



Kirmizi  
Semsiyeye  
Kızlar ve Kadınlar Derneği

# سوالاتی در رابطه با تطبیق بدنی



هورمون تراپی



انجمن حقوق بشر و سلامت جنسی چتر قرمز

2023

طراحی:  
Getu Creative

این کتابچه در چارچوب ”پروژه حمایت از پناهندگان ترنس“ که توسط انجمن سلامت جنسی و حقوق بشر چتر قرمز انجام شده است، تهیه و منتشر شده است.

خط حمایت از پناهندگان:  
0850 888 0 539

خط ارتباطی:  
info@kirmizisemsiye.org  
0850 244 12 75

خط پشتیبانی حقوقی:  
hukuki.danisma@kirmizisemsiye.org  
0534 010 95 98


خط پشتیبانی همتایان در روند تطبیق بدنی:  
bus.danisma@kirmizisemsiye.or  
0545 347 57 27

خط پشتیبانی بهداشت جنسی:  
cs.danisma@kirmizisemsiye.org  
0545 347 57 27

خط پشتیبانی خدمات اجتماعی:  
sosyalhizmet.danisma@kirmizisemsiye.org  
0539 822 32 30

## فهرست

- 6 هویت جنسیتی چیست؟
- 6 نارضایاتی جنسیتی (دیسفورای جنسیتی) چیست؟
- 6 مفهوم ناسازگاری بین جنسیت انتسابی و هویت جنسیتی چیست؟
- 7 ترنس چیست؟
- 7 روند تطبیق بدن چیست؟
- 8 مراحل روند تطبیق بدن کدام است؟
- 10 هورمون چیست؟
- 10 حمایت غدد درون ریز چیست؟
- 11 در طول فرآیند هورمون درمانی چه چیزی در انتظار من است؟
- 12 چگونه می توانم از هورمون ها استفاده کنم؟
- 12 اسپرونولاکتون چیست؟
- 12 اثرات هورمون درمانی برای مردان ترنس چیست؟

- 
- 13 اثرات هورمون درمانی برای زنان ترنس چیست؟
- 13 خطرات هورمون درمانی چیست؟
- 13 بعد از هورمون درمانی، باید در چه فواصل زمانی به معاینه مراجعه کنم؟
- 14 آیا بعد از استفاده از هورمون ها باید جراحی کنم؟
- 14 بعد از مصرف هورمون تصمیم گرفتم جراحی کنم، باید چکار کنم؟
- 15 آیا بعد از جراحی باید به استفاده از هورمون ها ادامه داد؟
- 15 من در حال هورمون درمانی هستم. در مورد تغذیه باید به چه نکاتی توجه کنم؟
- 16 علل سوء تغذیه در افراد ترنس چیست؟
- 16 اگر به عنوان یک فرد ترنس دچار اختلال در تغذیه هستم چه کاری می توانم انجام دهم؟
- 17 باورهای غلط رایج در مورد مصرف هورمون



## هویت جنسیتی چیست؟

هویت جنسیتی، جنسیتی است که فرد احساس می کند خودش، بدن و وجودش به آن تعلق دارد. در حالی که جنسیت تعیین شده (انتسابی) با ژنتیک، اندام های تناسلی و هورمون ها مرتبط است، هویت جنسیتی با احساس فرد نسبت به خود مرتبط است.

## نارضایتی جنسیتی (دیسفورای جنسیتی) چیست؟

نارضایتی شدید از بدن و احساساتی مانند استرس و بیقراری است که با این نارضایتی همراه است. هر فردی، صرف نظر از هویت جنسیتی و گرایش جنسی خود، ممکن است در مقطعی از زندگی خود دچار نارضایتی بدنی شود.

اگر نارضایتی جنسیتی به طور خاص برای افراد ترنس استفاده شود، به ناسازگاری بین جنسیت انتسابی و هویت جنسیتی اشاره دارد.

