



EN LITEN BOK OM DONATOR- INSEMINATION

MERCK



**"DET KRÄVS
TÅLAMOD OCH
VÄCKER MÅNGA
KÄNSLOR – MEN DET
ÄR VÄRT DET"**

**"PROCESSEN ÄR EN
KÄNSLOSTORM DÄR
HOPP ÄR STÖRSTA
KÄNSLAN"**

INNEHÅLL

- 1** Regler för donatorinsemination i Sverige
s.6-7
- 2** Inför behandlingen
s.8-9
- 3** Val av donator
s.10-11
- 4** Så fungerar menscykeln/ägglossningen
s.12-13
- 5** Vad kan påverka ägglossningen?
s.14
- 6** Spermerna
s.15
- 7** Inseminationen
s.16-17
- 8** Graviditetstest
s.18-20
- 9** Möjligheten att bli gravid
s.21
- 10** Barnet
s.22



FÖRORD

Det finns olika vägar till föräldraskap oavsett om du lever i en parrelation – samkönad eller olikkönad - eller lever på egen hand. Ibland behövs det hjälp med assisterad befruktning för att bli förälder.

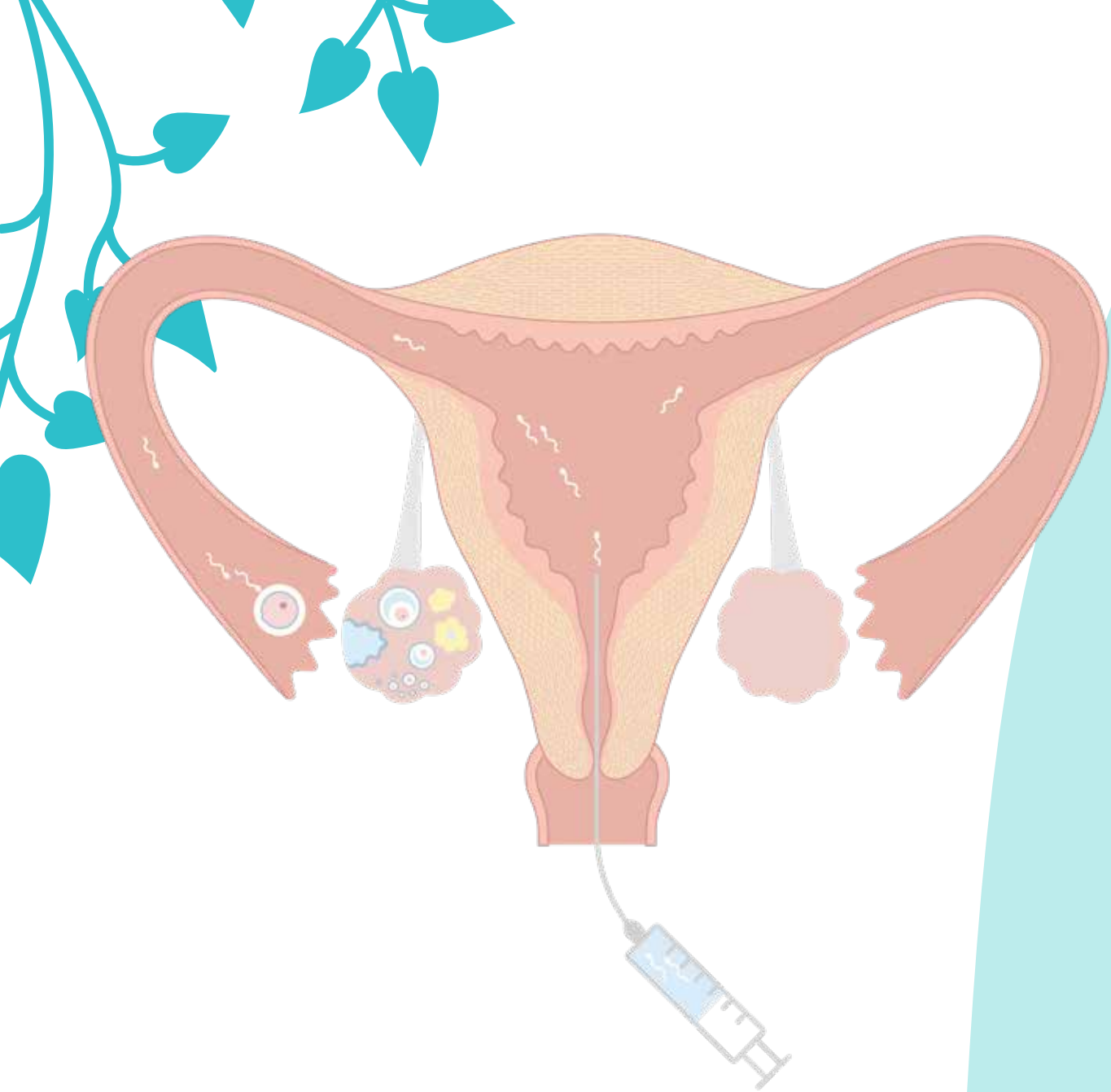
Denna bok beskriver hur den metod som kallas insemination går till. Insemination är den enklaste formen av assisterad befruktning. Spermier förs direkt in i livmodern och de simmar ut i äggledarna där ägget befinner sig och befruktning kan ske.

