

# مراقبت تراجنسیتی

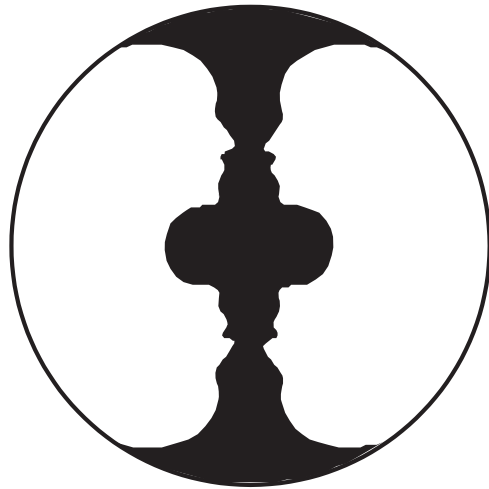
مراحل ممکن در فرآیند  
تغییر جنسیت چیست؟



اثری از انتشارات  
Transgender Infopunt

**transgenderinfo.be**

آخرین به روزرسانی: دی ماه ۱۴۰۰



”من اکنون به طور کامل متوجه شده‌ام که بدن من با احساس/هویت واقعی‌ام متناسب نیست و یا فقط تا حدودی تناسب دارد. من دوست دارم بدانم با چه کسی می‌توانم این احساسات را در میان بگذارم و با تمام سؤالاتی که دارم به کجا می‌توانم مراجعه نمایم.“

”کودک من، دوست من، همسر من، شاگرد من، بیمار من، به من گفته که تراجنسیتی است و من به دنبال اطلاعاتی هستم که حاوی تمامی مراحل ممکن در یک فرآیند تغییر جنسیت باشد، تا بتوانم حمایت مؤثرتری ارائه دهم.“

”من قبلاً با یک مشاور یا فردی که به من نزدیک بوده‌است، صحبت کرده‌ام و تمایل دارم که یک برنامه تغییر جنسیت را شروع کنم، اما مطمئن نیستم چه گزینه‌هایی دارم و از کجا باید شروع کنم.“

آیا شما خود را در یکی از نقل قول‌های بالا می‌بینید؟

آیا شما هم در مورد شروع برنامه مراقبتی خود سؤالاتی دارید؟

در این صورت این راهنما می‌تواند به شما کمک کند.

## در مورد این راهنمای اطلاعات

این راهنمای اطلاعات، خلاصه‌ای از مراحل احتمالی مختلف در مراقبت تراجنسیتی برای بزرگسالان را ارائه می‌دهد. با توجه به تجربیات (TIP) Transgender Infopunt، ما متوجه شدیم که بسیاری از مردم نمی‌دانند باید چه چیزی را از برنامه تغییر جنسیت افراد یا عوامل درگیر انتظار داشته باشند و چطور باید آن را شروع کنند. این راهنمای اطلاعات به مانند یک 'کتاب راهنمای خلاصه' است که دربرگیرنده اطلاعات بیشتری در مورد گزینه‌های اجتماعی و پزشکی و نیز حمایتی ممکن در طول یک فرآیند تغییر جنسیت است. این اطلاعات مخصوص بخش هلندی‌نشین کشور بلژیک می‌باشد. لطفاً به خاطر داشته باشید که بسیاری از گزینه‌ها ممکن است در سایر مناطق بلژیک و یا کشورهای دیگر در دسترس نباشند.

اطلاعات و جزئیات بیشتر در وبسایت ما [www.transgenderinfo.be](http://www.transgenderinfo.be) موجود است. در حال حاضر، این وبسایت تنها به زبان هلندی در دسترس می‌باشد.

TIP اطلاع دارد که اصطلاح "فرآیند تغییر جنسیت" در مورد بسیاری از افراد دارای جنسیت غیردوگانه (غیر زن و مرد) یا دگرجنس‌پوش صدق نمی‌کند. اما ممکن است این قبیل افراد هنوز به دنبال دریافت اطلاعات در مورد چگونگی ایجاد تغییرات متوازن اجتماعی، قانونی و/یا پزشکی باشند. این راهنمای اطلاعات می‌تواند مورد استفاده این افراد نیز باشد.

