



KAKO PREHAJAM

Osebne zgodbe o
tranziciji v Sloveniji

Kako prehajam

Zloženska je nastala na podlagi ankete, ki jo je leta 2018 izvedlo Društvo Kvartir.

Projekt je podprla FRIDA The Young Feminist Fund.

Kvartir.org

Ljubljana, 2019
prva izdaja



V slovenskem zdravstvenem sistemu ne obstaja poenoten predpisan postopek prehajanja (tranzicije) za transspolne osebe, zakonodaja določa le pogoje za spremembo imena in spola v dokumentih (o katerih si lahko podrobno preberete na

<https://lgbtpravice.si/pravno-priznanje-spola>), poleg tega pa je za medicinsko prehajanje (s pomočjo hormonov, operativnih posegov itd.) zaenkrat potrebna psihiatrična diagnoza transseksualizma.

V Kvantirju smo zato pripravile _i spletno anketo o izkušnjah transspolnih oseb z zdravstvenim sistemom in prehajanjem, da bi drugim transspolnim osebam olajšale priprave na prehajanje in jim pomagale ustvariti si sliko, kaj lahko pričakujejo in kako se lahko kar najbolje pripravijo.

Kaj zate osebno vključuje prehajanje (tranzicija)?

“Hormonsko nadomestno zdravljenje.”
- nebinarna trans ženska

“Kirurško-medicinski proces s spremembo spola v dokumentih.” - trans ženska

“Zaenkrat hormonska terapija, obojestranska mastektomija s peri-areolarnim rezom, morda kdaj v prihodnosti še dodatne operacije, sprememba imena in oznake spola v uradnih evidencah.” - trans moški

“Družbeno prehajanje.” - trans moški

“Operativna sprememba spola, jemanje hormonov, sprememba dokumentov.” - trans moški

“Zame vključuje socialno spremembo, spremembo imena in hormonsko terapijo.” - trans moški

“Sprememba videza, glasu ... Fizičnih lastnosti ...
Testosteron, operacija/odstranitev prsi.”
- ženska, ki ji je bil ob rojstvu pripisan ženski spol
in ki jemlje testosteron

Kako si začel_a prehajati?
H kateri_emu zdravici_ku si šel_a najprej
(osebni, psiholog_inja)?

“Najprej sem šla k dr. Rahne Otorepec.”
- trans ženska

“Prvi korak je posvet s psihiatrinjo dr. Rahne
Otorepec.” - trans moški

“Začel sem pri osebnem zdravniku.” - trans
moški

“Prvi korak je bila psihologinja.” - trans moški

“Najprej osebni zdravnik, psiholog, VU,
Amsterdam medical center gender clinic.”
- trans moški

“Osebna zdravnica me je napotila k psihologinji, ta
me je napotila k Dr. Rahne Otorepec.”
- ženska, ki ji je bil ob rojstvu pripisan ženski spol
in ki jemlje testosteron

“Za medicinsko tranzicijo se lahko naročiš
direktno na enoti za spolno zdravje
[<https://www.psih-klinika.si/strokovne-enote/center-za-mentalno-zdravje/ambulanta-za-spolno-zdravje/>].
Priporočam dr. Zajca.” - nebinarna oseba

Kam so te napotile _i? Kaj so bili naslednji koraki? Ali si jih moral _a opraviti v določenem vrstnem redu? Kako dolgo je posamezen korak trajal? Ali si naletel _a na čakalne dobe?

“Dr. Rahne Otorepec mi je izdala izvid z uradno diagnozo F 64.0 (transseksualizem), s katerim me je napotila na osebno zdravnico z navodili, naj pridobim napotnice za specialiste (klinični psiholog, endokrinolog, ginekolog in ultrazvok prsi). Vrstni red pregledov je bil odvisen od terminov, ki so mi jih ponudili specialisti, najprej sem bil pri klinični psihologiniji, potem pri ginekologiniji, potem na ultrazvoku prsi, potem pri endokrinologu.

Na prvi pregled sem najdlje čakal pri endokrinologu (6 mesecev), pri čemer me nihče ni obvestil, da je pogoj za začetek hormonske terapije tudi ultrazvok trebuha, kar mi je povedala šele endokrinologinja, zato sem moral čakati še dodatne tri mesece na ultrazvok trebuha, preden sem se lahko naročil na ponoven posvet pri endokrinologiniji. Zaradi zapletov in dolgotrajnih postopkov sem na koncu šel po nasvet in terapijo v Beograd, kjer so mi predpisali testosteron.

