

Fiosrachadh Euslainteach: Aillse Dheugairean is Inbhich Òga

Gleidheadh Torrachais: A' reothadh uighean

Facal-tòiseachaidh

Tha e ag adhbharachadh mì-chinnt mhòr ma gheibh thu a-mach gu bheil aillse ort agus is dòcha nach bi thu a' smaoineachadh aig an àm seo air a' cheist am bu chòir clann a bhith agad uaireigin. Ach tha e nàdarra a bhith ag iarraidh roghainnean a bhith agad airson clann a bhith agad nas fhaide air adhart nad bheatha. Tha am fiosrachadh seo ann gus do chuideachadh gus tuigsinn mar a dh'fhaodadh leigheasadh aillse buaidh a thoirt air do chomas clann a bhith agad, agus nas urrainn dhut dèanamh gus do thorachas a ghleidheadh mus tòisich leigheasadh. Tha e cudromach bruidhinn ri ball den sgioba cùram aillse agad cho tràth 's a ghabhas. Bheir iad dhut comhairle a rèir an t-suidheachaidh agad agus cuidichidh iad thu gus co-dhùnidhean fiosraichte a dhèanamh a tha a rèir nam planaichean agad airson an àm ri teachd.

Dè th' ann an torrachas?

'S e torrachas an comas clann a bhith agad. Do bhoireannaich le bhith a' reothadh uighean, tha seo a' gleidheadh na roghainn clann bith-eòlasach a bhith agad san àm ri teachd.

Ciamar a bheir leigheasadh aillse buaidh air torrachas?

Gu tric bidh frith-bhuaidhean air leigheasan aillse a dh'fhaodadh buaidh a thoirt air maothrain fallain sa bhodhaig. Ged a tha cuid de fhrith-bhuaidhean sealach agus iad a' fàs nas fheàrr às dèidh leigheasadh, faodaidh cuid eile a bhith maireannach no buan. Do bhoireannaich òga, 's e ìre torrachais nas isle aon de na buaidhean as motha san fhad ùine a dh'fhaodadh a bhith ann.

Cha toir a h-uile aillse no leigheasadh aillse buaidh air torrachas, ach tha e cudromach gun tuigear na riosgan a dh'fhaodadh a bhith ann mas tòisichear air leigheasadh. Cuidichidh seo thu gus co-dhùnidhean fiosraichte a dhèanamh mu bhith a' gleidheadh do chothrom a bhith a' feuchainn ri clann a bhith agad sam àm ri teachd.

Tha na prìomh sheòrsaichean de leigheasadh aillse – a' gabhail a-steach chemotherapy, rèidio-theiripe agus teiripe chuimsichte – ag obair ann an dòighean eadar-dhealaichte agus dh'fhaodte gun toir iad buaidh air torrachas ann an diofar dhòighean. Tha cho coltach 's a tha e gum bi buaidh air do thorachas an crochadh air factaran leithid d' aois agus seòrsa na h-aillse agus far a bheil i.

Tha e cudromach bruidhinn ris an sgioba cùram aillse agad cho tràth 's a ghabhas. Is urrainn dhaibh do chuideachadh gus na riosgan dhan torrachas a thuigsinn agus gus na roghainnean gus a ghleidheadh a mhìneachadh dhut, gus an urrainn dhut roghainn a dhèanamh a tha a rèir do mhiannan airson an àm ri teachd.

Dè th' ann an gleidheadh torrachais?

Le gleidheadh torrachais, thèid do chuid uighean a chruinneachadh agus a stòradh (reothadh uighean) gus am bi an roghainn agad feuchainn ri clann a bhith agad san àm ri teachd a' cleachdadh nan uighean sin. Ged nach toir cuid de leigheasaidhean buaidh air torrachas, bheir cuid eile aca droch bhuaidh air do chomas gus uighean a dhèanamh buileach glan no cuiridh iad stad air a' chomas agad gus uighean fallain a chruthachadh. Mar thoradh air seo, dh'fhaodte gum mol an sgioba aillse agad gun coinnich thu ri nurs no dotair speisealach. Minichidh iad am pròiseas gus torrachas a ghleidheadh, minichidh iad na roghainnean a th' agad agus freagraidh iad ceist sam bith a th' agad.