در این راهنمای اطلاعات، تمامی گزینه‌ها کم و بیش بر اساس ترتیب زمانی ارائه شده‌اند، اما شما بایستی به آن به صورت یک منوی انتخابی نگاه کنید و هر جا چیزی را متناسب با نیازتان دیدید، انتخاب و استفاده کنید. هر شخصی و همینطور هر برنامه‌ای منحصر به فرد است. با این اطلاعات، ما به شما کمک خواهیم کرد که شروع کنید!

آیا سوال خاصی دارید؟ برای تماس گرفتن با ما درنگ نکنید. ما می‌توانیم پشتیبان و یا مترجم مهیا کنیم!

## فهرست

- ۵ (۱) شما چه چیزی را نیاز دارید که از قبل بدانید؟
- ۶ (۲) چطور یک برنامه پزشکی را شروع کنید؟
- ۶ شروع برنامه همراه با یک تیم جنسیتی با تخصص‌های مختلف
- ۷ تلفیق برنامه تغییر جنسیت خودتان با مشاوران شخصی
- ۹ (۳) حمایت روانشناسی
- ۱۱ (۴) گزینه‌های پزشکی چه هستند؟
- ۱۱ باروری
- ۱۱ هورمون درمانی
- ۱۲ گفتار درمانی
- ۱۲ برداشتن مو
- ۱۲ گزینه‌های جراحی

## ۱. شما چه چیزهایی را نیاز دارید که از قبل بدانید؟

فاکتورهای زیادی برای شروع یک برنامه تغییر جنسیت پزشکی وجود دارند. اطلاعات زیر به شما کمک می‌کند که برای این برنامه آماده شوید.

▪ آیا شما سؤالاتی دارید و/یا لازم است با کسی صحبت کنید؟ به عنوان اولین مشاوره مقدماتی، شما می‌توانید با Transgender Infopunt تماس بگیرید. TIP اطلاعات به روز، مشاوره و ارجاعات را به صورت رایگان و ناشناس فراهم می‌آورد. در صورتی که به صحبت کردن با کسی نیاز دارید، شما همچنین می‌توانید به [Lumi](#)، [Regenbooghuizen](#)، [CAW](#) و [Tele-onthaal](#) مراجعه کنید.

▪ داشتن یک شبکه حمایتی (خانواده، دوستان) برای تغییر جنسیتی شما مهم است. ممکن است شما همچنین دوست داشته‌باشید با افراد دیگر که در شرایط مشابه شما هستند نیز صحبت کنید؟ گروه‌های گفتگو و انجمن‌های آنلاین زیادی برای شما، والدین، همسران، یا همسران قبلی شما در بخش هلندی‌نشین بلژیک وجود دارند. این گروه‌ها در واقع برای شما، یک گوش شنوای دلسوز، حامی، مشاور و همراه خوبی خواهند بود.

▪ حمایت روانشناسی به دو روش در دسترس است: از طریق یک تیم چند رشته‌ای جنسیتی و/یا نقشه مراقبتی TIP. اطلاعات بیشتر در این مورد در صفحه ۹ موجود می‌باشد.

▪ همه جنبه‌های مراقبت تراجنسیتی تحت پوشش بیمه قرار ندارند. هزینه‌ها به عوامل مختلفی بستگی دارد. اگر شما قصد جراحی دارید، به بیمه بستری در بیمارستان نیاز دارید. ما توصیه می‌کنیم که از قبل، کاملاً از این مورد اطلاع داشته‌باشید.

## ۲. چگونه یک برنامه پزشکی تغییر جنسیت پزشکی را شروع کنید؟

اگر می‌خواهید یک برنامه تغییر جنسیت پزشکی را شروع کنید (هورمون‌ها و/یا جراحی)، ممکن است ندانید که به کجا مراجعه کنید و چقدر هزینه نیازمند است. به طور خلاصه، بزرگسالان دو گزینه برای شروع یک برنامه تغییر جنسیت دارند:

- برنامه تغییر جنسیت همراه با یک تیم جنسیتی با تخصص‌های مختلف
  - تلفیق کردن برنامه خودشان (از طریق نقشه مراقبتی TIP)
- هر دوگزینه در زیر توضیح داده شده‌اند (نمای کلی شماتیک صفحه ۸):

