utilizare viitoare.

Dacă stabilim că ovulele dumneavoastră nu pot fi congelate, vă vom informa și vom discuta opțiunile, dacă este cazul.

## Care sunt implicațiile legale ale stocării ovulelor?

În Marea Britanie, utilizarea și stocarea ovulelor sunt reglementate de Autoritatea pentru Fertilizare și Embriologie Umană (HFEA). Conform Legii privind fertilizarea și embriologia umană (1990), trebuie să furnizați consimțământul scris pentru următoarele:

- Stocarea ovulelor dumneavoastră
- Durata pentru care ovulele dumneavoastră pot fi stocate
- Scopurile pentru care pot fi folosite ovulele dumneavoastră
- Dorințele dumneavoastră privind ovulele stocate
- Ce ar trebui să se întâmple cu ovulele dumneavoastră în caz de deces sau dacă nu vă mai puteți schimba sau retrage consimțământul (acestea sunt întrebări standard pentru toate pacientele care iau în considerare conservarea fertilității)

Perioada maximă de stocare a ovulelor dumneavoastră este în prezent de 55 de ani, dar consimțământul trebuie reînnoit la fiecare 10 ani.

După ce ovulele dumneavoastră sunt stocate, este esențial să mențineți comunicarea cu centrul de stocare. Anunțați imediat orice modificare a datelor dumneavoastră de contact, cum ar fi o nouă adresă, pentru a vă asigura că se poate păstra legătura cu dumneavoastră. Dacă centrul de stocare nu vă poate contacta, este posibil să nu mai aibă permisiunea legală de a vă stoca ovulele și să fie obligat să le elimine.

Este important să informați centrul despre orice modificări ale statutului parteneriatului sau schimbări de nume, deoarece s-ar putea să fie necesar să completați noi formulare de consimțământ pentru a continua stocarea.

Dacă aveți un partener și doriți să îi permiteți să utilizeze ovulele dumneavoastră în cazul decesului dumneavoastră, trebuie să completați formulare de consimțământ specifice la centrul de stocare pentru a autoriza acest lucru.

Dacă decideți să nu mai stocați ovulele, va trebui să contactați centrul de stocare pentru a aranja eliminarea lor.

# Va trebui amânat tratamentul meu dacă aleg congelarea ovulelor?

Congelarea ovulelor durează de obicei două până la trei săptămâni. Dacă tratamentul dumneavoastră poate fi amânat în siguranță în această perioadă, specialistul vă poate îndruma să discutați opțiunile de conservare a fertilității, inclusiv congelarea ovulelor. Cu toate acestea, dacă tratamentul dumneavoastră trebuie să înceapă urgent, este posibil să nu existe suficient timp pentru a finaliza congelarea ovulelor înainte de începerea tratamentului. În aceste situații, ar putea fi luate în considerare și alte opțiuni. Consultați mai jos informațiile despre utilizarea ovulelor donate sau adopție.

## Ce se întâmplă dacă nu vreau să continui în această etapă?

Dacă decideți să nu continuați cu congelarea ovulelor în această etapă, este perfect acceptabil. Decizia vă aparține în întregime. Este normal să vă simțiți nesigură, iar faptul că vă alocați mai mult timp pentru a reflecta asupra situației este perfect rezonabil. Dacă nu sunteți sigură, ar putea fi util să discutați cu echipa medicală, cu specialistul în fertilitate sau cu un consilier pentru a înțelege mai bine opțiunile dumneavoastră. Renunțarea la congelarea ovulelor nu va afecta tratamentul și, dacă vă răzgândeți, puteți explora alte opțiuni pentru a întemeia o familie în viitor.

## Există alternative dacă nu pot congela ovulele înainte de începerea tratamentului?

Dacă decideți să nu congelați ovulele dumneavoastră înainte de tratament sau dacă nu este posibil înainte de a începe tratamentul oncologic sau alt tratament, opțiunile de fertilitate pot fi limitate în viitor. Există modalități alternative de a întemeia o familie. Consultați mai jos informațiile despre utilizarea ovulelor donate sau adopție.