Om spermier från partnern används kallas detta för makeinsemination eller AIH (Artificial Insemination Husband). Donerade spermier är vanligt att använda då egna spermier saknas, exempelvis samkönade par utan spermier, ensamstående kvinnor eller olikkönade par där mannen saknar spermier, sk AID (Artificial Insemination Donor).

Boken vänder sig i första hand till dig eller er som funderat på att genomgå donatorinsemination, men även du som av andra anledningar vill lära dig mer om olika sätt att bli gravid kan ha glädje av broschyren. Texten i den här boken är genomtänkt och granskad - och vår förhoppning är att den ska vara inkluderande för alla. Om just du som läser boken inte känner så, kontakta oss gärna med synpunkter inför kommande versioner.







1. REGLER FÖR DONATOR-INSEMINATION I SVERIGE

Behandling med donerade könsceller styrs av flera lagar och förordningar, bland annat *"Lagen om genetisk integritet"*. Nästan alla regler är till för att skydda och tillgodose det blivande barnets rättigheter. Läkaren är till exempel skyldig att göra en bedömning om det är lämpligt att behandlingen görs utifrån medicinska och psykosociala förhållanden. Vårdgivaren måste också bedöma om det kan antas att det blivande barnet kommer att växa upp under goda förhållanden.

I Sverige har det länge varit tillåtet att göra insemination med donerade spermier i olikkönade par där mannen saknar egna spermier. Sedan 2005 är det även tillåtet för samkönade par och sedan 2016 för ensamstående kvinnor. För personer som korrigerat kön upphävdes lagen om sterilisering inför byte av juridisk kön 2013. Transpersoner kan därmed genomgå donator-

insemination på samma sätt som cispersoner om rätt förutsättningar finns. Om ni är ett par som genomgår insemination måste den förälder som inte ska bära barnet ge sitt skriftliga samtycke till behandlingen. Samtycket är en juridisk handling och genom att signera detta övertas föräldraskapet till det blivande barnet, med de rättigheter och skyldigheter ett föräldraskap innebär.

I Sverige är det bara tillåtet med så kallade öppna donatorer, vilket betyder att donatorns identitet är känd. Ett barn som blir till genom donation har rätt att ta reda på donatorns identitet i mogen ålder. Det är barnet som har denna rättighet, föräldrar har aldrig rätt att ta reda på donatorns identitet och det kan vara bra att veta att vare sig barnet eller donatorn har några rättigheter eller skyldigheter till varandra.

A close-up photograph of two people's hands clasped together in a supportive grip. The person on the left is wearing a white long-sleeved shirt and a green jacket. The person on the right is wearing a white long-sleeved shirt. Below their hands is a clipboard with a silver clip and a white sheet of paper. The background is blurred.