Ma cho-dhùineas tu gu bheil thu airson a dhol air adhart le agallamh mu ghleidheadh torrachais, thèid do chur air adhart dhan Ionad Torrachais as fhaisg ort - ach dh'fhaodte nach e an t-ospadal ionadail agad a bhios ann. Bidh an sgioba aillse agad agus na h-eòlaichean torrachais ag obair còmhla gus do ghleidheadh torrachais a phlanadh agus a cho-òrdanachadh gu faiceallach le do leigheasadh aillse, a' dèanamh cinnteach gu bheil a h-uile rud air a riaghladh gu rèidh agus gu h-èifeachdach.

Dè tha an lùib reothadh uighean?

'S e a th' ann an reothadh uighean ach dòigh gus do thorrachas a ghleidheadh le bhith a' stòradh uighean mus tòisich leigheasadh aillse. Tha reothadh uighean a' gabhail a-steach beagan cheumannan:

- Gheibh thu in-steallaidhean hòrmoin gus an cruthaich do bhodhaig iomadh ugh.
- Thèid sùil a chumail air d' adhartas le sganaidhean ultrasound agus deuchainnean fala.
- Nuair a bhios na h-uighean deiseil, thèid an cruinneachadh ann an obair lannsaireachd ghoirid far am faigh thu cungaidh-ciùineachaidh a chumas socair thu.
- Thèid na h-uighean abaich a reothadh gus a stòradh an uair sin.

A bheil frith-bhuaidhean ann?

Bidh ughagain bhoireannaich òga gu tric a' freagairt gu math ri in-stealladh hòrmoin, agus faodaidh seo cur ris an riosg bheag bho shionndrom ro-bhrosnachaidh an ughagain (ovarian hyperstimulation syndrome - OHSS). 'S e freagairt ris na h-in-steallaidhean hòrmoin a tha seo, a dh'fhaodadh a bhith dona, far am bi ughagain a tha ro-bhrosnaichte a' fàs agus a' toirt a-mach ceimigean a dh'fhaodadh toirt air soithichean fala aoidion.

Tha an riosg seo air a lùghdachadh le bhith a' taghadh an t-seòrsa agus an dòs de in-stealladh hòrmoin gu faiceallach. Bidh mun treas cuid de dhaoine a' faighinn OHSS nach bi ro dhona, agus mar as trice faodar dèiligeadh ris aig an taigh le faochadh pian agus cungaidh-leigheis tro òrdugh-cungaidh fad beagan làithean.

Dè cho fad 's a bhios mi san ospadal?

Mar as trice faodaidh tu a dhol dhachaigh uair a thìde no dhà às dèidh pròiseas cruinneachaidh nan uighean. Tha e àbhaisteach gum bi beagan sìleadh fala aotrom ann, agus mar as trice falbhaidh pian stamaig sam bith taobh a-staigh 12 uair a thìde le faochadh pian.

Cò a tha ion-roghnach air stòradh uighean leis an NHS?

Airson a bhith ion-roghnach airson stòradh uighean leis an NHS, feumaidh tu slatan-tomhais sònraichte airson gleidheadh torrachais a choileanadh. Ann an Alba, 's iad na riatanasan ion-roghnachd aig an àm seo:

- Feumaidh tu a bhith nas òige na 40 bliadhna a dh'aois.
- Feumaidh do BMI a bhith nas ìsle na 35.
- Chan fhaod clann bith-eòlasach sam bith a bhith agad.
- Chan fhaod thu a bhith air do steireileachadh.

Ach tha slatan-tomhais fa leth ann airson leigheasadh torrachais air a mhaoineachadh leis an NHS a thaobh a bhith a' cleachdadh do chuid uighean stòraichte san àm ri teachd. Dh'fhaodadh gun atharraich na slatan-tomhais thar ùine, agus chan eil e comasach a ràdh dè na riatanasan a bhios ann sna bliadhnaichean ri teachd.

Dè thachras nuair a chì mi an speisealaiche torrachais?