## Pot urma tratamente de fertilitate după recuperarea după tratament?

În funcție de modul în care este afectată fertilitatea dumneavoastră, puteți urma în continuare tratamente de fertilitate după recuperare. Dacă ovarele încep să producă din nou ovule, tratamentul de fertilitate cu propriile ovule ar putea fi o opțiune. Dacă nu este posibil să folosiți propriile ovule, puteți discuta despre alte opțiuni:

- **Utilizarea ovulelor donate:** Dacă nu puteți produce ovule după tratamentul oncologic, utilizarea ovulelor donate pentru tratamente de fertilitate ar putea fi o opțiune atunci când sunteți pregătită să întemeiați o familie.
- **Adopția:** Adopția este o altă modalitate de a avea copii. Puteți explora această alternativă oricând, iar aceasta este o cale de a deveni părinte dacă nu este posibil să aveți un copil biologic.

Este important să discutați despre aceste alternative cu specialistul dumneavoastră în fertilitate și cu echipa medicală, astfel încât să puteți alege cea mai bună opțiune pentru situația dumneavoastră medicală, planul de tratament și obiectivele familiei. Fiecare opțiune are aspecte diferite de luat în considerare, iar echipa dumneavoastră medicală vă poate oferi indicații personalizate.

## Ce este congelarea țesutului ovarian?

Congelarea țesutului ovarian este o modalitate de conservare a fertilității în care o mică bucată de țesut ovarian, care conține ovule imature, este îndepărtată chirurgical (chirurgia laparoscopică) și congelată. Aceasta poate fi o opțiune pentru femeile tinere atunci când congelarea ovulelor nu este posibilă. În prezent, utilizarea acestui țesut înseamnă o altă intervenție chirurgicală pentru a-l reintroduce în organism.

# Voi face teste de fertilitate după tratament?

Nu există niciun test care să poată spune cu certitudine dacă fertilitatea dumneavoastră și-a revenit complet. Deși revenirea la un ciclu menstrual regulat este un semn bun, aceasta nu garantează că sunteți fertilă.

## Cine mă poate ajuta să decid ce să fac?

Medicii și asistentele dumneavoastră vă pot îndruma în timp ce luați această decizie cu privire la congelarea ovulelor. Vizitarea centrului de fertilitate nu înseamnă că trebuie să continuați cu congelarea ovulelor, dar vă va oferi șansa de a explora pe deplin opțiunile.

De asemenea, este important să vă bazați pe rețeaua dumneavoastră obișnuită de sprijin, cum ar fi familia, prietenii sau grupurile de sprijin comunitare, pentru a vă ajuta să decideți ce este mai bine pentru dumneavoastră.

Consilierii, chiar dacă nu sunt implicați direct în îngrijirea dumneavoastră medicală, vă pot oferi un sprijin valoros pentru a vă ajuta să decideți dacă să continuați cu conservarea fertilității, inclusiv congelarea ovulelor, dar și sprijin emoțional suplimentar pe tot parcursul procesului.

## Cum pot accesa consilierea în materie de fertilitate?

Dacă vă permite timpul, veți avea ocazia să vă întâlniți cu unul dintre consilierii noștri în materie de fertilitate înainte de a continua cu congelarea ovulelor. Toți consilierii noștri sunt membri ai British Infertility Counselling Association (BICA). În timpul sesiunii, consilierul va discuta despre opțiunile dumneavoastră și vă va ajuta să vă explorați gândurile și sentimentele despre congelarea ovulelor. De asemenea, este o ocazie pentru dumneavoastră să adresați orice întrebări ați putea avea.

Rețineți faptul că această consiliere nu face parte din procesul de evaluare și nu vă va afecta tratamentul. Dacă doriți sprijin suplimentar, sunt disponibile și alte programări de consiliere înainte, în timpul sau după tratament.

## Mă pot răzgândi?

Da, vă puteți răzgândi oricând. Este normal să vă simțiți nesigură sau îngrijorată în legătură cu acest proces, iar discuția cu un consilier sau un medic specialist în fertilitate vă poate ajuta să vă controlați emoțiile. Totuși, aceste discuții nu vă obligă să continuați cu conservarea fertilității.

## Trebuie să utilizez metode contraceptive?

Deși tratamentul vă poate afecta fertilitatea, este imposibil să știți cu siguranță dacă puteți concepe. Unele tratamente pot deteriora ovulele, ceea ce ar putea afecta o sarcină dacă apare concepția în timpul tratamentului. Prin urmare, este vital să preveniți sarcina dacă aveți o viață sexuală activă în timpul tratamentului și până la un an după terminarea tratamentului.

Este la fel de important să practicați sexul protejat pentru a vă proteja pe dumneavoastră și partenerul dumneavoastră de infecțiile cu transmitere sexuală (ITS). Utilizarea prezervativului în timpul activității sexuale este recomandată pentru a asigura siguranța atât a dumneavoastră, cât și a partenerului dumneavoastră.