**"INGA KÄNSLOR
ELLER TANKAR
SKA BEHÖVA KÄNNAS
FEL... UTAN EN
NATURLIG DEL AV
PROCESSEN"**

2. INFÖR BEHANDLINGEN

Inför behandlingen görs en utredning där en läkare undersöker, bedömer förutsättningen för insemination och gör en första psykosocial bedömning. Det görs ett vaginalt ultraljud, blodprover tas och läkaren kontrollerar att det finns en passage genom äggledarna så att spermier och ägg kan mötas. I Sverige är det dessutom obligatoriskt enligt Socialstyrelsen, att göra ett, eller ibland flera, besök hos en beteendevetare för att få genomgå donationsbehandling. Den psykosociala utredningen består av samtal kring psykologiska och sociala förhållanden och syftar till att bedöma parets eller den ensamstående möjlighet att fungera som förälder, och att barnet kommer att växa upp under goda förhållanden. Utredningen omfattar också samtal kring inställningen om att berätta för barnet om sitt biologiska ursprung.

Läkaren går sedan igenom vad som hittades vid utredningen och ni lägger upp en personlig behandlingsplan efter de egna förutsättningarna. Under besöket planeras också en lämplig tidpunkt för behandlingen och ni går igenom de olika momenten steg för steg. Det är viktigt att följa klinikens instruktioner. Ju tryggare du känner dig inför en behandling desto bättre är det, så tveka inte att ta kontakt om något känns oklart.



**"ATT GÖRA
RESAN PÅ
EGEN HAND
ÄR HÄFTIGT"**

3. VAL AV DONATOR

Enligt svensk lag är det alltid läkaren som väljer donator. Läkaren tittar t ex på hårfärg, ögonfärg, hudfärg och kropps-konstitution hos den eller de som ska ta emot de donerade spermerna. Är ni två personer matchas ofta donatorn med den som inte ska bära barnet så att barnet får förutsättningar att likna båda sina föräldrar.

Alla donatorer genomgår en noggrann och omfattande utredning. Donatorn ska vara frisk och inte ha ärftliga sjukdomar i släkten.

Spermakvalitet, sjukdomshistoria, ärftlighet och psykologi är faktorer som bedöms. Det tas också blodprover på donatorn för att försäkra att donatorn inte burit på smittsam sjukdom då spermerna donerades.

Det är reglerat i lagen hur många familjer samma donator kan användas till. I Sverige kan en donator endast ge upphov till barn i ett begränsat antal familjer, men samma donator kan ibland också användas i andra länder.