Aig a' choinneimh, mìnichidh an dotair no nurs speisealach na roghainnean a th' ann a thaobh gleidheadh torrachais. Ma tha ùine gu leòr ann gus gleidheadh torrachais a chrìochnachadh mus tòisich thu air an leigheasadh aillse, mìnichidh an speisealaiche na modhan-obrach buntainneach dhut.

Ma cho-dhùineas tu gu bheil thu airson a dhol air adhart, bidh agad ri foirmean aonta a lìonadh airson leigheasadh agus stòradh do chuid uighean, agus feumaidh deuchainnean fala a bhith agad feuch a bheil galaran-ghabhaltach ann. Tha na ceumannan seo riatanach gus dèanamh cinnteach gun gabh do chuid uighean a reothadh, a' coileanadh riathanasan riaghlaidh airson a bhith air a cleachdadh san àm ri teachd.

Ma thèid a cho-dhùnadh nach gabh na h-uighean agad a reothadh, cuiridh sinn fios thugad agus bruidhnidh sinn mu na roghainnean a th' ann, ma bhios sin iomchaidh.

Dè na builean laghail bho bhith a' stòradh uighean

Anns an RA, tha cleachdadh agus stòradh uighean air an riaghaladh le Ùghdarras Sìolachaidh is Eòlas Thùs-ghinean (Human Fertilisation and Embryology Authority - HFEA). Fo Achd Sìolachaidh is Eòlas Thùs-ghinean Daonna (1990), feumaidh tu cead sgrìobhte a thoirt seachad airson na leanas:

- Stòradh do chuid uighean
- Cho fad 's a thèid do chuid uighean a stòradh
- Na h-adhbharan air an gabh do chuid uighean a chleachdadh
- Na miannan agad a thaobh na thachras leis na h-uighean tha thu air a stòradh
- Dè bu chòir tachairt do na h-uighean agad ma gheibh thu bàs no mura bi thu comasach tuilleadh air d' aonta atharrachadh no a thoirt air falbh (tha iad seo nan ceistean àbhaisteach airson a h-uile neach a tha a' beachdachadh air gleidheadh torrachais)

Thèid do chuid uighean a stòradh airson 55 bliadhna aig a' char as fhaide, ach feumar d' aonta a thoirt seachad a-rithist gach 10 bliadhna.

Aon uair is gun tèid do chuid uighean a stòradh, feumaidh tu conaltradh a chumail leis an ionad-stòraidh. Cuir fios thuca sa bhad mu bhios atharrachadh sam bith air d' fhiosrachadh conaltraidh, mar eisimpleir ma tha seòladh ùr agad, gus dèanamh cinnteach gun urrainn dhaibh fios a chur thugaibh. Mur a tèid aig an aonad stòraidh air fios a chur thugad tuilleadh, is dòcha nach bi e ceadachd dhaibh do chuid uighean a stòradh tuilleadh agus gum bi aca ris an tilgeil air falbh.

Ma cho-dhùineas tu nach eil thu airson 's gum bi do chuid uighean gan stòradh tuilleadh, bidh agad ri fios a chur dhan ionad stòraidh gus an tèid an tilgeil air falbh.

Am feumar mo leigheasadh aillse a chur dheth ma thaghas mi mo chuid uighean a reothadh?

Bheir e dhà no trì seachdainean gus reothadh uighean a dhèanamh. Ma ghabhas dàil a chur air an leigheasadh aillse agad gu sàbhailte airson na h-ùine seo, faodaidh an speisealaiche agad tar-chur a thoirt dhut gus beachdachadh air roghainnean gleidheadh torrachais, a' gabhail a-steach reothadh uighean. Ach ma dh'fheumas an leigheasadh aillse tòiseachadh sa bhad, dh'fhaodte nach bi tìde gu leòr ann gus reothadh uighean a chur air dòigh mus tòisich an leigheasadh. Anns na suidheachaidhean sin, dh'fhaodte gum beachdaichear air roghainnean eile.

Dè nì mi mur eil mi airson leantainn air adhart aig an ìre seo?

