

**„Nasze ciała, nasze życie”, Część III „Zdrowie seksualne i kontrola płodności”,  
Rozdział 18 „Techniki wspomaganie rozrodu”**

**Zapłodnienie nasieniem dawcy (inseminacja), str. 405 – 406**

Opracowanie na podstawie tekstu: Ruth Hubbard i Ami Jaeger przy współpracy Jane Pincus i Wendy Sanford

Jest to najprostsza, najpowszechniejsza i najmniej inwazyjna z omawianych technik. Metoda polega na wprowadzeniu nasienia do dróg rodnych kobiety. Jej zastosowanie nie zawsze wymaga pomocy specjalisty. Ten rodzaj zapłodnienia nazywany jest często „sztucznym zapłodnieniem nasieniem dawcy” lub „zapłodnieniem metodą alternatywną”. Może być stosowany w różnych okolicznościach : gdy partner ma problemy z niepłodnością; gdy przyczyna niepłodności jest niewyjaśniona; w wypadku nieprawidłowego śluzu szyjkowego; gdy istnieje ryzyko przekazania dziecku choroby dziedzicznej; gdy na skutek jakichś przeszkód para nie może współżyć. Z metody tej korzystają również kobiety (lesbijki, ale nie tylko), które chcą zajść w ciążę bez udziału partnera. Obecnie w Stanach odnotowuje się 30 tys. przypadków zapłodnienia tą techniką rocznie.

Skorzystanie z tej techniki jest prostsze przy regularnych cyklach menstruacyjnych. W wypadku nieregularnych można określić okres płodny, obserwując cykle miesięczne. Aby wiedzieć, kiedy wystąpi owulacja, należy sporządzać wykres temperatury ciała i gęstości śluzu przez okres kilku miesięcy (*patrz Obserwacja płodności, rozdział 13 Metody kontroli płodności*). Pomóc w tym może również skorzystanie z testu moczu, który można kupić w aptece. Pozwala on określić najlepszy czas do zapłodnienia poprzez wykrycie wzrostu poziomu hormonów, który następuje na mniej więcej 24 godziny przed owulacją. Zestaw zawiera szczegółową instrukcję i jest dość prosty w użyciu. Istnieje kilka rodzajów testu – wszystkie działają na tej samej zasadzie.

***Świeża i zamrożona sperma: ochrona zdrowia***

Nasienie stosowane do inseminacji może być świeże albo kriokonserwowane, czyli przechowywane w bardzo niskiej temperaturze. Według zaleceń dotyczących ochrony zdrowia

opracowanych przez Amerykańskie Towarzystwo na rzecz Medycyny Rozrodczej<sup>1</sup> (wcześniej Amerykańskie Towarzystwo na rzecz Płodności) kobiety powinny używać tylko zamrożonego, a nie świeżego nasienia. Amerykanki mogą otrzymać nasienie w banku spermy lub przynieść tam nasienie od dawcy. Zostanie ono zbadane pod kątem chorób zakaźnych, łącznie z HIV/ AIDS, a następnie zamrożone i poddane kwarantannie przez trzy do sześciu (czasem dziewięciu) miesięcy. Po upływie tego czasu dawca powinien zostać powtórnie zbadany. Tylko w przypadku, gdy wynik tych testów jest również negatywny, można wykorzystać nasienie do zapłodnienia. Banki spermy nie prowadzą badań pod kątem anomalii genetycznych, dawców pyta się o stan zdrowia, ale mogą oni sami nie wiedzieć o istnieniu pewnych problemów bądź je zataić.