**"GLÄDJE...
MEN ÄVEN
SPÄNNANDE ATT
SE OCH UPPLEVA
RESAN"**

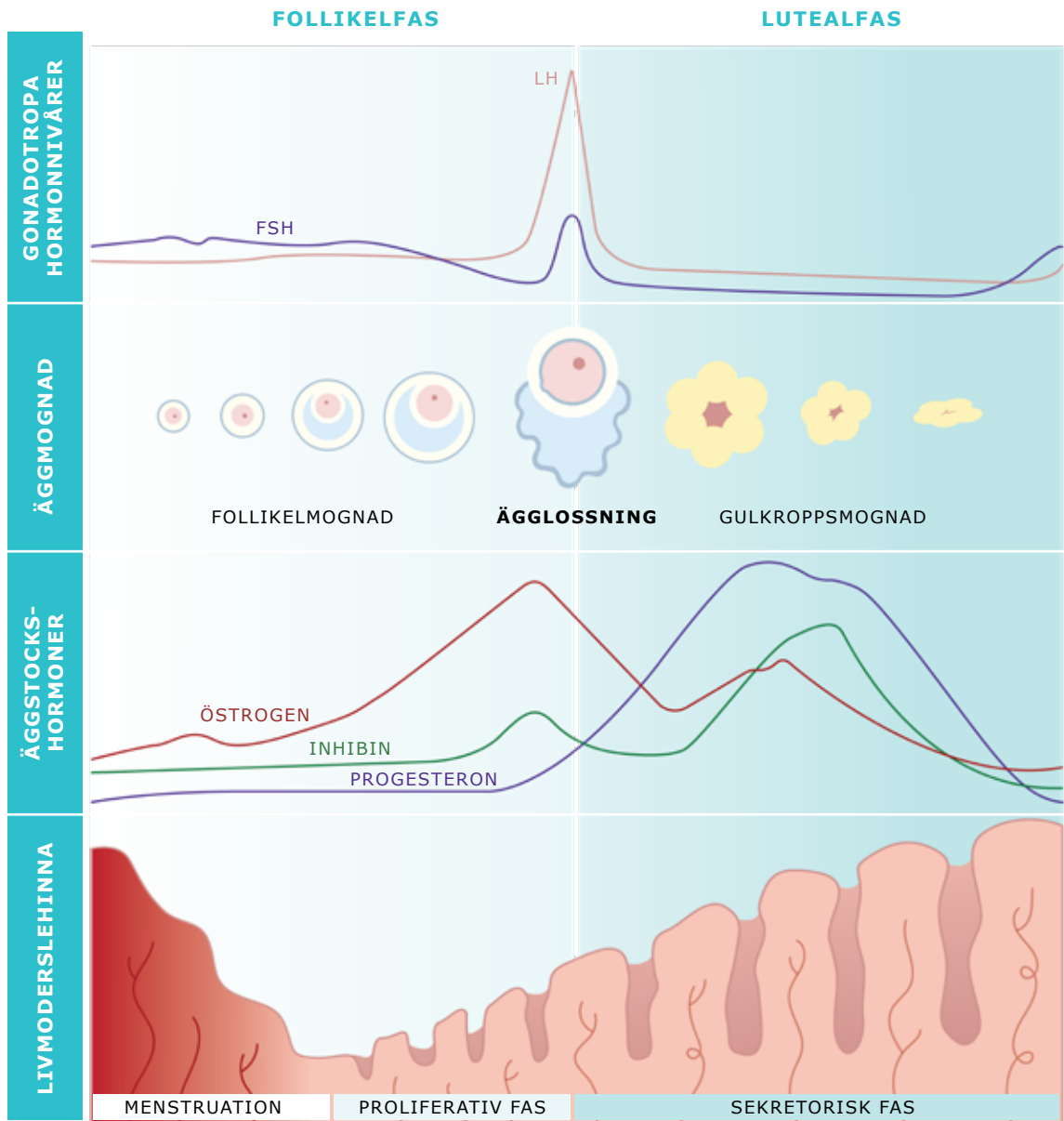


4. SÅ FUNGERAR MENSCYKELN/ÄGGLOSSNINGEN

Mensen och ägglossningen är delar av kroppens naturliga menscykel, där 28 dagar är genomsnittet. Mensens första dag är början på varje cykel och ägglossningen sker vanligtvis en gång per månad mitt emellan menstruationerna. Ett hormon, som kallas LH (luteiniserande hormon), stiger kraftigt före ägglossningen och startar den. När ägget lossnar från äggstocken fångas det upp av äggledaren där det kan bli befruktat av spermier. Samtidigt ökar hormonet östrogen som gör att livmoderslemhinnan blir tjockare och sekretet i livmoderhalsen förändras och blir lättare för spermier att ta sig igenom.

Om ägget inte möter någon spermie eller blir befruktat, passerar det livmodern och ut ur kroppen tillsammans med livmoderslemhinna som en mensblödning.

**"ATT STARTA
MIN RESA SOM
MAMMA PÅ EGEN HAND...
ATT HA MÖJLIGHETEN
ATT GENOMGÅ INSEMINATION
MED DONERADE KÖNSCELLER
ÄR EN KÄNSLOMÄSSIG FAS
I LIVET, MEN DEN HAR
ALDRIG UPPLEVTS
SOM JOBBIG"**





5. VAD KAN PÅVERKA ÄGGLOSSNINGEN?

Många faktorer kan påverka ägglossningen, och det är ganska vanligt att ha oregelbunden eller utebliven ägglossning. Att ha oregelbunden ägglossning är ofta helt normalt, men kan ibland orsakas av till exempel över- eller undervikt, väldigt hård träning, sjukdomar, läkemedel, hormonrubbningar och ålder.