- trans moški

“Napotili so me k specialistom endokrinologije ter specialistom plastične ter urogenitalne kirurgije. Vrstni red ni določen, zaporednost je logična glede na potek tranzicije. Postopek je stekel razmeroma precej hitro, ker ne z moje in ne z njihove strani ni bilo nobenih zadržkov. Napotitve in obravnave so bile pogosto urejene po dogovoru, v znatno krajšem času kot je v okviru standardnih čakalnih vrst.”

- trans ženska

“Naprej sem šel k psihiatru in od tam na seksološko ambulanto, čakal sem približno dva meseca.”

- trans moški

“Najprej sem pri psihologinji delal teste, da so določili, ali res "potrebujem" prehod, nato mi je napisala priporočilno pismo za kirurške posege, s tem sem šel do različnih kirurgov (za mastektomijo in za histerektomijo) in do endokrinologinje. Pri vseh so čakalne dobe, vendar je to pričakovati.” - trans moški

“Rahne me je napotila k endokrinologinji na pregled - želela sem dobiti vse informacije pred začetkom prejemanja hormonov. Nakar sem si sama vzela štiri leta časa za razmislek, če to resnično želim ... Ko pa sem se dokončno odločila, da želim hormone, je vse skupaj trajalo kakšnih osem mesecev, preden sem jih dobila.”

- ženska, ki ji je bil ob rojstvu pripisan ženski spol in ki jemlje testosteron

Kot kaj si se zdravnicam kom razkril_a? Ali je mogoče prehajati kot nebinarna oseba?

“Takrat ko je iz specifičnih razlogov medicinsko relevantno, nimam zadržkov povedati, da sem transseksualna ženska.”

- trans ženska

“Glede na to, da je osnova za vse uradna diagnoza transseksualizma, dodatno razkritje niti ni potrebno.”

- trans moški

“Je, zakaj pa ne. Nisem se mi bilo potrebno razkrivati, je bilo načeloma vsem jasno.” - trans moški

“Večinoma so iz izvidov in mojih ostalih dokumentov uganile__i, ponavadi so vprašale__i kdo sem in sem potem razložil.”

- trans moški

“Povedala sem jim, da sem ženska (ta spol mi je bil tudi pripisan ob rojstvu), ampak da mi je moški videz na sebi všeč in da želim prejemati testosteron ... In tudi nisem imela nobenih problemov z njimi.”

- ženska, ki ji je bil ob rojstvu pripisan ženski spol in ki jemlje testosteron

“V postopek lahko vstopiš kot nebinarna oseba, vendar se bo morda zaradi tega celoten postopek zavlekel. Postopek se lahko zavleče tudi, če nimaš podpore v biološki družini, imaš težave z duševnim zdravjem ali si mlada odrasla oseba. Okoliščine, ki lahko postopek skrajšajo in jih je vredno izpostaviti, so karkršnokoli sodelovanje pri LGBT organizacijah, kjer se ukvarjaš s svojim spolom, suverenost in samozavest glede lastne identitete; čim širša razkritost doma, v službi, šoli, med prijatelji itd.; uspešno spopadanje z in stabilizacija težav z duševnim zdravjem.”

- trans moški

Ali si spremenil_a dokumente? Kako si spremenil_a ime, kako oznako spola v dokumentih?

Ali si dobil_a nov EMŠO? Ali so za spremembo obstajali kakšni predpogoji? Kakšni so bili stroški? Na kateri urad si moral_a?

“Dokumente sem na podlagi dokumenta, izdanega s strani pristojne stroke, uredila na upravni enoti. V sklop sprememb dokumentacije spada tudi spremenjen emšo. Stroški so enaki stroškom izdaje novega potnega lista, nove osebne izkaznice itd. Razen tega posebnih stroškov postopka ni. Morala sem na oddelek za matične zadeve.” – trans ženska

“Aprila 2017 sem uradno spremenil dokumente. Na Upravni enoti Kranj sem izpolnil obrazec za spremembo osebnega imena in na hrbtno stran pripisal, da prosim, da se mi poleg imena in priimka zabeleži tudi sprememba oznake spola in izda nova matična številka.

