NHS SCOTLAND

مریض کے لیے معلومات
نوعمر اور نوجوان بالغ کینسر

تولیدی صلاحیت کا تحفظ: نطفے کا انجماد

Scottish Government
Riaghaltas na h-Alba

مارچ 2026

تعارف

آپ کے کینسر کی دریافت بہت سی غیر یقینی صورتحال پیدا کر سکتی ہے، اور اس بارے میں سوچنا کہ کیا آپ کبھی بھی بچے پیدا کر پائیں گے شاید وہ ایسی چیز نہ ہو جس پر آپ ابھی توجہ دے رہے ہیں۔ تاہم، یہ فطری بات ہے کہ آپ بعد کی زندگی میں بچے پیدا کرنے کے لیے اپنے اختیارات کو کھلا رکھنا چاہتے ہیں۔ یہ معلومات یہاں آپ کو یہ سمجھنے میں مدد کرنے کے لیے ہے کہ کینسر کا علاج آپ کے بچے پیدا کرنے کی صلاحیت کو کیسے متاثر کر سکتا ہے، اور علاج شروع ہونے سے پہلے آپ اپنی تولیدی صلاحیت کے تحفظ کے لیے کیا کر سکتے ہیں۔ آپ کی کینسر کی نگہداشت کار ٹیم کے کسی رکن کے ساتھ ابتدائی بات چیت کرنا ضروری ہے۔ وہ آپ کو ذاتی مشورے دے سکتے ہیں اور آپ کے مستقبل کے منصوبوں کے مطابق باخبر انتخاب کرنے میں آپ کی مدد کر سکتے ہیں۔

تولیدی صلاحیت کیا ہے؟

تولیدی صلاحیت اولاد پیدا کرنے کی صلاحیت ہے۔ مردوں کے لیے، نطفہ منجمد کرنے سے مستقبل میں حیاتیاتی بچے پیدا کرنے کی کوشش کرنے کا اختیار محفوظ رہتا ہے۔

کینسر کا علاج تولیدی صلاحیت کو کیسے متاثر کرتا ہے؟

کینسر کے علاج کے اکثر ضمنی اثرات ہوتے ہیں جو جسم میں صحت مند بافتوں کو متاثر کرتے ہیں۔ اگرچہ کچھ ضمنی اثرات عارضی ہوتے ہیں اور علاج کے بعد بہتر ہو سکتے ہیں، مگر دیگر ضمنی اثرات دیرپا یا مستقل ہو سکتے ہیں۔ لڑکوں/مردوں کے لیے، سب سے اہم طویل مدتی اثرات تولیدی صلاحیت کو کم کر سکتا ہے۔

تمام کینسر یا کینسر کے علاج سے تولیدی صلاحیت متاثر نہیں ہوتی، لیکن علاج شروع کرنے سے پہلے ممکنہ خطرات کو سمجھنا ضروری ہے۔ اس سے آپ کو مستقبل میں بچے پیدا کرنے کی اپنی صلاحیت کو محفوظ رکھنے کے بارے میں باخبر انتخاب کرنے میں مدد مل سکتی ہے۔

کینسر کے علاج کی اہم اقسام - کیموتھراپی، ریڈیو تھراپی، سرجری، ہارمونل تھراپی، اور ٹارگٹڈ تھراپی - ان میں سے ہر ایک مختلف طریقے سے کام کرتا ہے اور مختلف طریقوں سے تولیدی صلاحیت کو متاثر کر سکتا ہے۔ آپ کی تولیدی صلاحیت کے متاثر ہونے کا امکان آپ کی عمر اور کینسر کی قسم اور مقام جیسے عوامل پر منحصر ہے۔

جلد از جلد اپنی کینسر کی نگہداشت کار ٹیم کے ساتھ اپنے علاج کے منصوبے پر بات کرنا ضروری ہے۔ وہ آپ کی تولیدی صلاحیت کے خطرات کو سمجھنے میں آپ کی مدد کر سکتے ہیں اور اس کے تحفظ کے اختیارات کے ذریعے آپ کی رہنمائی کر سکتے ہیں، جس سے آپ کو ایسا انتخاب کرنے کی اجازت مل سکتی ہے جو آپ کے مستقبل کے اہداف کے مطابق ہو۔