6. SPERMIERNA

Spermierna som används vid en insemination är förberedda och preparerade i laboratoriet. Överskottet av celler och sekret från ejakulatet har tvättats bort och en speciell frysvätska har tillsatts.

Spermierna är sedan förpackade i så kallade strån och vid varje insemination används ett sådant strå innehållande flera miljoner spermier.



7. INSEMINATIONEN

En insemination görs oftast i den naturliga menscykeln. Eftersom det är vid ägglossningen befruktningen sker och då livmodern är som mest mottaglig för en graviditet är det viktigt att bestämma tidpunkten för ägglossningen. LH-hormonet som signalerar till ägget att släppa från äggstocken stiger kraftigt före ägglossningen och kan spåras i urinen med hjälp av ägglossningsstickor. Ofta används sådana stickor för att avgöra när inseminationen ska göras. Det kan därför vara bra att prova hur de fungerar några cykler innan det är dags.

Du kommer överens med din behandlande mottagning vilken dag det är dags att börja med ägglossningsstickorna och eventuellt boka tid för ultraljud. Det är bra att starta att testa några dagar innan förväntad ägglossning för att säkert veta vilken som är den första dagen med positivt resultat. Inseminationen utförs samma dag eller dagen efter du får positivt LH-omslag på ägglossningsstickan.

Vid oregelbunden menscykel kan det ibland behövas hjälp att stimulera ägglossningen. Detta görs med tabletter eller injektioner. Ibland ges också ett hormon som heter hCG för att stötta och styra ägglossningen, en så kallad ägglossningsspruta. Detta avgörs av läkaren.

Vid inseminationen sätter läkaren, barnmorskan eller sjuksköterskan in ett instrument in i vagina för att kunna se livmodertappen. Genom livmoderhalskanalen förs sedan en tunn kateter in i livmodern genom vilken de preparerade spermerna förs in. I livmodern hittar spermerna sedan sin väg upp och ut i äggledarna för att träffa på ägget. Inseminationen tar bara några minuter och är en lätt procedur som inte är smärtsam.



EFTER INSEMINATIONEN

Efter inseminationen kan det kännas som att vätska rinner ut ur slidan. Det är inte spermier - utan oftast den vätska eller gel som används för att föra in instrumentet vid inseminationen, blandat med ägglossningssekret.

Ibland kan det uppstå en liten blödning efter inseminationen. Det beror oftast på att katetern med spermier har retat slemhinnan i livmoderhalsen lite.

Det är inte farligt och påverkar inte graviditetschansen. Ibland kan det också komma en mensliknande värk efter inseminationen. Det är normalt och inte heller detta påverkar graviditetschansen.

Efter inseminationen kan du i princip leva som vanligt, men ska förstås undvika nikotin, alkohol och droger. Det finns också studier som visar att det är bra att undvika stora mängder koffein. Om du behöver uppsöka läkare eller tandläkare är det bra att meddela att du kan vara gravid, eftersom det påverkar val av läkemedel och eventuella undersökningar.

**"VÄLDIGT
BLANDADE KÄNSLOR.
FRUSTRATION NÄR DET
INTE GÅR SOM MAN VILL.
VÄNTAN. OVISSHET. MEN
ROLIGT NÄR DET GÅR BRA
– OCH SPÄNNANDE MED
INSEMINERINGEN!"**



8. GRAVIDITETSTEST

Graviditetstestet tas vanligen cirka 2½ vecka efter inseminationen, även om du har fått en blödning innan dess (även om man fått en blödning kan resultatet vara positivt). Det kan vara svårt att avhålla sig från att ta test tidigare än så – men resultatet är osäkert och kan ge både falskt positivt och falskt negativt resultat om det tas för tidigt. Följ klinikens anvisning om tidpunkt för testen och meddela resultatet för vidare planering.