Zajście w ciążę przy użyciu zamrożonego nasienia zajmuje więcej czasu niż przy użyciu świeżego, ponieważ ruchliwość plemników zmniejsza się wskutek rozmrożenia; plemniki z rozmrożonej spermy mają mniejszą żywotność niż ze świeżej i mniejszą zdolność penetracji śluzu szyjki macicy. To oznacza, że czasem koniecznych jest kilka prób zapłodnienia, zanim kobiecie uda się zająć w ciążę. Kobiety, których nie stać na opłacenie kosztów zapłodnienia zamrożonym nasieniem, są bardziej narażone na zakażenie wirusem HIV i innymi chorobami, ponieważ dawca może sam nie wiedzieć o chorobie lub o niej nie powiedzieć. Jeśli musisz użyć świeżej spermy, najbezpieczniej dla twojego zdrowia będzie, jeżeli dawca nie uprawia seksu lub przynajmniej żyje w związku monogamicznym i co najmniej przez sześć miesięcy przed zapłodnieniem stosował się do zasad bezpiecznego seksu, ponadto jest trzeźwy i zarówno on, jak i jego partnerzy/partnerki mogą pokazać ci co najmniej dwa ostatnie testy na obecność przeciwciał przeciwko HIV, których wynik jest negatywny. *(Więcej informacji znajdziesz w rozdziale 15, HIV/ AIDS i kobiety).*

### **Wybór dawcy spermy**

Istnieje kilka sposobów otrzymania nasienia. W USA można się zwrócić w tym celu bezpośrednio do kliniki zajmującej się leczeniem niepłodności i dysponującej bankiem spermy. W Polsce, w której działalność takich banków nie jest uregulowana prawnie, prawdopodobnie takiej możliwości nie ma. W Stanach Zjednoczonych banki spermy udostępniają katalog potencjalnych anonimowych dawców z podstawowymi informacjami o ich wzroście, wadze,

---

<sup>1</sup> American Society for Reproductive Medicine (wcześniej American Fertility Society).

kolorze oczu i włosów, rasie i pochodzeniu. Po wybraniu kilku potencjalnych dawców otrzymuje się dokładniejsze informacje na temat stanu ich zdrowia i zdrowia ich rodziny, a także ich krótkie wypowiedzi o nich samych i powodach oddania nasienia. W USA niektóre banki spermy proponują dzieciom urodzonym w wyniku zapłodnienia nasieniem dawcy możliwość dowiedzenia się, kim on był, choć zwykle dopiero wtedy, gdy dziecko osiągnie odpowiedni wiek (kilkanaście lat lub więcej). Kobieta musi więc podjąć decyzję, czy chciałaby, by jej dziecko mogło z takiej możliwości skorzystać.

Innym sposobem otrzymania nasienia jest poproszenie przyjaciela lub znajomego, aby został dawcą. By zachować anonimowość, można także poprosić przyjaciół o pomoc w znalezieniu kogoś takiego. Zanim zdecydujesz się na próbę zapłodnienia, warto sprawdzić płodność dawcy w szpitalu. Badanie spermy jest stosunkowo niedrogi, a niepłodność wśród mężczyzn jest dość powszechnym zjawiskiem. Jeżeli nasienie pochodzi z banku spermy, można poprosić lekarza o wykonanie badania ilości i ruchliwości plemników po rozmrożeniu nasienia.

Zapłodnienie może nastąpić w gabinecie lekarskim lub ośrodku współpracującym z bankiem spermy.

### ***Zapłodnienie***

W niektórych ośrodkach próbuje się zwiększyć odsetek prób zapłodnienia zakończonych powodzeniem przez podawanie leków nasilających owulację, aby zwiększyć ilość produkowanych komórek jajowych (co zwiększa też prawdopodobieństwo ciąży mnogiej). Inne oferują możliwość zapłodnienia wewnątrzmacicznego (spermę przygotowuje się odpowiednio przez usunięcie prostaglandyn, które mogą spowodować skurcze, i wprowadza bezpośrednio do macicy za pomocą cewnika). Są to metody bardziej inwazyjne i sama musisz zdecydować, czy spełniają twoje oczekiwania. Pamiętaj, że od ciebie zależy, czy zgodzisz się na zastosowanie proponowanych leków lub zabiegów.

### ***Dawca znany i anonimowy***

Anonimowość twoja i dawcy spermy to ważna kwestia, mogąca zapobiec prawnym i emocjonalnym komplikacjom. Dawca, którego dane osobowe są znane, może później domagać się prawa do opieki i odwiedzania dziecka. Problemy powstają, gdy mężczyzna będący dawcą spermy zmienia zdanie, żąda prawa widywania dziecka lub chce nadać mu swoje nazwisko.