تولیدی صلاحیت کا تحفظ کیا ہے؟

تولیدی صلاحیت کے تحفظ میں آپ کے نطفہ کو جمع کرنا اور ذخیرہ کرنا شامل ہے (نطفہ کا انجماد) تاکہ آپ کے پاس اس نطفہ کو استعمال کرتے ہوئے مستقبل میں بچے پیدا کرنے کی کوشش کرنے کا اختیار ہو۔ اگرچہ کینسر کے کچھ علاج تولیدی صلاحیت کو متاثر نہیں کر سکتے ہیں، مگر دیگر علاج صحت مند نطفہ پیدا کرنے کی آپ کی صلاحیت کو کم یا مکمل طور پر روک سکتے ہیں۔ اس کی وجہ سے، آپ کی کینسر ٹیم تجویز کر سکتی ہے کہ آپ کسی تولیدی صلاحیت کی نرس یا ڈاکٹر سے ملیں۔ وہ تولیدی صلاحیت کے تحفظ کے عمل کی وضاحت کریں گے، آپ کے اختیارات کا خاکہ پیش کریں گے، اور آپ کے کسی بھی سوال کا جواب دیں گے۔

اگر آپ تولیدی صلاحیت کے تحفظ کے لیے مشاورت کے ساتھ آگے بڑھنے کا فیصلہ کرتے ہیں، تو آپ کو آپ کے قریب ترین فرٹیلٹی سنٹر میں بھیجا جائے گا، لیکن یہ آپ کا مقامی ہسپتال نہیں ہو سکتا۔ آپ کی کینسر ٹیم اور تولیدی صلاحیت کے ماہرین کینسر کے علاج کے ساتھ آپ کی تولیدی صلاحیت کے تحفظ کی احتیاط سے منصوبہ بندی اور ہم آہنگی کے لیے مل کر کام کریں گے، اور اس بات کو یقینی بنائیں گے کہ ہر چیز کا آسان اور مؤثر طریقے سے انتظام کیا جائے۔

نطفہ کے انجماد میں کیا شامل ہے؟

نطفہ منجمد کرنے کا عمل کینسر کا علاج شروع ہونے سے پہلے نطفہ کو ذخیرہ کرکے آپ کی تولیدی صلاحیت کے تحفظ کا ایک طریقہ ہے۔ منجمد کے عمل کے واسطے نمونہ فراہم کرنے کے لیے، آپ کو ایک جراثیم سے پاک کنٹینر میں مشت زنی اور انزال کرنا ہوگا۔

جب آپ اپنے نطفہ کا نمونہ تیار کر لیتے ہیں، تو لیبارٹری ٹیم آپ سے رابطہ کرے گی تاکہ آپ کو اس کے معیار کے بارے میں مطلع کرے اور یہ بتائے کہ آیا یہ منجمد کرنے کے لیے موزوں ہے یا نہیں۔ اگر وقت اجازت دیتا ہے، تو وہ تولیدی صلاحیت کے کامیاب تحفظ کے امکانات کو بہتر بنانے کے لیے دوسرا نمونہ فراہم کرنے کی سفارش کر سکتے ہیں۔

اس بات کی کوئی گارنٹی نہیں ہے کہ منی کا کوئی بھی نمونہ ذخیرہ کرنے کے لیے موزوں ہوگا۔ بیماری، سابقہ علاج، یا دیگر عوامل نطفہ کی پیداوار کو متاثر کر سکتے ہیں۔ اس کی تصدیق کرنے کا واحد طریقہ نطفہ کے نمونے کی لیبارٹری جانچ ہے۔

NHS میں نطفہ کے ذخیرہ کے لیے کون اہل ہے؟

NHS میں نطفہ کے ذخیرہ کے اہل ہونے کے لیے، آپ کو تولیدی صلاحیت کے تحفظ کے لیے مخصوص معیارات پر پورا اترنا لازمی ہے۔ Scotland میں، موجودہ اہلیت کے تقاضے درج ذیل ہیں:

- آپ کی عمر 53 سال سے کم ہونی لازمی ہے۔
- لازمی ہے کہ آپ کے کوئی حیاتیاتی بچے نہ ہوں۔
- لازمی ہے کہ آپ نے نس بندی نہ کرائی ہو۔

تاہم، مستقبل میں آپ کے ذخیرہ شدہ نطفہ کو استعمال کرنے کے لیے NHS کی مالی اعانت سے چلنے والے تولیدی صلاحیت کے علاج تک رسائی کے لیے الگ معیار لاگو ہوتے ہیں۔ یہ معیارات وقت کے ساتھ بدل سکتے ہیں، اور یہ جاننا نا ممکن ہے کہ مستقبل میں ان کی ضروریات کیا ہوں گی۔

تولیدی صلاحیت کے ماہر کے پاس جانے پر کیا ہوگا؟

اپوائنٹمنٹ کے دوران، ڈاکٹر یا ماہر نرس نطفہ منجمد کرنے کے لیے دستیاب اختیارات کی وضاحت کرے گی اور آپ کے کسی بھی سوال کا جواب دے گی۔ اگر کینسر کا علاج شروع ہونے سے پہلے تولیدی صلاحیت کے تحفظ کے عمل کو مکمل کرنے کے لیے کافی وقت ہے، تو ماہر آپ کو متعلقہ طریقہ کار کی وضاحت کرے گا۔

اگر آپ آگے بڑھنے کا انتخاب کرتے ہیں، تو آپ کو اپنے نطفہ کے علاج اور ذخیرہ کے لیے رضامندی کے فارم مکمل کرنے ہوں گے، اور ساتھ ہی انفیکشنز کی جانچ کے لیے خون کا ٹیسٹ کرانا ہوگا۔ یہ اقدامات اس بات کو یقینی بنانے کے لیے ضروری ہیں کہ نطفہ کو محفوظ طریقے سے ذخیرہ کیا جا سکے، اور مستقبل کے ممکنہ استعمال کے لیے انضباطی تقاضوں کو پورا کیا جائے۔

نطفہ کو ذخیرہ کرنے کے قانونی مضمرات کیا ہیں

برطانیہ میں، نطفہ کے استعمال اور ذخیرہ کو ہیومن فرٹیلائزیشن اینڈ ایمبریالوجی اتھارٹی (HFEA) کے ذریعے کنٹرول کیا جاتا ہے۔ ہیومن فرٹیلائزیشن اینڈ ایمبریالوجی ایکٹ (1990) کے تحت، آپ کو درج ذیل کے لیے تحریری رضامندی فراہم کرنا ضروری ہے:

- آپ کے نطفہ کا ذخیرہ
- وہ مدت جس کے لیے آپ کے نطفہ کو ذخیرہ کیا جا سکتا ہے
- وہ مقاصد جن کے لیے آپ کا نطفہ استعمال کیا جا سکتا ہے
- ذخیرہ شدہ نطفہ کے بارے میں آپ کی خواہشات
- آپ کی موت کی صورت میں یا اپنی رضامندی کو تبدیل کرنے یا واپس لینے کے قابل نہ ہونے کی صورت میں آپ کے نطفہ کا کیا ہوگا (یہ تمام مریضوں کے لیے معیاری سوالات ہیں جن کا تعلق تولیدی صلاحیت کے تحفظ سے ہے)

آپ کے نطفہ کو ذخیرہ کرنے کی زیادہ سے زیادہ مدت 55 سال ہے، لیکن رضامندی ہر 10 سال بعد تجدید ہوگی۔