VAD ÄR NÄSTA STEG OM JAG BLIR GRAVID?

Ungefär tre till fyra veckor efter ett positivt test görs en första ultraljudsundersökning. Vid denna tidpunkt är det oftast möjligt att se om det finns en hinnsäck med foster i livmodern. Ofta går det också att se hjärtaktivitet.

**"RESAN MOT
INSEMINATION
HAR VARIT TANKAR
AV BÅDE ORO
OCH GLÄDJE. KÄNSLOR
SOM JAG UPPLEVT
SOM VIKTIGA ATT
FÅ KÄNNA INFÖR ETT
STORT BESLUT"**

VAD BLIR NÄSTA STEG OM JAG INTE BLIR GRAVID?

Efter ett negativt test tar du kontakt med din behandlande klinik för att planera nästa steg. För det mesta är det inga hinder att göra en ny insemination vid nästa ägglossning.

9. MÖJLIGHETERNA ATT BLI GRAVID

Möjligheten att bli gravid med hjälp av donatorinsemination ligger omkring 20% per inseminationstillfälle. De flesta behöver alltså göra flera försök innan de lyckas. En rad olika faktorer har betydelse för chansen att få barn, där den bärande kvinnans ålder är absolut viktigast. Ju äldre kvinnan är, desto svårare får hon att bli gravid. Risken för missfall är inte högre vid insemination än vid spontan befruktning. Diskutera med din eller er läkare för att få en individuell bedömning.

LIVSSTILS- FAKTORER SOM PÅVERKAR KAN VARA:

- ÖVERDRIVEN TRÄNING
- ÖVERVIKT/UNDERVIKT
- NIKOTIN





10. BARNET

Forskning och erfarenhet har visat att det är viktigt att du eller ni som föräldrar är öppna och ärliga mot de barn som kommit till via ägg- eller spermiedonation och berättar för dem hur de kommit till. Alla barn har rätt till information om sitt ursprung och barn som blivit till med hjälp av donerade könsceller har, i mogen ålder, rätt att veta donatorns identitet.

Föräldrar har ett ansvar att, så snart det är lämpligt, berätta för sitt barn hur det har kommit till. Då kan barnet senare själv ta ställning till om hon eller han vill veta donatorns identitet eller inte. Risker att vänta med att berätta är att barnet råkar höra om donationsbehandlingen på ett oplanerat sätt, vilket kan påverka barnets tillit till sin familj. Att prata med sitt barn om dess ursprung så tidigt som möjligt gör att barnet inte upplever donationen som en stor sak utan något som hon eller han alltid har vetat om.

Läs gärna mer på **www.kunskapsguiden.se**, där det finns information om vikten av att berätta tidigt, samt många bra råd om hur föräldrar kan gå tillväga, för barn i olika åldrar, samt i broschyren *"Att berätta för sitt barn om hur det blivit till"*.



**"TACKSAM
FÖR ATT
MÖJLIGHETEN
TILL ASSISTERAD
BEFRUKTNING
FINNS"**

HÄR HITTAR DU FLER BROSCHYRER SOM KAN VARA TILL INTRESSE







DENNA BROSCHYR HAR UTARBETATS I SAMARBETE MED:

Anna Lena Wennberg, specialistläkare i gynekologi och obstetrik, och **Cecilia Dahl Hammarstedt**, legitimerad sjuksköterska, på *Nordic IVF Göteborg*

VI VILL RIKTA ETT STORT TACK TILL:

Lena Moegelin, specialistläkare i gynekologi och obstetrik samt psykiatri, på *Citymottagningen för Sexuell Hälsa* och Gynekologmottagningen *Mama Mia Östermalm* för synpunkter och kloka kommentarer.

VI VILL OCKSÅ RIKTA ETT STORT TACK TILL:

Alla de patienter på *Nordic IVF Göteborg* som bidragit med fina tankar och citat till boken.





Merck AB
Box 3033, 169 03 Solna
Tel. 08-562 44 500

www.merck.se



MERCK