Za spremembo oznake spola namreč ne obstaja obrazec (posledično tudi ni potrebno plačati dodatne takse, razen tiste za spremembo imena – približno 55 evrov za prvo spremembo, približno 110 evrov, če spremembe delaš večkrat).

Kot dokazilo sem predložil potrdilo psihiatrinje, da sem v tranziciji in da živim v moškem spolu, a zaradi spornega dopisa MNZ to potrdilo prvotno ni zadostovalo.

Zahtevali so dodatna dokazila, ki jih nisem imel, zato sem preko odvetnika zahteval, da izkažejo pravno podlago za tovrstne zahteve, ali pa odobrijo mojo prošnjo. Po približno mesecu dni so mojo vlogo ugodno rešili.” – trans moški

“Spremenil sem vse dokumente, za spremembo sem potreboval potrdilo psihiatra. Spremembo sem opravil na Tobačni, stalo pa me je okrog 120 evrov.”

- trans moški

“Ime sem spremenil še pred tranzicijo (e-uprava, okoli 30 evrov za vlogo). Za spremembo spola in emiša pa mi še niso priznali nizozemskih zdravniških dokumentov.”

- trans moški

“Spremenil bom ime, postopek tega je opisan tu:

http://www.mnz.gov.si/si/mnz_za_vas/maticni_register/sprememba_imena/
Sprememba imena ima predpogoj (potrdilo o nekaznovanosti (izda ga ministrstvo za pravosodje) in potrdilo, da oseba ni v kazenskem postopku (izda ga okrajno sodišče), oboje ti lahko priskrbi upravna enota sama. Prva sprememba imena stane okoli 54€, vsaka nadaljna pa 108€

(<https://e-uprava.gov.si/podrocja/uloge/uloga.html?id=777>).

Glede spremembe spolnega markerja še nisem prepričan. Če bi obstajala nevtralna možnost bi jo izbral takoj, glede moškega markerja pa nisem prepričan zaradi varnosti.”

- nebinarna oseba



Ali je mogoče prositi zgolj za hormone/različne operacije in ne oboje? Npr. ali sta mogoča mastektomija in brušenje adamovega jabolka brez hormonske terapije? Ali jih tudi v tem primeru krije zavarovalnica?

“Je mogoče. ZZZS v skladu z zakonodajo RS krije vse postopke, preglede in posege, ki jih priporoči in odobri pristojna zdravstvena stroka – Konzilij za potrditev spolne identitete. Zavarovalnica krije stornitve le osebam, ki opravljajo postopek pod okriljem konzilija.” – trans ženska

“Vem, da je mogoče. Jaz sem operiral le prsi in to na svoje stroške, kar bi mi sicer lahko krila zavarovalnica, ampak bi bil najbrž slabši rezultat, saj bi bilo to potrebno operacijo opraviti v UKC-ju – ne, hvala. S hormoni sem prenehal, saj sta mi bili bolj nujni le operacija prsi in sprememba dokumentov.” – trans moški

“Lahko. Morda nekatero zdravstveno osebje s tem ne bo najbolj zadovoljno, vendar ne obstaja dokument, ki bi te prisilil, da greš čez vse ali nič. Ob diagnozi transseksualizma stroške prehajanja krije zavarovalnica, prav tako pa se lahko po določenem obdobju hormonske terapije odločiš, da bi z njo prenehal (kar pa morda ne drži edino v primeru histerektomije).”
– transspolna nebinarna oseba

Ali obiskuješ logopeda? Ali terapijo krije zavarovalnica?

“Ne obiskujem. Paciente k logopedu napoti član konzilija – specialist ORL kirurgije.” – trans ženska

Ali si imel_a kakšne stroške pri prehajanju? Katere?

“Da. Povezani so bili s specifičnimi kirurškimi posegi, ki jih ZZZS ne krije.” - trans ženska

“Imel sem stroške z obiskom specialistov v Beogradu (tja sem šel zaradi neorganiziranosti/neodzivnosti našega zdravstva), 250 evrov za krvne preiskave, 80 evrov za posvet s psihiatrom, 50 evrov za posvet z endokrinologinjo, približno 35 evrov za 12 ampul testosterona Depo 250mg.