Czasem dawca spermy także potrzebuje ochrony prawnej, gdyż sąd może później go obarczyć, jeżeli nie jest anonimowy, odpowiedzialnością za utrzymanie dziecka.

Istnieją także argumenty przeciw anonimowości. Tak jak w wypadku dzieci adoptowanych, które starają się odnaleźć biologicznych rodziców, niektóre dzieci poczęte w wyniku zapłodnienia spermą dawcy mogą później odczuwać żal lub pretensje, jeżeli nie będą mogły się dowiedzieć, kim jest ich biologiczny ojciec. Zdarza się, że na skutek problemów zdrowotnych rodzice albo dzieci chcą uzyskać dostęp do dokumentacji chorób dawcy spermy. (Większość banków spermy kontaktuje się z dawcą, jeżeli są po temu medyczne przyczyny).

### ***Czy zapłodnienie nasieniem dawcy jest odpowiednią metodą dla ciebie?***

Zapłodnienie nasieniem dawcy nie jest odpowiednią metodą dla wszystkich kobiet. U wielu wywołuje ono różne wątpliwości. Niektóre mężatki twierdzą, że czują się po takim zabiegu tak, jakby popełniły cudzołóstwo (Kościół katolicki i ortodoksyjni żydzi uważają zapłodnienie nasieniem dawcy za cudzołóstwo). Może się również zdarzyć, że partner lub partnerka nie będzie okazywać takiego zaangażowania w ciążę i rodzicielstwo, jakiego oczekiwałaś, bo dziecko nie jest jego/jej biologicznym dzieckiem. Jeżeli wysoko sobie cenisz ciągłość genetyczną i podobieństwo w rodzinie, też nie jest to metoda dla ciebie. Zastanów się, co powiesz przyjaciółom i rodzinie, a przede wszystkim swojemu dziecku. Wielu heteroseksualnych rodziców utrzymywało kiedyś fakt zapłodnienia taką metodą w tajemnicy, chcąc być może uchronić mężczyznę przed ośmieszeniem w oczach innych przez to, że jest niepłodny. (Płodność i potencja seksualna, zwłaszcza zdolność do erekcji i ejakulacji, są często błędnie ze sobą łączone). Nie zakładaj od razu ani że nikomu nie powiesz o zabiegu zapłodnienia nasieniem dawcy, ani że poinformujesz o tym wszystkich. Nie wiesz bowiem z góry, jak będziesz się później z tym czuła.

Wiele kobiet, którym udało się zająć w ciążę dzięki zapłodnieniu nasieniem dawcy, jest z tego zadowolonych. Jednak inne mają bardziej mieszane uczucia:

***Nasza córeczka jest naprawdę nadzwyczajna - pełna energii, obdarzona silną wolą, ale zupełnie niepodobna z wyglądu do któregośkolwiek z nas. Ciągle pamiętam o tym, że jej ojciec był obcym człowiekiem.***

*Razem z mężem mieliśmy mnóstwo wątpliwości aż do narodzin naszej córeczki. Ale gdy tylko ją zobaczyliśmy, wszystkie wątpliwości się rozwiały.*

Tak jak w wypadku wszystkich innych technik wspomaganie rozrodczości, pamiętaj, że możesz zaprzestać prób, gdy wysiłki spełzną na niczym.

Książka *Nasze ciała, nasze życie* jest dostępna w księgarniach w całej Polsce. Może także zostać zamówiona w biurze wydawcy: **Fundacja Współpracy Kobiet NEWW-Polska**, ul. Miszewskiego 17/100, 80-239 Gdańsk, Polska bądź za pośrednictwem strony internetowej [www.neww.org.pl](http://www.neww.org.pl).

Dodatkowe informacje: tel. 48 58 344 38 53, [neww@neww.org.pl](mailto:neww@neww.org.pl).

Polish edition of *Our Bodies, Ourselves* is available in bookstores in Poland. You can also purchase it online from [www.neww.org.pl](http://www.neww.org.pl) or from the publisher's office: **Network of East/West Women - Polska (NEWW)**, ul. Miszewskiego 17/100, 80-239 Gdańsk, POLAND.

For more information call 48 58 344 38 53 or write [neww@neww.org.pl](mailto:neww@neww.org.pl).