

Informacje dla pacjentów

Zachowanie płodności

Zamrożenie nasienia

Wprowadzenie

Zachowanie płodności, a konkretnie zamrożenie nasienia, to proces umożliwiający przechowywanie nasienia 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 nasienia, 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 mężczyzn wymaga wytwarzania zdrowego nasienia w jądrach, a zamrożenie nasienia zachowuje możliwość 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 jąder do wytwarzania nasienia. Potencjalny wpływ na nasienie uzależniony jest od rodzaju określonego leczenia, któremu się poddasz. Ważne jest, aby porozmawiać ze swoim zespołem onkologicznym na temat prawdopodobnych skutków leczenia.

Jeśli chcesz mieć kiedyś dzieci, a leczenie onkologiczne jeszcze się nie rozpoczęło, rozważ zachowanie płodności poprzez zamrożenie nasienia i jego przechowanie w celu późniejszego wykorzystania w leczeniu niepłodności.

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 estrogen) hamuje płodność i z upływem czasu może prowadzić do całkowitej utraty płodności. W większości przypadków płodność zostaje przywrócona, jeśli przerwiesz terapię hormonalną; jednakże w niektórych przypadkach tak się nie stanie. Zabieg usunięcia jąder jest nieodwracalny i sprawi, że staniesz się bezpłodny. Usunięcie penisa oznacza niemożność ejakulacji.

Jeśli myślisz, że w przyszłości chciałbyś mieć dzieci, być może zechcesz zachować płodność poprzez zamrożenie nasienia i przechowanie go 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. W zależności od przypadku być może konieczna będzie kilkumiesięczna przerwa w terapii hormonalnej.

Inne schorzenia

Niektóre schorzenia medyczne mogą wymagać stosowania zabiegów, które są szkodliwe dla płodności, dlatego być może zechcesz rozważyć zachowanie płodności.

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 Twojego nasienia (zamrożenie nasienia), aby w przyszłości móc podjąć próbę posiadania dzieci, korzystając z tego nasienia.

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 nasienia?

Zamrożenie nasienia to metoda zachowania płodności poprzez przechowywanie nasienia przed rozpoczęciem leczenia onkologicznego lub innego leczenia. Aby dostarczyć próbkę do zamrożenia, konieczna będzie masturbacja i ejakulacja do sterylnej pojemnika.

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. Jeśli będzie na to czas, 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. Jedyne sposoby, aby to potwierdzić, to badanie laboratoryjne próbki nasienia.

Jak długo to potrwa?

Pobranie i przetworzenie nasienia zwykle trwa krótko, mniej niż godzinę. Zazwyczaj możesz wrócić do domu krótko po dostarczeniu próbki.

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.

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 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 nasienia. 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 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 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. Ponadto centrum leczenia niepłodności może zaplanować wizyty kontrolne, aby sprawdzić, czy nadal wytwarzasz nasienie. Jeśli tak, NHS może zaprzestać pokrywania kosztów bieżącego przechowywania nasienia.

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

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

A jeśli na tym etapie nie zechcę przystąpić do zabiegu?

Jeśli postanowisz nie przystępować do zamrażania nasienia 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 nasienia nie wpłynie na Twoje leczenie, a jeśli zmienisz zdanie, możesz rozważyć inne opcje założenia rodziny w przyszłości.

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

Jeśli postanowisz, że nie będziesz zamrażać nasienia 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 adopcji albo wykorzystania nasienia od dawcy.

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 jądra znów zaczną wytwarzać nasienie, możliwy jest zabieg zachowania płodności z wykorzystaniem własnego nasienia. Jeśli wykorzystanie własnego nasienia nie jest możliwe i nasienie nie zostało zamrożone przed leczeniem, możesz porozmawiać o innych możliwościach:

- **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. 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.

Czy po zakończeniu leczenia zostaną poddany badaniom płodności?

Po zakończeniu leczenia badanie płodności może pomóc w określeniu, czy nadal wytwarzasz żywotne plemniki. Zazwyczaj zalecamy odczekanie 12 miesięcy po zakończeniu leczenia, zanim zostanie wykonane takie badanie. Nie istnieje jedno badanie, które jednoznacznie potwierdzi, że Twoja płodność w pełni wróciła. Analiza nasienia umożliwia ocenę liczby plemników, ich ruchliwości oraz morfologii, ale nawet „normalny” wynik nie gwarantuje płodności.

Kto może mi pomóc podjąć decyzję, co zrobić?

Twoi lekarze i pielęgniarki mogą udzielić Ci wskazówek podczas podejmowania decyzji dotyczącej zamrożenia nasienia. Wizyta w centrum leczenia niepłodności nie oznacza, że musisz zdecydować się na zamrożenie nasienia, ale daje Ci szansę na pełne rozważenie dostępnych opcji.

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 nasienia, 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 nasienia będziesz miał możliwość spotkać 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 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.

Czy muszę stosować antykoncepcję?

Chociaż leczenie może mieć wpływ na Twoją płodność, nie można stwierdzić na pewno, czy nadal możesz zostać ojcem. Niektóre zabiegi mogą uszkadzać nasienie, 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 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](#).

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 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](#)
- **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.