## مفهوم ناسازگاری بین جنسیت انتسابی و هویت جنسیتی چیست؟

جامعه ای که ما در آن زندگی می کنیم حتی قبل از تولد ما جنسیت هایی را برای ما تعیین می کند. این فرآیند تعیین جنسیت بر اساس ویژگی های اندام های تناسلی خارجی و مطابق با جنسیت تعیین شده است. با این حال، در سال های بعد، ممکن است با موقعیت هایی مواجه شویم که احساس کنیم به جنسیت انتسابی خود تعلق نداریم. این وضعیت باعث می شود که جنسیت انتسابی و هویت جنسیتی ما ناسازگار باشد.

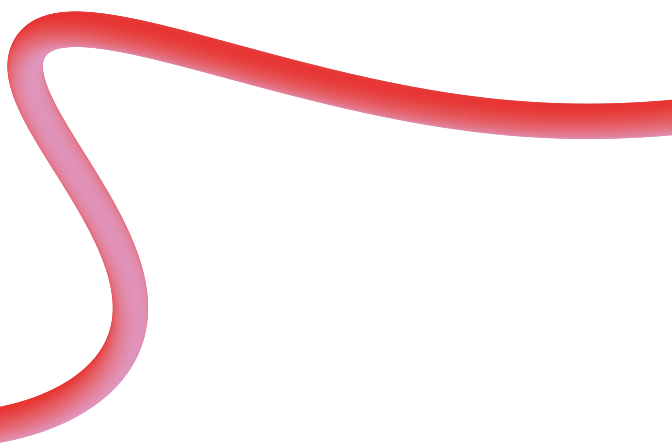


## ترنس چیست؟

ترانجسیتی زمانی اتفاق می افتد که فرد احساس می کند به جنسیت تعیین شده خود تعلق ندارد. اصطلاح چتر ترنس برای اشاره به افرادی استفاده می شود که هویت جنسیتی آنها با جنسیت تعیین شده آنها مطابقت ندارد. به فردی که جنسیت انتسابی او زن و هویت جنسیتی او مرد است، مرد ترنس گفته می شود. به فردی که جنسیت انتسابی او مرد و هویت جنسیتی او زن است زن ترنس گفته می شود. البته ترنس هایی هم هستند که احساس تعلق به هر دو و یا هیچ کدام از این دو جنسیت را دارند.

## روند تطبیق بدن چیست؟

اینها همه اقداماتی است که می توان برای کاهش نارضایتی فرد از بدن خود و تحقق انتظارات او از بدنش انجام داد. این مراحل ممکن است دارای ابعاد پزشکی، روانی، اجتماعی و حقوقی باشند. مراحل مانند کوتاه کردن مو، انتخاب لباس، شروع به علائق جدید و ایجاد حلقه اجتماعی جدید و همچنین استفاده از هورمون ها و گذراندن مراحل دادگاه را نیز می توان در روند سازگاری بدن گنجانند.





## مراحل روند تطبیق بدن کدام است؟

اگر بالای ۱۸ سال هستید و ازدواج نکرده اید می توانید روند خود را در یک بیمارستان آموزشی و تحقیقاتی که فرآیند سازگاری فیزیکی را انجام می دهد، شروع کنید. جستجوی حمایت یک درمانگر در طول این فرآیند نه تنها شما را از نظر روحی تسکین می دهد، بلکه به شما کمک می کند تا برای گام هایی که برمی دارید آماده شوید.

۱. برای شروع فرآیند سازگاری بدن، می توان پرونده دادگاهی باز کرد و یا به کلینیک روانپزشکی یک بیمارستان آموزشی و تحقیقاتی یا بیمارستان دانشگاهی که این فرآیند را انجام می دهد، مراجعه کرد. متقاضیان حمایت موقت و حمایت بین المللی که حق قانونی اقامت در ترکیه را دارند، حق دارند برای شروع فرآیند سازگاری فیزیکی پرونده حقوقی باز کنند و یا به کلینیک های روانپزشکی مراجعه کنند.

۲. در صورت ایجاد پرونده دادگاهی، شخص توسط دادگاه به بیمارستان آموزشی و تحقیقاتی هدایت می شود.