Ma cho-dhùineas tu gun a dhol air adhart le reothadh uighean aig an ìre seo, tha sin gu tur ceart gu leòr. Tha an co-dhùnadh an urra riut fhèin. Tha e gu tur nàdarra a bhith a' faireachdainn mì-chinnteach agus tha e reusanta a bhith ag iarraidh barrachd tìde gus cnuasachadh air cùisean. Mura h-eil thu cinnteach, is dòcha gum biodh e feumail bruidhinn mu dheidhinn leis an sgioba cùram slàinte agad, eòlaiche torrachais, no comhairliche gus tuigse nas fheàrr fhaighinn air na roghainnean agad.

Ma cho-dhùineas tu gun a dhol air adhart le reothadh uighean, cha toir seo buaidh air do leigheasadh aillse agus faodaidh tu coimhead air roghainnean eile gus teaghlach a bhith agad san àm ri teachd ma thogras tu.

A bheil roghainnean eile ann mura h-urrainn dhomh mo chuid uighean a reothadh mus tòisich an leigheasadh?

Ma cho-dhùineas tu gun a bhith a' reothadh d' uighean mus tòisich an leigheasadh aillse agad, no mur a bi e comasach mus tòisich thu air leigheas aillse, dh'fhaodte gum bi nas lugha de roghainnean torrachais agad san àm ri teachd. Tha dòighean eile ann fhathast gus teaghlach a bhith agad. Faic gu h-ìosal airson fiosrachadh mu bhith a' cleachdadh uighean tabhartais no uchd-mhacachd.

Am faigh mi leigheasadh torrachais às dèidh dhomh slànachadh às dèidh leigheasadh aillse?

A rèir 's mar a bheir e buaidh air do chuid torrachais, dh'fhaodte gum bi e comasach dhut leigheas torrachais fhaighinn às dèidh dhut slànachadh bho aillse. Ma thòisicheas d' ughagan air uighean a dhèanamh a-rithist, dh'fhaodadh leigheasadh torrachais le bhith a' cleachdadh d' uighean fhèin a bhith na roghainn. Mur a bi e comasach d' uighean fhèin a chleachdadh, dh'fhaodadh tu bruidhinn mu roghainnean eile:

- **A' cleachdadh Uighean Tabhartais:** Mur a tèid agad air uighean a dhèanamh às dèidh leigheasadh, aillse dh'fhaodadh e a bhith na roghainn dhut uighean tabhartais a chleachdadh nuair a tha thu deiseil gus teaghlach a thòiseachadh.
- **Uchd-mhacachd:** Tha uchd-mhacachd na dhòigh eile air clann a bhith agad. Faodaidh tu ionnsachadh mu dheidhinn seo uair sam bith agus tha i na slighe gu pàrantachd mur a bi e comasach leanabh bith-eòlasach a bhith agad.

Tha e cudromach bruidhinn mu na roghainnean eile seo leis an speisealaiche torrachais agad agus leis an sgioba cùram aillse agad gus an urrainn dhut an roghainn as fheàrr a thaghadh airson do shuidheachadh meidigeach, plana leigheis, agus amasan teaghlach. Tha rudan eadar-dhealaichte ann ri beachdachadh air airson gach roghainn agus bheir an sgioba cùram aillse agad stiùireadh sònraichte dhut.

Dè th' ann an cryo-ghleidheadh maothran ughagain

'S e a th' ann an cryo-ghleidheadh ach roghainn gleidheadh torrachais far an tèid pìos beag de mhaothran ughagain, anns a bheil uighean neo-abaich, a thoirt às tro obair lannsa (lannsaireachd toll-iuchair) agus a reothadh. Is urrainn seo a bhith feumail do bhoireannaich òga nuair nach eil reothadh uighean comasach. Aig an àm seo, feumar dàrna obair lannsaireachd gus am maothran seo ath-chur nad bhodhaig.

Am faigh mi deuchainn torrachais an dèidh leigheasadh?

Chan eil deuchainn shingilte ann gus faighinn a-mach a bheil do thorrachas air tilleadh gu tur. Ged a tha e na dheagh chomharra ma thilleas fuil-mios cunbhalach, chan eil seo a' ciallachadh leis fhèin gu bheil thu torrach.