### برنامه تغییر جنسیت همراه با یک تیم جنسیتی با تخصص‌های مختلف

شما می‌توانید در بیمارستان، یک برنامه تغییر جنسیت را با تیم جنسیتی متشکل از تخصص‌های مختلف شروع کنید. این تیم شامل روانشناسان، درمانگرهای جنسی، روانپزشکان و مددکاران اجتماعی، همچنین جراحان، درمانگران گفتار درمانی، متخصصین غدد و غیره می‌باشد. بنابراین به لطف تخصص‌های مختلف، شما می‌توانید اقدامات همزمان متعددی را در یک محل درمانی انجام دهید (شما می‌توانید ولی اجباری نیست). مشاوران شخصی از تخصص‌های مختلف برای هماهنگ کردن برنامه تغییر جنسیت، جلسات متعددی را با بیماران داشته و بادقت، لیست انجام اقدامات لازم را زیر نظر می‌گیرند تا فرآیند درمانی شما را بر اساس آن تنظیم نمایند. اگر به یک تیم چند رشته‌ای با تخصص‌های مختلف نیاز دارید، در نظر داشته باشید که ممکن است یک دوره انتظار وجود داشته باشد. مراقبت تراجنسیتی متقاضیان زیادی دارد. بنابراین ممکن است قبل از اینکه مشاوران شخصی‌تان بتوانند به شما کمک کنند کمی طول بکشد. زمان طولانی انتظار ممکن است برای بسیاری از افراد موجب ناامیدی و بی‌اعتمادی شود. در مدت زمان انتظار، در صورت نیاز می‌توانید از نقشه مراقبتی خود برای پیدا کردن یک مشاور دیگر استفاده کنید. بسیاری یک مراقب خارج از تیم موجود پزشکی را با درمان از طریق تیم چند رشته‌ای ادغام می‌کنند.

اگر یک تیم چند رشته‌ای، تحت کنوانسیون مراقبت‌های تراجنسیتی قرار بگیرد، به این معنی است که هر فرد بزرگسال که بیمه درمانی بلژیکی دارد حق دارد که تا ۲۵ جلسه مشاوره قابل بازپرداخت به طور کامل با مشاور روانشناس یا مددکار اجتماعی، استفاده کند. تاکنون، تنها تیم جنسیتی چندرشته‌ای UZ Gent و CHU Luik تحت این کنوانسیون قرار گرفته اند.

## ترکیب یک مرحله آماده‌سازی خارج تیمی با یک تیم چندرشته‌ای

اگر شما خدمات حمایتی روانشناسی از مشاور خارج از تیم چندرشته‌ای دریافت کرده‌اید و تمایل دارید که اقدامات بعدی پزشکی برای برنامه تغییر جنسیتی خود را با یک تیم چندرشته‌ای ادامه دهید، شما باید به طور رسمی برای این کار ثبت‌نام کنید. به این معنی که شما به انتهای لیست انتظار مشاور اضافه خواهید شد، درست مثل کسی که تازه ثبت‌نام می‌کند. دریافت مشاوره و مراقبت خارج از تیم، روند شما را سرعت نمی‌بخشد و ممکن است شما بتوانید در جای دیگری مراقبتی با روندی سریعتر دریافت کنید. نقشه مراقبتی را برای یک مرور اجمالی از متخصصین غدد و جراحان در بلژیک چک کنید.

## تلفیق برنامه تغییر جنسیت خودتان با مشاورین شخصی

همچنین به عنوان یک بزرگسال، شما می‌توانید خودتان برنامه تغییر جنسیت‌تان را با هم تلفیق کنید. این مورد مستلزم سازماندهی بیشتری از طرف شما می‌باشد اما مطمئناً گزینه خوبی برای دریافت مراقبت سریع‌تر است. ممکن است شما برای مدتی به یک مشاور روانشناس مراجعه کرده‌باشید که به کار او ایمان دارید و دوست داشته‌باشید که به مراجعه به او ادامه دهید. شما همچنین می‌توانید از نقشه مراقبتی استفاده کنید تا مشاوران موجود در منطقه خودتان را پیدا کنید.