آپ کا نطفہ ذخیرہ ہونے پر آپ کو ذخیرہ کرنے والے مرکز کے ساتھ رابطہ برقرار رکھنا لازمی ہے۔ انہیں اپنے رابطے کی تفصیلات میں کسی بھی تبدیلی، جیسے کہ کوئی نیا پتہ، کے بارے میں فوری طور پر مطلع کریں، تاکہ آپ کے ساتھ ان کا رابطہ برقرار رہ سکے۔ اگر مرکز ذخیرہ آپ سے رابطہ کرنے سے قاصر ہے تو اسے قانونی طور پر آپ کے نطفہ کو ذخیرہ کرنے کی اجازت نہیں دی جائے گی اور انہیں نمونے کو ضائع کرنا پڑے گا۔

اگر آپ اپنے نطفہ کو ذخیرہ کرنے سے روکنے کا فیصلہ کرتے ہیں، تو آپ کو اس کے ضائع کرنے کا بندوبست کرنے کے لیے مرکز ذخیرہ سے رابطہ کرنا ہوگا۔ اس کے علاوہ، تولیدی صلاحیت کا مرکز یہ چیک کرنے کے لیے فالو اپ اپائنٹمنٹس شیڈول کر سکتا ہے کہ آیا آپ ابھی بھی نطفہ پیدا کر رہے ہیں۔ اگر ایسا ہے تو، NHS جاری نطفہ کے ذخیرے کی لاگت کو مزید پورا نہیں کرے گا۔

اگر میں نطفہ کو منجمد کرنے کا انتخاب کرتا ہوں تو کیا میرے کینسر کے علاج کو ملتوی کرنا پڑے گا؟

نطفہ منجمد ہونے میں عام طور پر دو سے تین دن لگتے ہیں۔ اگر اس مدت تک کینسر کا علاج ملتوی کیا جا سکتا ہے، تو آپ کا ماہر تولیدی صلاحیت کے تحفظ کے اختیارات پر بات کرنے کے لیے آپ سے رجوع کر سکتا ہے۔ تاہم، اگر آپ کے کینسر کا علاج فوری طور پر شروع کرنے کی ضرورت ہے، تو علاج شروع کرنے سے پہلے تولیدی صلاحیت کے تحفظ کو مکمل کرنے کے لیے کافی وقت نہیں ہو سکتا۔

اگر میں اس مرحلے پر آگے نہیں بڑھنا چاہتا تو کیا ہوگا؟

اگر آپ اس مرحلے میں نطفہ منجمد نہ کرنے کا فیصلہ کرتے ہیں، تو آپ بالکل ایسا کر سکتے ہیں۔ فیصلہ مکمل طور پر آپ کے ہاتھ میں ہے۔ غیر یقینی محسوس کرنا فطری ہے، اور چیزوں کو سوچنے میں زیادہ وقت لگانا بالکل قابل قبول ہے۔ اگر آپ کو یقین نہیں ہے، تو آپ کے اختیارات کو بہتر طور پر سمجھنے کے لیے آپ کی صحت کی نگہداشت کار ٹیم، تولیدی صلاحیت کے ماہر، یا کسی مشیر سے اس معاملے پر بات کرنا مددگار ثابت ہو سکتا ہے۔

نطفہ منجمد نہ کرنے سے آپ کے کینسر کے علاج پر کوئی اثر نہیں پڑے گا، اور اگر آپ اپنا ارادہ بدل لیتے ہیں تو آپ مستقبل میں فیملی بنانے کے لیے دوسرے اختیارات تلاش کر سکتے ہیں۔

اگر علاج شروع ہونے سے پہلے میں اپنے نطفہ کو منجمد نہ کر سکوں تو اس کا کوئی متبادل ہے؟

اگر آپ کینسر کے علاج سے پہلے اپنے نطفہ کو ذخیرہ نہ کرنے کا فیصلہ کرتے ہیں یا آپ کے علاج سے پہلے یہ ممکن نہیں ہے تو مستقبل میں تولیدی صلاحیت کے اختیارات کم ہو سکتے ہیں۔ فیملی بنانے کے اور بھی طریقے ہیں۔ عطیہ کردہ نطفہ کے استعمال یا اسے اپنانے کے بارے میں معلومات کے لیے براہ کرم نیچے دیکھیں۔

کینسر کے علاج سے صحت یاب ہونے کے بعد کیا میں تولیدی صلاحیت کا علاج کروا سکتا ہوں؟