۳. یک ارزیابی توسط روانپزشک انجام می شود تا ثابت شود که فرد ترنس است و برای فرآیند سازگاری با بدن آماده است. این روند ممکن است بین ۶ ماه تا ۲ سال متغیر باشد. این روند ممکن است از فردی به فردی دیگر و بیمارستانی به بیمارستانی دیگر متفاوت باشد.

۴. روانپزشک هر زمان که درمان را مناسب بداند فرد را به بخش غدد ارجاع می دهد. در صورت تمایل، فرد می تواند در این مرحله با دریافت نظر متخصص غدد و یا به صلاحدید خود هورمون درمانی را در هر مرحله از فرآیند شروع کند.



۵. پس از مدت معینی از مصرف هورمون، برای انجام عمل جراحی مورد نظر، از بخش های روانپزشکی، اورولوژی، زنان، غدد، ژنتیک و جراحی پلاستیک (این بخش ها ممکن است از بیمارستانی به بیمارستان دیگر تغییر کنند) امضا گرفته و برای عمل جراحی از دادگاه مجوز اخذ می شود.

۶. پس از اعمال جراحی مورد نیاز برای تغییر هویت، دادخواست اصلاح ثبت نفوس مطرح می شود.

۷. پس از قطعی شدن رأی توسط دادگاه، رأی صادر شده و شخص به اداره ثبت احوال فرستاده و شناسنامه جدید وی تحویل داده می شود.

\*  
در صورتی که شخص از نام مندرج در شناسنامه ناراضی باشد و بخواهد آن را تغییر دهد، می تواند در ابتدای فرآیند یا در هر مرحله از فرآیند، برای تغییر نام به دادگاه مراجعه کند. در این مرحله، مدارکی مانند شاهد و/ یا حساب های رسانه های اجتماعی ممکن است درخواست شود که فرد از این نام در زندگی اجتماعی خود استفاده می کند.



## هورمون چیست؟

هورمون ها پیام های شیمیایی هستند که سیگنال هایی را به سیستم غدد درون ریز و مغز می فرستند و به قسمت های مختلف بدن می گویند که چگونه عمل کنند. مثلاً؛ در حالی که تستوسترون صدا را بم تر می سازد، استروژن در رشد سینه موثر است. برای بسیاری از افراد ترنس، هورمونها بخش مهمی از نحوه نگاه به خود و تمایل ما به خودمان هستند. برای افرادی که دیسفوری را تجربه می کنند، استفاده از هورمون اغلب این وضعیت را کاهش می دهد.

## حمایت غدد درون ریز چیست؟

حمایت غدد درون ریز؛ این به معنای استفاده از هورمون ها برای کمک به بدن شما برای دستیابی به ویژگی های متناسب می هويت جنسیتی شما است. فرآیند استفاده از هورمون ها «هورمون درمانی» نامیده می شود. هدف از هورمون درمانی کاهش ویژگی های جنسیت انتسابی برای فرد و رساندن سطح هورمون های هويت جنسیتی به حد مطلوب است، یعنی افزایش سطح استروژن با کاهش سطح تستوسترون در زنان ترنس و افزایش سطح تستوسترون در مردان ترنس. مشخص شده است که هورمون درمانی تأثیرات مثبتی بر افراد ترنس، بهبود کیفیت زندگی افراد، کاهش اضطراب، افسردگی و استرس و افزایش عزت نفس دارد.

قبل از شروع هورمون درمانی باید کنترل سلامتی انجام دهید، در این کنترل نیازی به معاینه تناسلی یا معاینه پستان نیست، اما در صورت وجود توده باید تصویربرداری رادیولوژیکی انجام شود. علاوه بر این، هورمون درمانی .

ممکن است در مواردی به دلیل وجود بیماری ها و ناخوشی های مختلف شروع نشود یا به تعویق بیفتد. استفاده از هورمون می تواند اثرات جبران ناپذیری بر بدن شما ایجاد کند، بنابراین باید در مورد مصرف هورمون ها مطلع و راهنمایی شوید. شما باید در مورد اثرات و خطراتی که ممکن است از لحاظ جسمی، روانی و اجتماعی رخ دهد مطلع و آماده باشید و باید سندی را امضا کنید که در این مورد رضایت دارید.