# Cum procedez dacă doresc să utilizez ovulele stocate?

Trebuie să contactați medicul de familie pentru a solicita o trimitere la centrul local de fertilitate, de preferință cel unde sunt stocate ovulele.

De asemenea, este important să rețineți că trebuie îndeplinite criteriile suplimentare pentru a avea acces la tratamentul de fertilitate oferit de NHS folosind ovulele dvs. stocate în viitor. Aceste criterii se pot schimba în timp și nu este posibil să se prevadă care vor fi cerințele în anii următori. Criteriile actuale pot fi găsite aici - [Access Criteria NHS IVF Treatment Scotland – Fertility Network](#) (Criterii de acces NHS IVF Treatment Scotland - Rețea de fertilitate).

## Doriți să aflați mai multe? – Date de contact și site-uri web utile

Dacă doriți să aflați mai multe despre conservarea fertilității sau despre asistența pentru acces, s-ar putea ca următoarele resurse să vă fie utile:

- **Site web HFEA: Congelarea ovulelor**  
[Egg freezing | HFEA](#)
- **Site web HFEA: Conservarea fertilității**  
[Fertility preservation | HFEA](#)
- **HFEA: Informații pentru persoanele trans și non-binare**  
[Information for trans and non-binary people seeking fertility treatment | HFEA](#)
- **British Infertility Counselling Association (BICA)**  
[BICA: Professional Infertility Counselling Association in the UK](#)  
– Oferă consiliere specializată persoanelor care urmează tratamente de conservare a fertilității.
- **Macmillan Cancer Support**  
[Macmillan Cancer Support](#) – Macmillan oferă informații, sprijin și îndrumare pentru a ajuta toate persoanele cu cancer să trăiască viața din plin.
- **Teenage Cancer Trust**  
[Teenage Cancer Trust](#) – Teenage Cancer Trust oferă îngrijire medicală specializată și asistență tinerilor cu cancer. Oferirea de asistență oricărei persoane diagnosticate cu cancer cu vârste cuprinse între 13 și 24 de ani, precum și persoanelor dragi.
- **Cancer Research UK: Fertilitate și cancer**  
[Cancer and Fertility | Cancer Research UK](#) – Informații complete despre modul în care tratamentele oncologice pot afecta fertilitatea și opțiunile disponibile.
- **Clic Sargent (Young Lives vs Cancer)**  
[The six ways we help - Young Lives vs Cancer](#) și [Young Lives vs Cancer](#) – Asistență pentru copiii și adulții tineri cu cancer, inclusiv informații despre conservarea fertilității.
- **Inteligența de gen**  
[Gendered Intelligence](#) – Sprijină persoanele transgen, în special tinerii, în gestionarea identității de gen și a provocărilor aferente.
- **GIRES (Gender Identity Research & Education Society)**  
[Gender Identity Research & Education Society](#) – Oferă îndrumare și susținere persoanelor transgen și cu diversitate de gen și familiilor acestora.

- **Scots Trans și Equality Network**

[Scottish Trans](#) – Acționează pentru îmbunătățirea identității de gen și a egalității, drepturilor și incluziunii în Scoția. Scottish Trans face parte din [Equality Network](#) care acționează pentru a îmbunătăți egalitatea, drepturile și incluziunea LGBTQI+ în Scoția.

- **LGBT Health and Wellbeing**

[LGBT Health and Wellbeing](#) – Acționează pentru a îmbunătăți sănătatea fizică, socială și mentală și bunăstarea adulților LGBTQ+ (16+) din Scoția.

- **LGBT Youth Scotland**

[LGBT Youth Scotland](#) – Organizația caritabilă națională din Scoția pentru tinerii LGBTQ+ cu vârste cuprinse între 13-25 de ani.

- **The Fertility Alliance**

[The Fertility Alliance](#) – O organizație caritabilă națională pentru fertilitate care oferă sprijin și informații precise oricui dorește să afle mai multe despre fertilitatea sa.

- **Fertility Network UK**

[Fertility Network UK](#) – O organizație caritabilă care oferă asistență și informații despre toate aspectele fertilității, inclusiv opțiunile de conservare.

- **NHS Fertility Services**

[Infertility | NHS inform](#) – Indicații privind serviciile de fertilitate ale NHS și informații despre infertilitate.

- **British Fertility Society**

[For the public » British Fertility Society](#) – Informații despre fertilitate și conservarea fertilității.