Cò bheir comhairle dhomh gus mo chuideachadh gus co-dhùnadh dè nì mi?

Is urrainn na dotairean agus na nursaichean agad comhairle a thoirt dhut fhad 's a tha thu a' dèanamh a' cho-dhùnaidh seo mu reothadh uighean. Ma thadhlas tu air an ionad torrachais, chan eil seo a' ciallachadh gum feum thu a dhol air adhart le reothadh uighean, ach bheir e cothrom dhut coimhead air na roghainnean uile agad.

Tha e cudromach feum a dhèanamh den lìonra taic àbhaisteach agad, leithid teaghlach, caraidean no buidhnean taic coimhearsnachd gus do chuideachadh le co-dhùnadh dè as fheàrr dhut.

Ged nach eil comhairlichean an sàs gu dìreach anns a' chùram mheidigeach agad, faodaidh iad taic luachmhor a thabhairt dhut gus co-dhùnadh am bu chòir dhut a dhol air adhart le gleidheadh torrachais, a' gabhail a-steach reothadh uighean, agus taic fhaireachail a bharrachd a thoirt seachad tron phròiseas.

Ciamar a gheibh mi cothrom air comhairleachadh torrachais?

Ma tha ùine gu leòr agad, bidh cothrom agad coinneachadh ri aon de na comhairlichean torrachais againn mus tèid thu air adhart le reothadh uighean. Tha ar comhairlichean uile nam buill de Chomann Comhairleachaidh Neo-thorrachas Bhreatainn (BICA). Aig a' choinneimh agad, bruidhnidh an comhairliche air na roghainnean agad agus cuidichidh iad thu gus beachdachadh air a bhith a' reothadh do chuid uighean agus air d' fhaireachdainnean mun chùis. Seo cothrom dhut ceist sam bith a th' agad a chur.

Thoir an aire nach eil comhairleachadh na phàirt den phròiseas agus mar sin nach toir e buaidh air an leigheasadh agad. Ma tha thu ag iarraidh taic a bharrachd, tha coinneamhan comhairleachaidh a bharrachd rim faighinn ro, rè no às dèidh an làimhseachaidh agad.

Am faod mi mo cho-dhùnadh atharrachadh?

Faodaidh tu do bheachd atharrachadh uair sam bith mu bhith a' reothadh uighean. Tha e àbhaisteach a bhith a' faireachdainn mì-chinnteach no iomagaineach mun phròiseas, agus ma bhruidhneas tu ri comhairliche no dotair torrachais, dh'fhaodadh seo do chuideachadh le bhith ag obair tro na faireachdainnean agad. Ach ma bhios na còmhraidhean seo agad, chan eil seo a' ciallachadh gum feum thu a dhol air adhart le reothadh uighean.

Am feum mi casg-gin a chleachdadh?

Ged a bheir leigheasan aillse buaidh air do thorrachas, tha e do-dhèanta fios a bhith againn le cinnt am bi e comasach dhut a bhith a' fàs leatromach. Dh'fhaodte gun toir cuid de leigheasan cron air uighean, a dh'fhaodadh buaidh a thoirt air leatromachd ma thèid leanabh a ghin rè an leigheasaidh. Mar sin, tha e ro-chudromach a bhith a' seachnadh leatromachd ma tha thu ri gnìomhachd fheiseil fhad 's a bhios tu a' faighinn leigheas aillse agus fad suas ri bliadhna às dèidh dhan leigheas agad tighinn gu crìch.

Tha e a cheart cho cudromach a bhith ri feise shàbhailte gus thu fhèin agus do chompanach a dhion bho ghalaran-gabhaltach cleamhnasach (STIan). Thathar a' moladh gu làidir gun cleachd thu casgan rè gnìomhachd fheiseil gus dèanamh cinnteach gum bi thu fhèin agus do chompanach sàbhailte.

Dè nì mi nuair a tha mi airson mo chuid uighean stòraichte a chleachdadh?