### فراموش نکشید:

قبل از شروع هورمون درمانی، باید از یک روانپزشک گزارش بگیرید. رضایت شما برای هورمون درمانی باید اخذ شود؛ سن شما باید بالای ۱۸ سال باشد و حتماً غربالگری سلامت را پشت سر گذاشته باشید. اگر هورمون درمانی را شروع کرده اید و ادامه می دهید، باید به طور منظم معاینات پزشکی را انجام دهید.

هورمون ها و دوزهای مصرفی در افراد مختلف متفاوت است و این فرآیند مختص فرد است. از هورمون ها فقط تحت نظر پزشک استفاده کنید، در غیر این صورت ممکن است به اندام های شما آسیب جدی وارد کند.

## در طول فرآیند هورمون درمانی چه چیزی در انتظار من است؟

### بالای ۸۱ سال:

اگر دچار دیسفوری بدن هستید و تاییدیه روانپزشک را دریافت کرده اید، می توانید پس از غربالگری و دریافت تایید سلامتی، هورمون درمانی را شروع کنید. به یاد داشته باشید که پس از شروع هورمون درمانی، سطح هورمون شما باید در فواصل منظم بررسی شود.

اکثر تغییرات فیزیکی که در طی فرآیند سازگاری بدن رخ می دهد به دلیل استفاده از هورمون است و در عرض ۲ سال پس از شروع مصرف رخ می دهد، اما اندازه و سرعت تغییر در هر فردی یکسان نیست. بسته به میل خود می توانید از هورمون ها در طول زندگی خود استفاده کنید یا متوقف کنید و دوباره شروع کنید. اگر فکر می کنید که استفاده از هورمون ها احساس خوبی در شما ایجاد نمی کند، می توانید با مشاوره با پزشک، مصرف آن ها را به طور کامل متوقف کنید یا نوع هورمون ها را تغییر دهید.



ابتدا اجازه دهید بیان کنیم که استفاده از هورمون ها به ترجیح شما بستگی دارد. در حالی که فرآیند سازگاری بدن را .

می توان با استفاده از هورمون ها پشتیبانی کرد، شما می توانید بسته به شناخت از بدن خود تصمیم بگیرید که آیا از هورمون ها استفاده کنید یا نه.

در کشور ما تستوسترون فقط به صورت تزریقی و استروژن به صورت تزریقی و قرص قابل استفاده است. باید با توجه به داروها و اثرات آنها و با مشورت پزشک خود، مناسب ترین روش را برای خود انتخاب کنید.

اسپیرونولاکتون قرصی است که باعث افزایش سطح استروژن و اثراتی مانند نرم شدن پوست، جلوگیری از ایجاد آکنه و کاهش رشد موی بدن می شود و به صورت خوراکی مصرف می شود. اسپرونولاکتون را می توان همراه با.

هورمون استروژن برای کاهش سطح تستوسترون در زنان ترنس استفاده کرد و از اثرات تستوسترون جلوگیری کرد. اسپرونولاکتون می تواند عوارض جانبی جدی ایجاد کند، بنابراین باید تحت نظر پزشک مصرف شود.

اثرات مورد انتظار هورمون درمانی در مردان ترنس:

- \* افزایش موی صورت و بدن ،
- \* کاهش خط مو و ریزش مو به دلیل نازک شدن مو،
- \* تغییر/کاهش چرخه قاعدگی ،
- \* کوچک شدن بافت سینه،
- \* کاهش توده چربی و افزایش توده عضلانی،
- \* چربی سازی پوست و گاهی ایجاد آکنه،
- \* رشد کلیتوریس و ضخیم شدن دیواره رحم،
- \* بم شدن صدا

چگونه می توانم از هورمون ها استفاده کنم؟

اسپیرونولاکتون چیست؟

اثرات هورمون درمانی برای مردان ترنس چیست؟



اثرات مورد انتظار هورمون درمانی در زنان ترنس:

- \* کاهش نعوظ بی اختیار،
- \* کاهش موهای صورت و بدن،
- \* رشد بافت پستان،
- \* تغییر پراکندگی چربی و کاهش توده عضلانی،
- \* نرم شدن پوست و کاهش چربی پوست،
- \* کوچک شدن بیضه ها،
- \* کاهش میل جنسی،

هورمون درمانی تغییر صدا را در زنان ترنس ایجاد نمی کند، بنابراین صدا درمانی یا جراحی های نازک شدن صدا انجام می شود.