با استفاده از این نقشه، شما می‌توانید انتخاب‌های خود را بر اساس نوع مراقبت، منطقه، سن، زبان و گزینه‌های مشاوره تلفنی و یا ویدیویی فیلتر کنید. همچنین می‌توانید نقشه مراقبتی به منظور پیدا کردن مشاوران شخصی برای اقدامات لازم دیگر (مانند متخصصین غدد، جراحان، درمانگران گفتار درمانی و غیره) استفاده کنید.

بیشتر متخصصین غدد و جراحان بر اساس استانداردهای بین‌المللی کار می‌کنند و نیازمند ارجاع از طرف یک مشاور روانپزشکی می‌باشند (به قسمت حمایت روانشناسی در زیر مراجعه کنید). همه مشاوران روانشناسی نامه ارجاع نمی‌نویسند. هنگام ملاقات خود و یا هنگام چک کردن نقشه مراقبتی، این مورد را سؤال کنید. در نقشه، ارجاع امکان‌پذیر است<sup>۴</sup> در کنار نام‌های مشاورانی که نامه ارجاع می‌نویسند درج می‌شود. به عنوان مثال اگر شما نیازمند مراقبت از طرف یک متخصص غدد و یا جراح هستید، این را در نظر داشته‌باشید که ممکن است در لیست انتظار قرار بگیرد. این روش نیازمند هماهنگی‌های بیشتری از جانب شما می‌باشد اما قابل انجام است.

### نمای کلی شماتیک دو گزینه برای یک برنامه تغییر جنسیت پزشکی

	تیم جنسیتی چندرشته‌ای	تلفیق برنامه خودتان
چه چیز	ثبت‌نام در یک تیم جنسیتی	ثبت‌نام با استفاده از نقشه مراقبتی برای مشاوره شخصی انتخاب‌های خود را بر اساس «بزرگسالان» و «نوع مراقبت» (حمایت روانشناسی، غدد درون ریز، جراحی، صدا و غیره) فیلتر کنید.
مکان و هماهنگی	مراحل احتمالی مختلف در برنامه تغییر جنسیت (حمایت روانشناسی، غدد درون ریز، جراحی، صدا و غیره) می‌تواند توسط این تیم انجام شود. مشاوره چند رشته‌ای	مشاورین معمولاً به صورت شخصی و در مکان‌های جداگانه کار می‌کنند نیازمند هماهنگی و برنامه ریزی بیشتری از جانب شما می‌باشد. بدون مشاوره چند رشته‌ای
زمان انتظار	لیست انتظار طولانی‌تر	لیست انتظار کوتاه‌تر
قیمت	کنوانسیون مراقبتی تراجنسیتی امکان‌پذیر*	بدون کنوانسیون مراقبتی تراجنسیتی

\* مشاوره‌های روانشناسی با یک تیم جنسیتی که از کنوانسیون مراقبتی تراجنسیتی پیروی می‌کنند تا حد زیادی قابل بازپرداخت است.



### ۳. حمایت روانشناسی

هر گونه درخواست کمک فرد مورد نظر، توسط یک مشاور روانشناسی مورد بررسی قرار می‌گیرد. این حمایت شامل مراحل مختلفی است که به مرور پیاده می‌شوند. بعد از پذیرش، مرحله مقدماتی شروع می‌شود. در طول این مرحله مقدماتی از پشتیبانی، مشاور نیازهای شما را مشخص می‌کند.

طی این مرحله مقدماتی، مشاور قدرت تحمل شما، روابط اجتماعی، شرایط خانوادگی و انتظاراتان را بررسی می‌کند. شما همراه با مشاور خود، می‌توانید (در صورت تمایل و لزوم) به نحوه اطلاع دادن به دیگران فکر کنید. شما ممکن است به مشکلات خاصی که با خانواده، در مدرسه یا محل کار تجربه می‌کنید، تمرکز کنید. انتظارات و نگرانی‌های شما نیز مورد بحث قرار خواهند گرفت. علاوه بر این، همچنین اهمیت دارد که شما یک ایده واقع‌بینانه و صحیح از مراحل پزشکی پیش رو با عوارض و عواقب احتمالی آن داشته باشید. تمایل به فرزندآوری نیز مورد بحث قرار می‌گیرد، به این دلیل که برخی درمان‌ها باعث ناباروری غیرقابل برگشت می‌شوند.

