

# Інформація для пацієнтів щодо збереження фертильності Заморожування сперми

# Вступ

Збереження фертильності, зокрема заморожування сперми, — це процес, який дає змогу зберегти сперму для використання у майбутньому. Ми усвідомлюємо, що питання планування сім'ї може не бути вашим першочерговим пріоритетом прямо зараз. Цілком припустимо, якщо ви ще не визначилися, чи плануєте ставати батьками у майбутньому. Водночас слід пам'ятати, що це рішення є вагомим, адже своєчасність певних видів та етапів лікування може відобразитися на вашому репродуктивному здоров'ї. З огляду на це, критично важливо розглянути можливі варіанти вже зараз. Розуміння процесу заморожування сперми, його переваг та факторів, які слід врахувати, допоможе вам зробити свідомий вибір щодо свого майбутнього, незалежно від того, плануєте ви мати дітей чи ні. Ця інформація покликана допомогти вам розібратися в цих важливих питаннях і прийняти найкраще для вас рішення.

## Що таке фертильність?

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

## Стани, що можуть вплинути на вашу фертильність.

### Рак

Лікування раку, зокрема хіміотерапія, радіотерапія та деякі види хірургічного втручання, може вплинути на те, наскільки ефективно ваші яєчка виробляють сперму. Потенційний вплив на якість вашої сперми залежить від типу лікування, яке ви будете отримувати. Важливо обговорити з вашими лікарями-онкологами ймовірні наслідки вашого лікування.

Якщо ви припускаєте, що колись захочете мати дітей, і ще не розпочали лікування раку, доцільно приділити увагу питанню збереження фертильності — заморожування та зберігання сперми для її подальшого використання в репродуктивній терапії.

### Терапія, пов'язана з гендерним переходом

Гормональна терапія та деякі види хірургічних втручань, пов'язані з корекцією статі, можуть призвести до безпліддя. Це залежить від виду терапії, яку ви проходитье. Гормональна терапія (блокатори пубертату або естроген) пригнічує вашу фертильність і з часом може призвести до повної її втрати. У більшості випадків фертильність відновлюється після припинення гормональної терапії, однак у деяких випадках цього не відбувається. Операція з видалення яєчок є незворотною і призведе до безпліддя. У разі видалення пеніса вихід сперми (сім'явивпорскування) стане неможливим.

Якщо ви припускаєте, що колись захочете мати дітей, доцільно приділити увагу питанню збереження фертильності — заморожування та зберігання сперми для її подальшого використання в репродуктивній терапії. Найчастіше це найкраще зробити до початку гормональної терапії, але якщо ви приймете таке рішення пізніше, уже після початку терапії, це також має бути можливо. Залежно від конкретного випадку може виникнути потреба призупинити гормональну терапію на кілька місяців.

### Інші стани

Інші медичні стани можуть потребувати методів терапії, що має шкідливий вплив на репродуктивну функцію, тому доцільно розглянути можливість збереження фертильності.

Особовому складу збройних сил, що виконує завдання на лінії фронту та підлягає розгортанню в зоні бойових дій, надається можливість збереження репродуктивної функції за підтримки Національної служби охорони здоров'я Великої Британії (NHS).

# Що таке збереження фертильності?

Збереження фертильності передбачає збір та заморожування вашої сперми (заморожування сперми), щоб ви мали можливість мати дітей у майбутньому, використовуючи цю сперму.

Якщо ви вирішите пройти консультацію щодо збереження фертильності, вас направлять до найближчого до вас центру репродуктивної медицини, проте це може бути інший заклад, а не ваша місцева лікарня. Команда ваших лікарів та фахівці з репродуктивної медицини (репродуктологи) співпрацюватимуть, щоб ретельно спланувати та узгодити процес збереження вашої фертильності паралельно з основним лікуванням, забезпечуючи узгодженість та ефективність усіх процесів.