اثرات هورمون درمانی بسته به دارو و فرد متفاوت است. شرایطی مانند بیماری های قلبی عروقی، استعمال دخانیات، اضافه وزن و بالا رفتن سن می تواند عوارض جانبی هورمون ها را افزایش دهد.

هورمون درمانی برای افراد خاص است و هورمون های مورد استفاده افراد ترنس جندر، سطح هورمون و روش های تجویز، متغیرهای شخصی و خطرات سلامتی بر این فرآیند تأثیر دارند. بنابراین، مشورت با پزشک در مورد سوالات خود در مورد روند درمانی به شما کمک می کند پاسخ بهتری پیدا کنید. با این حال، فراموش نکنید که هر ماه، هر ۲ الی ۳ ماه و هر ۶ ماه یک بار در طول درمان معاینه خواهید شد.

اثرات هورمون درمانی  
برای زنان ترنس  
چیست؟

خطرات هورمون  
درمانی چیست؟

بعد از هورمون  
درمانی، باید در چه  
فواصل زمانی به معاینه  
مراجعه کنم؟



خیر، مجبور نیستید. اگر نمی خواهید عمل جراحی انجام دهید، می توانید هورمون درمانی را با کنترل روانپزشک و پیگیری دکتر غدد شروع کنید و اگر مشکلی نداشتید، می توانید در طول زندگی خود از هورمون ها استفاده کنید.

**آیا بعد از استفاده  
از هورمون ها  
باید جراحی کنم؟**

اگر می خواهید عمل جراحی سینه انجام دهید، نیازی به هورمون برای مردان ترنس وجود ندارد، اما به زنان ترنس توصیه می شود برای شروع رشد سینه و رسیدن به نتیجه مطلوب، حداقل یک سال از هورمون استفاده کنند.

**بعد از مصرف هورمون  
تصمیم گرفتم جراحی  
کنم، باید چکار کنم؟**

برای مردان ترنس در صورتی که مشکل پزشکی نداشته باشند و مخالف استفاده از هورمون نباشند، انتظار می رود برای هیستریکتومی و برداشتن تخمدان یک سال بدون وقفه از هورمون ها استفاده کنند.

برای زنان ترنس در صورتی که مشکل پزشکی نداشته باشند و مخالف مصرف هورمون نباشند، انتظار می رود که فرد به مدت یک سال بدون وقفه از هورمون ها استفاده کند تا بیضه ها برداشته شود.

در پایان این دوره با تصمیم هیئت پزشکی که شامل روانپزشکان و متخصصین غدد می شود، می توانید جراحی کنید.

پس از اینکه تصمیم به جراحی گرفتید و از پزشک خود تأییدیه گرفتید، بسته به نوع داروهای هورمونی که استفاده .

می کنید، توصیه می شود که قبل از جراحی مدتی مصرف داروها را قطع کنید .



## آیا بعد از جراحی باید به استفاده از هورمون ها ادامه داد؟

هورمون ها بر بسیاری از عملکردهای بدن تاثیر می گذارند. ادامه استفاده از هورمون ها پس از جراحی می تواند به بدن در حفظ ویژگی های جنسیتی مورد نظر فرد و حفظ سلامت کمک کند. علاوه بر این، استفاده از هورمون می تواند به حفظ سلامت روانی و عاطفی کمک کند.

به یاد داشته باشید که فرآیند سازگاری بدن برای هر فرد، خاص است و فرآیندهای هورمونی و جراحی ممکن است بسته به تاثیر پذیری بدن شما متفاوت باشد. به همین دلیل، بسیار مهم است که معاینات خود را به موقع انجام دهید و با پزشک خود در مورد نحوه مصرف و دوز های هورمونی تصمیم بگیرید.