اگر معلوم شود که امکان آسیب‌های روان‌پزشکی یا سایر آسیب‌ها وجود دارد، این موارد نیز مورد توجه قرار خواهند گرفت. مشاور شما ممکن است با مشاورانی که در زمینه مورد نظر متخصص هستند (مانند اوتیسم) همکاری کنند.



طول این دوره برای هر فرد کاملاً متفاوت است. شما ممکن است از قبل بدانید که چه احساسی دارید و یا اینکه چه می‌خواهید و در این صورت، مجبور نیستید که برای مدتی طولانی این نوع حمایت را دریافت کنید. یا اینکه ممکن است نگرانی‌ها و شک‌های زیادی داشته‌باشید و هویت جنسیتی شما ممکن است وضوح کمتری داشته‌باشد که در این صورت به مدت زمان بیشتری نیاز خواهید داشت.

مشاور شما وقتی زمان آن برسد، شما را بر اساس نیازهایتان، به سایر ارائه‌دهندگان خدمات بهداشتی ارجاع می‌دهد. اغلب، مشاوران روانشناسی با عنوان 'نگهبانان ورودی' قلمداد می‌شوند، کسی که تصمیم می‌گیرد که بیمار باید تحت درمان جراحی و یا هورمونی قرار گیرد. اما این امر وظیفه آنها نیست. حمایت آنها بر ایجاد فضایی متمرکز شده است که شما در آن می‌توانید نیازهای خود را منعکس کنید. مشاور روانشناسی شما کسی است که در کنار شما قدم برمی‌دارد و با دانش و تخصص خود به شما کمک می‌کند. شما ممکن است در طول کل برنامه تغییر جنسیت و همچنین بعد از آن، نیازمند دریافت درمان بیشتری از طرف یک مشاور روانشناسی باشید. تغییرات اجتماعی، اقتصادی و فیزیکی می‌تواند به مقدار زیادی بر روحیه، بدن، هویت قانونی و روابط شما با مردم دیگر تأثیر بگذارد. خودمراقبتی هم در طول دوره تغییر و هم بعد از آن اهمیت بسیار زیادی دارد.

ممکن است که شما که در طول یا پس از برنامه تغییر خود، برای ارزیابی مجدد برخی مراحل اجتماعی یا پزشکی احساس نیاز کنید. در تماس با مراقب خود تردید نکنید. بدانید که همیشه می‌توانید در مورد آن صحبت کنید.

## ۴. گزینه‌های پزشکی چه هستند؟

گزینه‌های مختلفی برای پروسه تغییر پزشکی وجود دارند که در زیر به اختصار به آنها پرداخته خواهد شد.

### باروری

درمان هورمونی و/یا درمان جراحی، باروری شما را تحت تأثیر قرار می‌دهد. این مورد طی جلسات حمایتی روانشناسی با شما مورد بحث قرار می‌گیرد. اگر شما تمایل به فرزندآوری دارید، بسیار مهم است که قبل از شروع درمان پزشکی خود با یک متخصص باروری تماس بگیرید. سلول‌های جنسی بدن شما (تخمک‌ها یا سلول‌های اسپرم) می‌توانند منجمد شوند، در نتیجه بعداً می‌توانند برای درمان‌های باروری مورد استفاده قرار گیرند.

### درمان هورمونی

اگر شما نیازمند درمان هورمونی هستید، می‌توانید به یک متخصص غدد مراجعه کنید، دکتری که در شروع و پیگیری درمان‌های هورمونی تخصص دارد. آنها در صورتی که شما بخواهید زبانه شوید، هورمون استروژن و آنتی‌اندروژن و در صورتی که بخواهید مردانه شوید، هورمون تستوسترون تجویز می‌کنند.

### گفتار درمانی

اگر بخواهید مردانه شوید، درمان‌های هورمونی تأیید کننده جنسیتی، معمولاً صدای شما را کلفت‌تر می‌کنند. اما در هر حال، گفتار درمانی در صورتی که صدا به حد کافی کلفت نیست، ممکن است ضروری باشد. اگر می‌خواهید زبانه شوید، صرف استفاده از درمان‌های هورمونی تعیین کننده جنسیتی، صدای شما نازک‌تر نمی‌شود. در این صورت گفتار درمانی می‌تواند کمک کند. اگر درمان هورمونی و گفتار درمانی به اندازه کافی مؤثر نبود، شما می‌توانید جراحی کنید (به قسمت 'گزینه‌های جراحی' مراجعه کنید).