V zadnjem času sem imel stroške s samoplačniškim pregledom nivoja testosterona v krvi, saj mi te preiskave na KO za endokrinologijo ne delajo dovolj pogosto, zato še vedno (po 9 mesecih) nismo uspeli doreči ustreznega načina in intervala jemanja testosterona, zaradi česar sem ga imel najprej občutno preveč (stranski učinki vključujejo zadrževanje vode, bolečine v okončinah), zdaj pa skoraj nič (kar zavira fizične spremembe, ki bi jih želel s prehajanjem doseči).”

- trans moški

“Plačal sem 120 evrov za spremembo dokumentov in 3000 evrov za samoplačniško operacijo prsi.”

- trans moški

“Za zdaj ne, ker se da uredit tako, da vse krije zavarovanje (traja dlje zaradi čakalnih dob, ki jih pri samoplačniškem prehajanju verjetno ni); verjetno potem še največ stane sprememba dokumentov.”

- trans moški

“V Amsterdamu sem imel stroške le s hormoni, vse ostalo je bilo krito; eno leto hormonske terapije in šele potem različne operacije. Zavarovalnica krije vse stroške, vendar ponavadi zaradi odbitka na premijo (okrog 400 letno), na koncu plačaš hormone s tem, če nimaš zraven še drugih medicinskih stroškov. Zavarovanje deluje po principu 'ko sam plačaš 400 evrov letno za medicinske potrebe, ti zavarovalnica povrne višek stroškov.'”

- trans moški

“Stroškov nisem imela razen z operacijo prsi, ki sem jo opravila na Hrvaškem in ki je bila samoplačniška . . . Sem jo pa opravila, preden sem sploh vedela za zavarovalniško kritje pri nas (moja napaka).”

- ženska, ki ji je bil ob rojstvu pripisan ženski spol in ki jemlje testosteron

Katere hormonske terapije so na voljo?
Kaj ti je bilo predpisano? V kakšni obliki? Ali si imel_a
pri izbiri besedo ali se je odločil_a endokrinolog_inja?

“Vsa zdravila, ki so na voljo, so uvrščena in opredeljena v centralni bazi zdravil. Doze in izbira zdravila so bile vedno stvar dogovora med mano in endokrinologom.”

- trans ženska

“V Sloveniji je testosteron na voljo v dveh oblikah; Androtop (gel), ki se dnevno maže na kožo, in Nebido (injekcije), ki se ga jemlje 3-4-krat letno. Jaz uporabljam Depo 250mg (injekcije), ki so mi jih predpisali v Beogradu in jih jemljem vsakih nekaj tednov (prvotno na dva tedna, potem na štiri, zdaj na tri - še vedno iščemo pravi odmerek).

Endokrinologinja je nedavno predlagala, da preidem na Nebido, vendar sem se odločil, da tega ne želim, saj gre za vnos večje količine testosterona naenkrat, ki naj bi se sproščal postopoma, jaz pa sem že v začetku imel težave s kopičenjem testosterona, zato sem predlagal, da še kakšno leto ostanem na Depoju, s čimer se je endokrinologinja strinjala. Po tem, ko je bilo ugotovljeno, da zdaj nimam dovolj testosterona oz. ga skorajda nimam, je bila postavljena teza, da gre za težave s samimi aplikacijami (preparati), zato je endokrinologinja predlagala prehod na Androtop, vendar sem se uspel dogovoriti, da zaenkrat rajši skrajšamo interval na tri tedne in bolj ažurno spremljamo nivoje v krvi.”

- trans moški

“Endokrinologinja v UKC mi je predpisala 100 mg ciproteronacetata. Poslala me je tudi na kontrolni odvzem krvi. Čez dva meseca sem prejela izvide, ki so pokazali, da je bil odmerek ciproteronacetata vsaj dvakrat prevelik, kar sem opazila tudi sama, saj sem postala skrajno depresivna in anksiozna. Tudi vse moje trans prijateljice so mi povedale, da so na največ 25 mg antiandrogena, zato sem začela jemati polovičen odmerek. Na kontroli tri mesece po prvem pregledu sem endokrinologinjo obvestila o svoji odločitvi in strinjala se je, da lahko odmerek postopno zmanjšam na 25 mg. Ponovno me je poslala na odvzem krvi, redne kontrole pa imam vsake tri mesece.” - nebinarna trans ženska