تولیدی صلاحیت کے متاثر ہونے کی کیفیت پر منحصر ہوتے ہوئے آپ اپنے کینسر سے صحت یاب ہونے کے بعد بھی تولیدی صلاحیت کا علاج کروا سکتے ہیں۔ اگر آپ کے خصیے دوبارہ نطفہ پیدا کرنے لگتے ہیں، تو آپ کے اپنے نطفہ کا استعمال کرتے ہوئے تولیدی صلاحیت کا علاج ایک اختیار ہو سکتا ہے۔ اگر آپ کے اپنے نطفہ کا استعمال ممکن نہیں ہے، تو آپ دوسرے اختیارات کے بارے میں بات کر سکتے ہیں:

- **عطیہ کردہ نطفہ کا استعمال:** اگر آپ کینسر کے علاج کے بعد نطفہ پیدا نہیں کر سکتے ہیں، تو تولیدی صلاحیت کے علاج کے لیے عطیہ کردہ نطفہ کا استعمال اس وقت ایک اختیار ہو سکتا ہے جب آپ فیملی شروع کرنے کے لیے تیار ہوں۔
- **اپنانے کا عمل:** اپنانے کا عمل بچے پیدا کرنے کا ایک اور طریقہ ہے۔ آپ اسے کسی بھی وقت دریافت کر سکتے ہیں، اور اگر حیاتیاتی بچہ پیدا کرنا ممکن نہ ہو تو یہ والدین بننے کا راستہ فراہم کرتا ہے۔

اپنی طبی حالت، علاج کے منصوبے، اور خاندانی اہداف کی بنیاد پر بہترین اختیار کے انتخاب کو یقینی بنانے کے لیے، اپنی تولیدی صلاحیت کے ماہر اور کینسر کی نگہداشت کار ٹیم کے ساتھ ان متبادلات پر تبادلہ خیال کرنا ضروری ہے۔ ہر اختیار پر غور کرنے کے لیے مختلف پہلو ہوتے ہیں، اور آپ کی کینسر کی نگہداشت کار ٹیم آپ کو ذاتی رہنمائی فراہم کر سکتی ہے۔

کیا مجھے علاج کے بعد تولیدی صلاحیت کی جانچ کرانا ہوگی؟

کینسر کا علاج مکمل کرنے کے بعد، تولیدی صلاحیت کی جانچ اس بات کا تعین کرنے میں مدد کر سکتی ہے کہ آیا آپ اب بھی قابل عمل نطفہ پیدا کر رہے ہیں۔ ہم عام طور پر یہ مشورہ دیتے ہیں کہ اس ٹیسٹ سے پہلے علاج مکمل کرنے کے بعد 12 ماہ انتظار کریں۔

کون مجھے بتائے گا کہ مجھے کیا کرنا ہے؟

جب آپ نطفہ کو منجمد کرنے کا فیصلہ کرتے ہیں تو اس بارے میں آپ کے ڈاکٹر اور نرس ضروری رہنمائی فراہم کر سکتے ہیں۔ تولیدی صلاحیت کے مرکز جانے کا مطلب یہ نہیں ہے کہ آپ کو نطفہ منجمد کرنے کے ساتھ آگے بڑھنا ہوگا، بلکہ اس سے آپ کو اپنے اختیارات کو مکمل طور پر دریافت کرنے کا موقع ملے گا۔

آپ کے لیے کیا بہتر ہے، اس بارے میں فیصلہ میں مدد کے لیے اپنے موجودہ معاونتی نیٹ ورک، جیسے خاندان، دوستوں، یا کمیونٹی معاونتی گروپس سے مدد لینا بھی ضروری ہے۔

اگرچہ مشیران آپ کی طبی نگہداشت میں براہ راست شامل نہیں ہوتے ہیں، لیکن وہ آپ کو یہ فیصلہ کرنے میں مدد کرنے کے لیے قیمتی مدد فراہم کر سکتے ہیں کہ آیا تولیدی صلاحیت کے تحفظ کے ساتھ آگے بڑھنا ہے اور پورے عمل میں اضافی جذباتی مدد فراہم کرنا ہے۔