## Що включає в себе процес заморожування сперми?

Заморожування сперми — це метод збереження вашої фертильності шляхом зберігання сперми до початку лікування раку або іншої терапії. Щоб надати зразок для заморожування, вам потрібно буде шляхом мастурбації здійснити сім'явипорскування у стерильний контейнер.

Після того як ви надасте зразок сперми, співробітники лабораторії зв'яжуться з вами, щоб повідомити про його якість та придатність для заморожування. Якщо дозволяє час, 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.

### Скільки часу це займе?

Збір і обробка сперми зазвичай займають небагато часу, як правило, менше години. Зазвичай ви можете вирушати додому невдовзі після надання зразка.

## 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.

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 до початку лікування раку або іншої терапії є достатньо часу для завершення процесу збереження фертильності, фахівець детально ознайомить вас із відповідними процедурами.

Якщо ви оберете цей шлях, фахівець супроводжуватиме вас протягом усього процесу, і вам потрібно буде заповнити необхідні документи (зокрема дані про нещодавні поїздки/подорожі (анамнез поїздки)) та форми згоди на проведення процедур та зберігання вашої сперми. Ви також повинні будете пройти аналіз крові для здійснення перевірки на наявність інфекцій. Ці кроки необхідні, щоб гарантувати безпечно 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 центр 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 у вас є партнер і 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. Крім того, центр репродуктивної медицини може призначити повторні візити з метою моніторингу збереження вашої здатності до продукування сперми. У такому разі NHS може припинити покриття витрат на подальше зберігання вашої сперми.

## Чи доведеться відкладати моє лікування, якщо я прийму рішення про здійснення процедури заморожування сперми?

Процес заморожування сперми зазвичай триває від двох до трьох днів. Якщо ваше лікування можна безпечно відтермінувати на цей період, ваш фахівець може надати вам направлення на консультацію щодо варіантів збереження фертильності, зокрема заморожування сперми. Однак, якщо ваше лікування має розпочатися терміново, часу на завершення процедури заморожування сперми до початку терапії може бути недостатньо. У таких ситуаціях можуть бути розглянуті інші варіанти. Нижче наведено інформацію про використання донорської сперми або всиновлення.

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

Якщо ви вирішите не проводити процедуру заморожування сперми на цьому етапі, це цілком прийнятно. Це рішення залежить виключно від вас. Цілком природно відчувати невпевненість, тому взяти додатковий час на роздуми — це цілком розумний крок. Якщо ви вагаєтеся, можливо, вам допоможе обговорення ситуації з вашою командою лікарів, репродуктологом або консультантом, щоб краще зрозуміти доступні варіанти. Відмова від процедури заморожування сперми не вплине на ваше основне лікування, і ви зможете розглянути інші шляхи створення сім'ї в майбутньому, якщо зміните своє рішення.

# Чи існують альтернативи, якщо мені не вдасться провести процедуру заморожування сперми до початку лікування?

Якщо ви вирішите не здійснювати процедуру заморожування сперми до початку терапії, або ж це виявиться неможливим через терміновість лікування раку чи інших захворювань, ваші можливості щодо збереження фертильності в майбутньому можуть бути обмеженими. Усе ще існують альтернативні шляхи для створення сім'ї. Нижче наведено інформацію про використання донорської сперми або усиновлення.

# Чи можу я проходити лікування безпліддя після одужання?

Залежно від того, як лікування вплинуло на вашу репродуктивну здатність, ви все ще можете мати можливість пройти курс лікування безпліддя після одужання. Якщо функція яєчок відновиться і вони знову почнуть продукувати сперму, лікування безпліддя з використанням вашої власної сперми може стати можливим варіантом. Якщо використання вашої власної сперми виявиться неможливим і ви не провели процедуру її заморожування до початку лікування, ви можете розглянути інші варіанти:

- **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 стати батьками. Ви можете розглянути цей варіант у будь-який час; він пропонує шлях до батьківства, якщо народження біологічної дитини є неможливим.