## حذف موهای زائد

اگر می‌خواهید زنا نه شوید، شاید تمایلی برای حفظ برخی موهای زائد بدن نباشد. اصلاح کردن، اپیلاسیون و برداشتن مو با موم (به جز صورت) می‌توانند در کوتاه مدت مفید باشند. برای حذف دراز مدت موهای زائد، شما ممکن است گزینه‌هایی کاهش و یا حذف کامل مو را انتخاب کنید.

سه روش استاندارد وجود دارد: IPL، حذف مو با لیزر و حذف مو با الکترولیز. به طور کلی، شما می‌توانید قبل از شروع درمان هورمونی خود، اقدام برای حذف موهای زائد را شروع کنید. به هر حال، از نظر پزشکی اگر شما درمان با استروژن را شروع کرده‌باشید، حذف مو کارآمدتر (ارزان‌تر) بوده و درد کمتری خواهد داشت.

## گزینه‌های جراحی

از ۱۸ سالگی به بعد، در صورت تمایل می‌توانید برای جراحی اقدام کنید، به جز برداشتن سینه که از ۱۷ سالگی امکان پذیر است. برای جراحی اندام تناسلی، در ابتدا حداقل یک سال درمان هورمونی تعیین‌کننده جنسیت (تستوسترون/استروژن) مورد نیاز است، مگر اینکه دلایلی وجود داشته باشد که هورمون‌ها مورد نیاز نباشند و یا امکان استفاده از آنها وجود نداشته باشد. اطمینان حاصل کنید که مشاوره خود را با جراحان از قبل برنامه ریزی کنید، زیرا آنها اغلب لیست‌های انتظار طولانی دارند.

در زیر، فهرست خلاصه‌ای از گزینه‌های جراحی ارائه شده است:

### ▪ جراحی صدا

برای نازک کردن صدای شما دو گزینه وجود دارد. گفتار درمانی یا جراحی صدا. گفتار درمانی معمولاً اولین انتخاب می‌باشد، اما اگر نتیجه به اندازه کافی خوب نباشد، جراحی تارهای صوتی نیز می‌تواند یک گزینه باشد.

برای اینکه صدای کسی کلفت‌تر شود، معمولاً جراحی هورمونی کفایت می‌کند. اگر صدا به اندازه کافی کلفت نشود، ممکن است گفتار درمانی یا جراحی تارهای صوتی انجام شود (تیروپلاستی نوع ۳).

## ▪ بزرگ کردن سینه

برای کسی که به صورت مرد متولد شده، حتی بعد از سال‌ها هورمون درمانی، بافت سینه‌ای کافی برای داشتن سینه‌هایی پُر وجود ندارد. به همین دلیل بسیاری از افراد برای بزرگ کردن سینه، تمایل به جراحی دارند. پزشکان تنها در صورتی جراحی بزرگ کردن سینه را پیشنهاد می‌کنند که حداقل یک سال درمان هورمونی انجام شده باشد. این کار به هورمون‌ها اجازه می‌دهد که ابتدا اثر خود را بگذارند.

## ▪ برداشتن سینه

شما می‌توانید سینه خود را با پوشیدن یک بایندر (سینه بند) تخت کنید یا می‌توانید جراحی برداشتن سینه (مامکتومی) را انتخاب نمایید. این کار با یک جراحی ساده که برای افراد بالای ۱۷ سال امکان پذیر است، ممکن می‌شود. بر اساس حجم سینه، پوست اضافه و خاصیت ارتجاعی، روش‌های مختلفی برای این جراحی ممکن است استفاده شود.



## ▪ جراحی صورت

جراحی زنانه‌سازی صورت (FFS) یک اصطلاح است برای تمام مراحل که در زنانه‌سازی صورت انجام می‌شود. FFS یک جراحی است که برای تغییرات در ساختار استخوان صورت و همچنین بافت نرم (پوست، ماهیچه، بافت همبند) انجام می‌شود.