میں تولیدی صلاحیت سے متعلق مشاورت کیسے حاصل کر سکتا ہوں؟

وقت ملنے پر، آپ کو اپنے نطفہ کو منجمد کرنے سے پہلے ہمارے کسی تولیدی صلاحیت کے مشیر سے ملنے کا موقع ملے گا۔ ہمارے تمام مشیر برٹش انفرٹیلٹی کونسلنگ ایسوسی ایشن (BICA) کے ممبر ہیں۔ آپ کے سیشن کے دوران، مشیر آپ کے اختیارات پر تبادلہ خیال کرے گا اور آپ کے نطفہ کو منجمد کرنے کے بارے میں آپ کے خیالات اور احساسات کو دریافت کرنے میں آپ کی مدد کرے گا۔ یہ آپ کے لیے کوئی بھی سوال پوچھنے کا ایک موقع بھی ہے۔

براہ کرم دھیان دیں کہ مشاورت تشخیصی عمل کا حصہ نہیں ہے اور آپ کے علاج کو متاثر نہیں کرے گی۔ اگر آپ اضافی مدد چاہتی ہیں تو، آپ کے علاج سے پہلے، دوران یا بعد میں مزید مشاورتی اپوائنٹمنٹس دستیاب ہیں۔

کیا میں اپنا خیال بدل سکتی ہوں؟

ہاں، آپ کسی بھی وقت نطفہ منجمد کرنے سے متعلق اپنا خیال بدل سکتے ہیں۔ اس عمل کے بارے میں غیر یقینی یا بے چینی محسوس کرنا فطری ہے، اور کسی مشیر یا تولیدی صلاحیت کے ماہر ڈاکٹر سے بات کرنے سے آپ کو اپنے احساسات پر قابو پانے میں مدد مل سکتی ہے۔ تاہم، ان مباحثوں کا مطلب یہ نہیں ہے کہ آپ کو اپنا نطفہ منجمد کرنا ہی ہوگا۔

کیا مجھے مانع حمل استعمال کرنے کی ضرورت پڑے گی؟

اگرچہ کینسر کا علاج آپ کی تولیدی صلاحیت کو متاثر کر سکتا ہے، لیکن یہ یقینی طور پر جاننا ناممکن ہے کہ آیا آپ اب بھی کسی ساتھی کو حاملہ کر سکتے ہیں۔ کچھ علاج نطفہ کو نقصان پہنچا سکتا ہے، اور اگر علاج کے دوران حمل ہو جائے تو اسے ممکنہ طور پر متاثر کر سکتا ہے۔ لہذا، اگر آپ کینسر کے علاج کے دوران اور علاج ختم ہونے کے ایک سال بعد تک جنسی طور پر متحرک رہتی ہیں تو حمل کو روکنا بہت ضروری ہے۔

خود کو اور اپنے ساتھی کو جنسی طور پر منتقل ہونے والے انفیکشن (STIs) سے بچانے کے لیے محفوظ جنسی عمل کرنا بھی اتنا ہی ضروری ہے۔ آپ اور آپ کے ساتھی دونوں کی حفاظت کو یقینی بنانے کے لیے جنسی سرگرمی کے دوران کنڈوم استعمال کرنے کی سختی سے سفارش کی جاتی ہے۔

جب میں ذخیرہ شدہ نطفہ استعمال کرنا چاہوں تو مجھے کیا کرنا ہوگا؟

آپ کو اپنے مقامی تولیدی صلاحیت کے مرکز، ترجیحی طور پر وہ جگہ جہاں آپ کے نطفہ کو ذخیرہ کیا گیا ہے، سے رجوع کرنے کے لیے اپنے GP سے رابطہ کرنا ہوگا۔

یہ نوٹ کرنا بھی ضروری ہے کہ مستقبل میں آپ کے ذخیرہ شدہ نطفہ کا استعمال کرتے ہوئے NHS میں تولیدی صلاحیت کے علاج تک رسائی کے لیے اضافی معیارات کو پورا کرنا ضروری ہے۔ یہ معیارات وقت کے ساتھ بدل سکتے ہیں، اور یہ جاننا نا ممکن ہے کہ آئندہ سالوں میں ان کی ضروریات کیا ہوں گی۔ موجودہ معیار یہاں حاصل کیا جا سکتا ہے – Access Criteria NHS IVF Treatment Scotland – Fertility Network.