Ma tha ceist sam bith agad mu do thorrachas, no ma tha thu a' beachdachadh air a bhith a' cleachdadh nan uighean stòraichte agad, feumaidh tu fios a chur chun an dotair-teaghlach agad gus tar-chur iarraidh dhan ionad torrachais ionadail agad, gu sònraichte dhan ionad far a bheil do chuid uighean air a stòradh, airson barrachd comhairle agus taic.

Feumar toirt fa-near cuideachd gum feumar slatan-tomhais a choileanadh gus leigheasadh torrachais fhaighinn air an NHS a' cleachdadh do chuid uighean a th' air a stòradh san àm ri teachd. Dh'fhaodadh gun atharraich na slatan-tomhais thar ùine, agus chan eil e comasach a bhith cinnteach dè na riatanasan a bhios ann sna bliadhnaichean ri teachd. Gheibhear na slatan-tomhais làithreach an seo – [Access Criteria NHS IVF Treatment Scotland – Fertility Network](#).

A bheil thu ag iarraidh barrachd fiosrachaidh? – Luchd-conaltraidh is làraichean-lìn feumail

Ma tha thu airson barrachd ionnsachadh mu bhith a' gleidheadh torrachas no taic fhaighinn, dh'fhaodadh na goireasan a leanas a bhith feumail:

- **Làrach-lìn HFEA Reothadh Uighean**
[Egg freezing | HFEA.](#)
- **Làrach-lìn HFEA Gleidheadh Torrachais**
[Fertility preservation | HFEA.](#)
- **HFEA: Fiosrachadh do Dhaoine Tar-ghnèitheach agus Neo-bhìnearaidh**
[Information for trans and non-binary people seeking fertility treatment | HFEA.](#)
- **Comann Comhairleachaidh Neo-thorrachas Bhreatainn (BICA)**
[BICA: Professional Infertility Counselling Association in the UK](#)
– Tha e a' toirt seachad comhairleachadh speisealach do dhaoine a tha a' faighinn leigheas torrachais agus gleidheadh torrachais.
- **Macmillan Cancer Support**
[Macmillan Cancer Support](#) – Bidh Macmillan a' toirt seachad fiosrachadh, taic agus stiùireadh, gus cuideachadh a thoirt do dhuine sam bith air a bheil aillse gus beatha cho làn 's as urrainn a bhith aca.
- **Teenage Cancer Trust**
[Teenage Cancer Trust](#) – tha Teenage Cancer Trust a' toirt seachad cùram altram agus taic sònraichte do dhaoine òga air a bheil aillse. A' toirt taic do dhuine sam bith eadar 13 is 24 bliadhna a dh'aois air a bheil aillse, agus an luchd-gràidh cuideachd.
- **Cancer Research UK: Torrachas agus Aillse**
[Cancer and Fertility | Cancer Research UK](#) – Fiosrachadh coileanta air a' bhuidhe a bheir leigheasan aillse air torrachas agus na roghainnean a tha rim faighinn.
- **Clic Sargent (Young Lives vs Cancer)**
[The six ways we help - Young Lives vs Cancer](#) agus [Young Lives vs Cancer](#) – Taic do chloinn agus daoine òga le aillse, a' gabhail a-steach fiosrachadh mu ghleidheadh torrachais.

Goireasan a bharrachd

- **The Fertility Alliance**
[The Fertility Alliance](#) – Carthannas nàiseanta airson torrachas a tha a' tabhann taic agus fiosrachadh ceart do dhuine sam bith a tha airson barrachd fhaighinn a-mach mun an torrachas.
- **Fertility Network UK**
[Fertility Network UK](#) – Carthannas a bheir taic agus fiosrachadh seachad air gach taobh de thorrachas, a' gabhail a-steach roghainnean gleidhteachais.
- **Seirbheisean Torrachais an NHS**
[Neo-thorrachas | NHS Inform](#) – Stiùireadh air seirbheisean torrachais an NHS agus fiosrachadh mu neo-thorrachas.
- **British Fertility Society**
[For the public » British Fertility Society](#) – Fiosrachadh mu thorrachas agus gleidheadh torrachais