## ▪ برداشتن رحم و تخمدان: اووریکتومی و هیسترکتومی

برای برداشتن تخمدان‌ها (اووریکتومی) و رحم (هیسترکتومی)، حداقل یک سال هورمون درمانی تعیین کننده جنسیت مورد نیاز است.

## ▪ ارکیدکتومی و واژینوپلاستی

یک جراح می‌تواند بیضه‌ها را برداشته (ارکیدکتومی) و/یا واژن ایجاد کند (واژینوپلاستی). برای برداشتن بیضه‌ها، حداقل یک سال هورمون درمان هورمونی تعیین کننده جنسیت مورد نیاز است. برای اینکه واجد شرایط انجام واژینوپلاستی باشید، شما باید سیگار را حداقل ۶ ماه قبل از آن ترک کرده باشید، BMI بین ۱۸ تا ۳۰ داشته و موهای زائد ناحیه تناسلی خود را حذف کرده باشید.

## ▪ متادیوپلاستی یا فالوپلاستی

آلت تناسلی مردانه می‌تواند از طریق متادیوپلاستی و یا فالوپلاستی به صورت پزشکی، برای فرد ساخته شود. برای اینکه واجد شرایط برای این درمان باشید، شما باید سیگار را حداقل ۶ ماه قبل از آن ترک کرده باشید و BMI بین ۱۸ تا ۳۰ باشد.

در صورت انجام متادیوپلاستی، کلیتوریس که به علت استفاده از هورمون رشد می‌کند، برای درست کردن یک آلت تناسلی مردانه کوچک مورد استفاده قرار می‌گیرد. کلیتوریس در جای بالاتر یعنی در موقعیت آناتومیکی معمول آلت تناسلی، قرار داده می‌شود. اگر در نظر دارید که مجرای ادراری‌تان تا انتهای آلت ادامه داشته باشد، مجرای ادراری تا نوک کلیتوریس کشیده می‌شود. همزمان، یک کیسه بیضه (خالی) می‌تواند ساخته شود. در جراحی بعدی، این کیسه بیضه می‌تواند با بافت چربی خود بدن یا با ایمپلنت‌های بیضه پر شود. به دلیل اینکه آلت تناسلی کوچک می‌باشد، دخول در حین رابطه جنسی و ادرار کردن در حالت ایستاده به طور کلی امکان ندارد، اما مزایای آن حفظ ظرفیت اولیه ارگاسم و ظرفیت نعوظ و خطر کمتر عوارض آن می‌باشد.

در صورت فالوپلاستی، بافتی از جلو بازو، ران یا کشاله ران برای ساختن یک آلت تناسلی مردانه استفاده می‌شود. در نظر داشته باشید که یک جای زخم بزرگ در محلی که این بافت برداشته شده باقی می‌ماند و این جراحی دارای عوارض متعددی است. بعد از انجام فالوپلاستی، دخول در صورتی امکان‌پذیر است که پروتز نعوظ در جراحی بعدی قرار داده شود یا این که اگزوکاندوم، اپیتزیس یا الاتر استفاده شود. یک پروتز نعوظ می‌تواند حدود ۶ ماه بعد کار گذاشته شود اما معمولاً این پروتزها طول عمر محدودی دارند. بنابراین شانس اینکه به یک جراحی تکمیلی و یا ترمیمی نیاز داشته‌باشید وجود دارد.

اطلاعات بیشتر در وبسایت [www.transgenderinfo.be](http://www.transgenderinfo.be) به زبان هلندی در دسترس است. آیا نیازمند اطلاعات بیشتری به زبان خودتان هستید؟ برای گرفتن یک قرار ملاقات با **Transgender Infopunt** درنگ نکنید. ما با استفاده از یک مترجم با کمال میل به سوالات شما پاسخ خواهیم داد.

**Transgender Infopunt** • C. Heymanslaan 10 • 9000 Gent  
**contact@transgenderinfo.be** • **transgenderinfo.be**

◆ ۰۸۰۰۹۶۳۱۶

سه شنبه تا جمعه بين ساعات ۹-۱۶



**CAW**  
versterkt welzijn

TIP همکاری تنگاتنگی با CAW دارد.  
این بروشور حاصل همکاری مشترک ماست.