مزید جاننا چاہتے ہیں؟ - مفید رابطے اور ویب سائٹس

اگر آپ تولیدی صلاحیت کے تحفظ یا مدد تک رسائی کے بارے میں مزید جاننا چاہتے ہیں تو درج ذیل وسائل مددگار ثابت ہو سکتے ہیں:

- **HFEA ویب سائٹ: نطفہ کا انجماد**
  Sperm freezing | HFEA
- **HFEA ویب سائٹ: تولیدی صلاحیت کا تحفظ**
  Fertility preservation | HFEA.
- **HFEA: ٹرانس جینڈر اور غیر بائنری لوگوں کے لیے معلومات**
  Information for trans and non-binary people seeking fertility treatment | HFEA.
- **برٹش ایسوسی ایشن برائے بانجھ پن کی مشاورت (BICA)**
  BICA: Professional Infertility Counselling Association in the UK – تولیدی صلاحیت کے علاج اور تحفظ سے گزرنے والے افراد کو خصوصی مشاورت فراہم کرتا ہے۔
- **میکملن کینسر سپورٹ**
  Macmillan Cancer Support – میکملن معلومات، معاونت اور رہنمائی فراہم کرتا ہے، تاکہ کینسر میں مبتلا ہر شخص کو اپنی پوری طرح سے زندگی گزارنے میں مدد فراہم کی جا سکے۔
- **ٹین ایج کینسر ٹرسٹ**
  Teenage Cancer Trust – ٹین ایج کینسر ٹرسٹ کینسر میں مبتلا نوجوانوں کے لیے خصوصی نرسنگ کیئر اور مدد فراہم کرتا ہے۔ 13-24 سال کی عمر میں کینسر میں مبتلا کسی بھی شخص کی اور ان کے احباب کی مدد کرنا۔
- **کینسر ریسرچ یوکے: تولیدی صلاحیت اور کینسر**
  Cancer and Fertility | Cancer Research UK – اس بارے میں جامع معلومات کہ کینسر کے علاج کس طرح تولیدی صلاحیت اور دستیاب اختیارات کو متاثر کر سکتے ہیں۔
- **کلک سارجنٹ (ینگ لائفز بمقابلہ کینسر)**
  The six ways we help - Young Lives vs Cancer اور Young Lives vs Cancer – کینسر کے شکار بچوں اور نوجوان بالغین کے لیے معاونت، بشمول تولیدی صلاحیت کے تحفظ سے متعلق معلومات۔

اضافی وسائل

- **فرٹیلیٹی الائنس**
[The Fertility Alliance](#) – ایک قومی تولیدی صلاحیت کا خیراتی ادارہ جو ہر اس شخص کے لیے مدد اور درست معلومات پیش کرتا ہے جس کو اپنی تولیدی صلاحیت کے بارے میں مزید معلومات درکار ہے۔

- **فرٹیلٹی نیٹ ورک یوکے**
[Fertility Network UK](#) – ایک خیراتی ادارہ جو تولیدی صلاحیت کے تمام پہلوؤں پر مدد اور معلومات فراہم کرتا ہے، جس میں تحفظ کے اختیارات بھی شامل ہیں۔

- **NHS فرٹیلیٹی سروسز**
NHS – [Infertility | NHS inform](#) تولیدی صلاحیت کی خدمات اور بانجھ پن کی معلومات کے بارے میں رہنمائی۔

- **برٹش فرٹیلٹی سوسائٹی**
[For the public » British Fertility Society](#) – تولیدی صلاحیت اور تولیدی صلاحیت کے تحفظ کے بارے میں معلومات۔