“Zame so prišli v poštev gel (AndroGel), ki ga jemljem zdaj, bom pa v nekaj mesecih prešel na injekcije (Nebido), tako je priporočila endokrinologinja.” - trans moški

“Najprej sem dobila testosteron v obliki gela (Androtop), ki sem si ga dnevno mazala na področje trebuha. To je bila zame pravilna izbira, saj se na začetku telo še navaja na spremembo in bi lahko v primeru komplikacij terapijo takoj prekinila. Po približno osmih mesecih pa sem zaprosila za injekcije (Nebido) in jih tudi brez problemov dobila oz. jih dobivam na vsake tri mesece.”

- ženska, ki ji je bil ob rojstvu pripisan ženski spol in ki jemlje testosteron

Če si začel_a prehajati v tujini, pa si se preselil_a v Slovenijo, ali si lahko nadaljeval_a s terapijo? Kako?

“Ja. Naročila sem se pri osebni zdravnici, s seboj sem prinesla vso dokumentacijo od doma (diagnozo, endokrinološke izvide, recepte za predpisana zdravila), vendar je zdravnica ni zares pogledala.

Predpisala mi je estrogen, za antiandrogen pa me je napotila k ginekologinji, ki mi tudi ni znala pomagati, je pa bila zelo prijazna in mi je napisala nujno napotnico za endokrinologijo (saj so na oddelku čakalne vrste in bi mi lahko zmanjkalo zdravil).

Endokrinologinja v UKC tudi ni preverila moje dokumentacije in mi je namesto triptorelin acetata, ki sem ga v obliki injekcij prejemale doma in ki v Sloveniji ni na voljo, predpisala 100 mg ciproteronacetata. Poslala me je tudi na kontrolni odvzem krvi.

Cez dva meseca sem prejela izvide, ki so pokazali, da je bil odmerek ciproteronacetata vsaj dvakrat prevelik, kar sem opazila tudi sama, saj sem postala skrajno depresivna in anksiozna. Tudi vse moje trans prijateljice so mi povedale, da so na največ 25 mg antiandrogena, zato sem začela jemati polovičen odmerek. Na kontroli tri mesece po prvem pregledu sem endokrinologinjo obvestila o svoji odločitvi in strinjala se je, da lahko odmerek postopno zmanjšam na 25 mg.

Ponovno me je poslala na odvzem krvi, redne kontrole pa imam vsake tri mesece. Večina zdravnic je vsaj za silo govorila angleško, večina sester pa ne. Priporočam, da s seboj pripeljete nekoga, ki govori slovensko in vam lahko pomaga s prevajanjem.”

- nebinarna trans ženska

“V Amsterdamu sem šel k osebnemu zdravniku, ta pa me je z napotnico poslal na center za spolno disforijo in k psihologu, s katerim posluje ordinacija.

Čakalna doba za psihologa je bila dva tedna, čakalna doba za VU Amsterdam pa osem mesecev. Po osmih mesecih je sledil sprejemni razgovor, tedenske terapije s psihologom na VU gender clinic (štiri tedne), po štirih tednih pa hormonska terapija in psiholog na dva tedna.

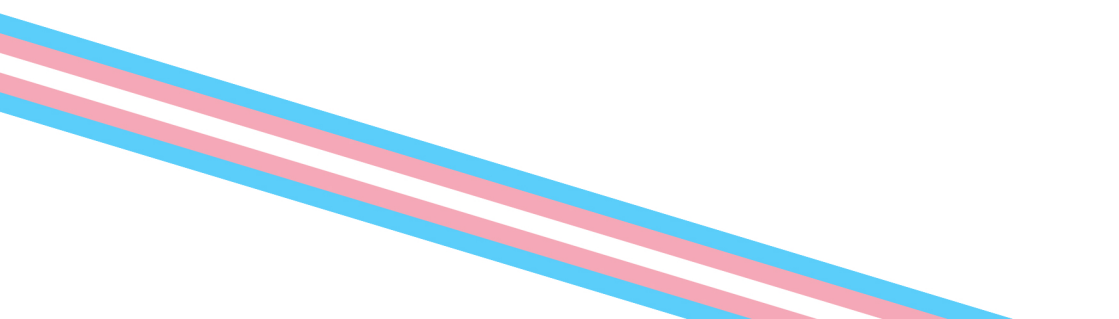
Drugi teden na VU gender clinic je bilo potrebno opraviti še slike telesa s polnim želodcem vode in brez, se pogovoriti o želeni spremembi in opraviti splošen zdravniški pregled. Trenutno imam v Sloveniji težave s priznavanjem zdravniških dokumentov in tudi receptov, zato redno skočim nazaj na Nizozemsko po hormone.”