## من در حال هورمون درمانی هستم. در مورد تغذیه باید به چه نکاتی توجه کنم؟

هورمون درمانی ممکن است خطر ابتلا به بیماری های قلبی عروقی را افزایش دهد. متخصصان تغذیه و رژیم با توصیه های تغذیه فردی و عمومی سعی در کاهش خطر ابتلا به بیماری های قلبی یا رژیم DASH عروقی در افراد ترنس دارند. رژیم هایی مانند مدیترانه ای می توانند خطر ابتلا به بیماری های قلبی عروقی را کاهش دهند و از رژیم های توصیه شده در برابر آترواسکلروز در زنان ترنس حمایت می کنند.

تغذیه و ورزش برای جلوگیری از پوکی استخوان و حفظ تراکم استخوان در طول هورمون درمانی مهم است. از آنجایی که وجود هورمون های جنسیتی در ایجاد تراکم استخوانی سالم مهم است، ممکن است در نتیجه استفاده از سرکوب کننده های هورمونی، رشد استخوانی نوجوانان مختل شود. یک رژیم غذایی غنی از کلسیم، ورزش منظم برای تحمل وزن و.

برای حفظ رشد استخوان در سطح مطلوب D مکمل های ویتامین توصیه می شود. سبزیجاتی مانند شیر و لبنیات، کلم بروکلی، کلم پیچ، کلم و اسفناج منابع غنی کلسیم هستند.



در طول هورمون درمانی باید به مقادیر پروتئین، فسفات و سدیم توجه شود. به منظور جلوگیری از از دست دادن کلسیم ادرار، به زنان ترنس توصیه می شود با رژیم کم سدیم میزان سدیم روزانه خود را به ۱۵۰۰ میلی گرم کاهش دهند و مصرف بیش از حد پروتئین را کاهش دهند.

انگ و آزار و تبعیض علیه افراد ترنس؛ کمبود مکانیسم های که به ظاهر حفظ شده اشاره دارد تا فرد، «passing» حمایتی؛ نشان دهد که با هویت جنسیتی که خود را متعلق به آن می داند به دنیا آمده است. به نظر می رسد عناصری مانند ایده آل های غالب در مورد بدن، زنانگی و مردانگی؛ درک اجتماعی- فرهنگی، با اختلالات تغذیه ای مانند پرخوری، گرسنگی دادن به خود و استفراغ برای کاهش وزن مرتبط باشد.

## علل سوء تغذیه در افراد ترنس چیست؟

اولا، ایجاد اختلال در رژیم غذایی به منظور جلوگیری یا کند کردن تغییرات فیزیکی ناشی از نوجوانی، راه بسیار خطرناکی است. سرکوب کننده های هورمونی می توانند استرس عاطفی را در دوران نوجوانی کاهش دهند و زمانی را برای شما و اطرافیانتان فراهم می کنند تا هویت جنسیتی خود را قبل از بروز اختلالات سلامت روانی و تغذیه ای کشف کنید.

## اگر به عنوان یک فرد ترنس دچار اختلال در تغذیه هستید چه کاری می توانم انجام دهم؟

تاکید بر اهمیت مراقبت از خود، لذت بردن از غذا خوردن، ورزش منظم و ایجاد محیطی که با پذیرش بدن های متفاوت جنسیتی شکل می گیرد، می تواند تأثیری پیشگیرانه بر اختلالات خوردن داشته باشد.





## باورهای غلط رایج در مورد مصرف هورمون:

هر ترنس می خواهد هورمون درمانی را شروع کند .

**اشتباه است.** ترنس بودن یا نبودن فرد وابسته به این نیست که از هورمون استفاده می کند یا نه و هورمون درمانی مختص خود فرد است. ممکن است فردی ترنس باشد، اما در عین حال از بدن خود راضی باشد و تمایلی به استفاده از هورمون نداشته باشد و هویت جنسیتی خود را به شکل منحصر به فرد منعکس کند.