Важливо обговорити ці альтернативні варіанти з вашим репродуктологом та командою лікарів, щоб ви могли обрати найкращий варіант відповідно до вашого стану здоров'я, плану лікування та сімейних цілей. Кожен варіант має свої особливості, які слід врахувати, і ваша команда лікарів може надати вам індивідуальні рекомендації.

# Чи буду я проходити перевірку фертильності після лікування?

Після завершення лікування перевірка фертильності може допомогти визначити, чи виробляються у вашому організмі життєздатні сперматозоїди. Зазвичай ми радимо зачекати 12 місяців після завершення лікування, перш ніж проходити це обстеження. Не існує єдиного тесту, який міг би остаточно підтвердити повне відновлення вашої фертильності. Спермограма дає змогу оцінити кількість, рухливість та морфологію сперматозоїдів, проте навіть показники в межах норми не є гарантією фертильності.

# Хто може допомогти мені прийняти рішення?

Ваші лікарі та медсестри можуть надати необхідну підтримку та роз'яснення, поки ви приймаєте рішення щодо проходження процедури заморожування сперми. Візит до центру репродуктивної медицини не зобов'язує вас до проведення процедури заморожування сперми, але 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, зокрема заморожування сперми, а також забезпечити додаткову емоційну підтримку на кожному етапі цього процесу.

## Як я можу отримати консультацію щодо фертильності?

Якщо дозволятиме час, ви матимете можливість зустрітися з одним із наших консультантів із питань фертильності перед тим, як розпочати процедуру заморожування сперми. 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.

## Чи потрібно мені використовувати засоби контрацепції?

Попри можливий вплив терапії на репродуктивну функцію, неможливо точно спрогнозувати, чи будете ви здатні зачати дитину природним шляхом у майбутньому. Певні методи лікування чинять деструктивний вплив на сперматозоїди, що може негативно позначитися на розвитку плоду у разі зачаття під час лікування. Тому критично важливо запобігати вагітності, якщо ви ведете статеве життя під час терапії та протягом року після її завершення.

Не менш важливо практикувати безпечний секс, щоб захистити себе та свого партнера від інфекцій, що передаються статевим шляхом (ІПСШ). Для забезпечення захисту здоров'я обох партнерів наполегливо рекомендується використовувати презерватив під час статевого акту.

# 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](#).

## Бажаєте дізнатися більше? – Корисна контактна інформація та вебсайти

Якщо ви бажаєте дізнатися більше про збереження фертильності або отримати підтримку, вам можуть стати у пригоді наступні ресурси:

- **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](#)
- **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.
- **Macmillan Cancer Support**  
[Macmillan Cancer Support](#) — організація забезпечує пацієнтів інформаційним та консультативним супроводом, сприяючи збереженню високої якості життя людей з онкологічними захворюваннями.
- **Teenage Cancer Trust**  
[Teenage Cancer Trust](#) — Teenage Cancer Trust забезпечує спеціалізований медсестринський догляд та підтримку для молодих людей з онкологічними захворюваннями. Надання підтримки всім особам віком 13–24 роки, у яких діагностовано рак, а також їхнім близьким людям.
- **Cancer Research UK: фертильність та рак**  
[Рак і фертильність | Cancer Research UK](#) — вичерпна інформація про те, як методи лікування раку можуть вплинути на фертильність, а також про доступні варіанти її збереження.
- **Young Lives vs Cancer (колишня назва — CLIC Sargent)**  
[Шість напрямів, за якими ми допомагаємо — Young Lives vs Cancer](#) і [Young Lives vs Cancer](#) — підтримка дітей та молоді з онкологічними захворюваннями, зокрема інформація щодо процедур збереження фертильності.
- **Gendered Intelligence**  
[Gendered Intelligence](#) — надає підтримку трансгендерним особам, зокрема молоді, у питаннях гендерної ідентичності та подоланні пов'язаних із цим викликів.
- **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.
- **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.