- trans moški

Ali stroške epilacije krije zavarovalnica?

“Zavarovalnica ne more in ne sme kriti stroškov epilacije trans ženskam, saj bi šlo za sistemsko diskriminacijo vseh ostalih žensk, ki imajo v večji ali manjši meri težave s prekomerno porasčenostjo.”

- trans ženska



Kakšna je bila tvoja izkušnja s prehajanjem? Ali si zadovoljna _en z medicinskim osebjem? Bi koga posebej priporočal _a?

“Sama sem imela le pozitivne izkušnje z medicinskim osebjem.”
- trans ženska

“Priporočala bi osebno zdravnico dr. Škerl Pahernik v zdravstvenem domu Aškerčeva. Ravnala je zelo strokovno in prijazno in se spoznala na nadomestno hormonsko terapijo.”
- nebinarna trans ženska

“Moja izkušnja je, da zdravniki v konziliju delujejo zelo nepovezano, neorganizirano, kot da eni za druge ne vedo, kaj točno počnejo oz. kako so ti delčki procesa povezani med sabo.” - trans moški

“Vse je bilo okej.” - trans moški

“Zdi se mi, da so vse pristojne osebe korektne in strokovne, kar je zelo pomembno. Prav tako so, ko sem se razkril, večinoma vsi upoštevali drugo ime in me naslavljali v pravilnem slovničnem spolu.” - trans moški

“V Amsterdamu je bilo korektno osebje z vrsto let izkušenj, v Sloveniji pa se srečujem s težavami.” - trans moški

“Moja izkušnja z vsemi je bila super.” - ženska, ki ji je bil ob rojstvu pripisan ženski spol in ki jemlje testosteron

Kaj bi svetoval_a osebi, ki razmišlja o prehajanju?

“Tudi če nisi prepričan_a, ali si želiš tranzicije, ti priporočam, da vseeno čim prej vsaj uradno sprožiš postopek, saj se lahko ta zaradi čakalnih dob zelo zavleče. Če si boš v tem času premislil_a, ga lahko kadarkoli prekličeš, v nasprotnem primeru pa ti bo žal, da boš moral_a s čakanjem šele začeti.” – nebinarna trans ženska

“Dobro se informiraj pri ljudeh, ki so te stvari že dali skozi, saj so to praviloma EDINE res zanesljive informacije. Zdravniki dajejo zelo zmedene, nepopolne, včasih celo netočne informacije, kar je zelo nevarno. Veliko sprašuj in se ne pusti odgnati, če naletiš na neprijaznost.”
– trans moški

“Začni živeti svoje življenje!” – trans moški

“Odloči se kaj, kako in kako hitro si želiš spremeniti in se o vsem pozanimaj (najbolje je, če kontaktiraš nekoga, ki je že imel to izkušnjo in direktno vprašaš. Naj ti tudi ne bo nerodno raznih zdravnikov specialistov zasuti z vprašanji.). Če si po tem prepričan_a da si želiš sprememb (in kakšnih), le pogumno naprej! Predusem vedi, da nisi sam_a :)” – trans moški

“Čim več preberi in se dobro informiraj. In pa preveri zakone ter zdravniške postopke za državo, v katero se imaš namen preseliti!”
– trans moški

“Zdravstveno osebje ti bo zastavljalo veliko osebnih vprašanj ... Meni je bilo čisto vseeno, kaj jih zanima, in mi ni bilo težko odgovarjati ... Mogoče bi svetovala, da ničesar ne vzemi osebno. Ampak to je samo nasvet ne ukaz. ;)” – ženska, ki ji je bil ob rojstvu pripisan ženski spol in ki jemlje testosteron

“Trenutno sam sebi govorim pogumno, tako da pogumno in srečno tudi za ostale :)” – nebinarna oseba