هنگام استفاده از استروژن نمی توانید احساسات خود را کنترل کنید.

**اشتباه است.** این گفته از منظری ناشی می شود که در آن زنانگی با هیستریک بودن یکسان تلقی می شود. با این حال، بسیاری از زنان ترنس اظهار داشتند که با شروع هورمون درمانی، احساس یکپارچگی بیشتری با احساسات خود داشتند و آرامش بیشتری داشتند.

استفاده طولانی مدت از استروژن باعث لخته شدن خون و سکت می شود.

**اشتباه است.** اگرچه خطر لخته شدن خون یکی از خطرات استفاده از استروژن است، اما این خطر بیشتر از خطر ناشی از قرص های ضد بارداری نیست. از آنجایی که ممکن است خطرات ناشی از مصرف هورمون تحت تأثیر برخی ویژگی های مشخصه باشد، مشورت با متخصص در مورد این خطرات مهم است .

هنگام استفاده از استروژن نمی توانید میل جنسی را تجربه کنید .

**اشتباه است.** استفاده از هورمون بر روی هر فردی متفاوت است. اگرچه ممکن است میل جنسی کاهش یابد، اما امکان دارد در طول عمر و از فردی به فرد دیگر تحت تأثیر عوامل بسیاری، تغییر کند. اگر فکر می کنید میل جنسی شما در هنگام استفاده از هورمون ها تحت تأثیر قرار می گیرد، می توانید در این مورد با پزشک خود صحبت کنید.

استفاده از استروژن باعث کوچک شدن دستانم می شود .

**اشتباه است.** ساختار استخوانی ما در دوران نوجوانی شروع به رشد و به مرور زمان فروکش می کند . بنابراین، اگر از دوران نوجوانی از



داروهای سرکوب کننده هورمون استفاده نکنید، استروژن تأثیری بر ساختار استخوان شما نخواهد داشت. ساختار استخوان شما نخواهد داشت.

تستوسترون، شخص را به فردی عصبانی تبدیل می کند.

**اشتباه است.** اگرچه تستوسترون بر وضعیت عاطفی فرد تأثیر می گذارد، اما فرد را به فردی که نیست تبدیل نمی کند.

تستوسترون چرخه قاعدگی را به طور کامل قطع می کند.

**اشتباه است.** اگرچه برخی از مردان ترنس اظهار می کنند که پس از هورمون درمانی دیگر قاعدگی برای آنها اتفاق نمی افتد، برخی دیگر نیز اظهار می کنند که خونریزی قاعدگی در آنها ادامه دارد، البته در سطوح پایین.

در طول هورمون درمانی نمی توانم باردار شوم/کسی را باردار کنم.

**اشتباه است.** هورمون درمانی یک روش پیشگیری از بارداری نیست. بنابراین، اگر نمی خواهید باردار شوید یا کسی را باردار کنید، باید از روش های پیشگیری از بارداری استفاده کنید.

اگر هورمون درمانی را شروع کنم باید در طول تمام عمرم ادامه دهم.

**اشتباه است.** هورمون درمانی، مقدار دوز و مدت زمان استفاده از هورمون ها و اینکه آیا در تمام طول زندگی مورد استفاده قرار خواهند گرفت یا نه، ممکن است وابسته به درک شخص از بدن خود و فرآیندهای پزشکی و قانونی فرد تغییر یابد. با این حال، اگر فکر می کنید درمان بر شما تأثیر بدی دارد، می توانید از درمان فاصله بگیرید، آن را پایان دهید و در آینده تحت نظر پزشک دوباره شروع کنید.

اثرات داروهای سرکوب کننده هورمون غیر قابل برگشت است.

**اشتباه است.** داروهای سرکوب کننده هورمون، ویژگی های جنسیتی ثانویه را که در دوران بلوغ ظاهر می شوند به طور موقت متوقف می کنند. در صورت قطع مصرف داروها، اثرات مشاهده شده در بدن در اثر بلوغ همچنان ادامه خواهد داشت.



تمامی رنگها را زیر چتر  
قرمز جای بده!

