

**不向焦虑与抑郁投降，这个世界终会有我们存在的地方**  
**如果你能记住我的名字，如果你们都能记住我的名字**  
**也许我或者“我们”，终有一天能自由地生存着**

## 欢迎来到 MtF.wiki

这里是一个或许可以给部分跨性别女性与非常规性别群体提供帮助的地方。

MtF (Male-to-Female)，跨性别女性，是指出生时指定性别是男性的女性。

MtF.wiki 致力于成为一个免费开放且持续更新的跨性别知识整合站点，大家可以在里面了解到各种药物知识、医疗资源、女性常识，以及其他等等。

现在的 MtF.wiki 正处于起步阶段，各种资料或许并不齐全，甚至可能还有部分错误，欢迎各位热心的姐妹加入我们<sup>2</sup>，为 MtF.wiki 的发展做出贡献。

至于建设本网站的初衷，除了为广大 MtF 群体提供一个知识平台外，也是渴望他人对转换性别的设定的肯定。接纳每个人在性倾向、性别身份、性别表达等方面享有平等的选择权，不受污名、歧视和暴力，将帮助发展平等尊重的价值观，创造更友好的社会。

本项目在编写过程中参考了诸多资料，在此一并致谢。

## 导读

获得 诊断证明 可通过阅读 [精神科医疗资源综述 \(P53\)](#) 了解

获得 诊断证明 后进行 HRT 可通过阅读 [HRT 综述 \(P2\)](#) 和 [HRT 医疗资源综述 \(P60\)](#) 了解

与此同时如果在考虑 SRS 则可以通过阅读 [SRS 术前科普 \(P62\)](#) 了解更多信息

如果你对 外貌焦虑 则可以通过阅读 [FFS 综述 \(P93\)](#) 了解更多关于 面部女性化手术 的内容 虽然称作 FFS，喉结整形术、脱毛等项目也在本概念之下

如果你对 声音焦虑 则可以通过阅读 [嗓音训练综述 \(P100\)](#) 和 [嗓音手术综述 \(P102\)](#) 了解更多关于 嗓音女性化 的内容

# 目录

<b>药物 / HRT</b>	.....	P1
<b>HRT 综述</b>	.....	P2
<b>进行激素检查</b>	.....	P7
<b>用药风险</b>	.....	P12
<b>雌激素药物</b>	.....	P17
<b>抗雄激素药物</b>	.....	P34
<b>* 抗雌激素药物</b>	.....	P48
<b>心理科 / 精神科</b>	.....	P52
<b>精神科医疗资源综述</b>	.....	P53
<b>跨性别友好医生（心理咨询）</b>	.....	P55
<b>介绍信</b>	.....	P56
<b>关于 ICD-11</b>	.....	P58
<b>HRT 医疗资源综述</b>	.....	P60

<b>SRS 性别重置手术</b>	.....	P61
术前科普	.....	P62
手术技术	.....	P63
术后护理	.....	P65
证件变更指引	.....	P78
学籍学历变更指引	.....	P83
SRS 综述（中国大陆）	.....	P86
SRS 综述（泰国）	.....	P88
SRS 综述（美国）	.....	P90
<b>FFS 面部女性化手术</b>	.....	P92
FFS 综述	.....	P93
喉结整形术	.....	P96
脱发的治疗	.....	P98
<b>嗓音训练综述</b>	.....	P100
<b>声带手术综述</b>	.....	P102

<b>实用信息</b>	<b>P104</b>
<b>常见法律问题</b>	<b>P105</b>
<b>公益组织</b>	<b>P109</b>
<b>人格量表与问卷</b>	<b>P112</b>
<b>缩写词语表</b>	<b>P113</b>
<b>通俗用语表</b>	<b>P116</b>
<b>姓名变更相关</b>	<b>P119</b>
<b>已确认列表</b>	<b>P121</b>
<b>未确认列表</b>	<b>P127</b>
<b>已过时列表</b>	<b>P131</b>

# 药物 / HRT

HRT 综述.....	P2
进行激素检查.....	P7
用药风险.....	P12
雌激素药物.....	P17
抗雄激素药物.....	P34
* 抗雌激素药物.....	P48

# HRT 综述

## 常规跨性别激素治疗

[hormone replacement therapy](#) - 百度翻译

**hormone replacement therapy**

英 [hɔː'meɪn rɪ'pləsment θerəpi]

美 [hɔ:r'moʊn rɪ'pləsment θerəpi]

n. 激素替代治疗(缩略形式为HRT)

[例句] *Hormone replacement therapy* is very important and should be instituted early.

激素替代治疗非常重要，应该及早开始。

[进行更多翻译](#)

 扫码下载百度翻译APP

百度说要早点 HRT

跨性别激素治疗是肯定跨性别者性别认同的一种卫生保健服务，透过外源性内分泌制剂的投药，使跨性别者身体的第二性征与其性别认同相符，促成 TA 们男性化或女性化的改变。尽管激素治疗不是跨性别者的必选项，但对于有需求的跨性别者来说，激素治疗是缓解性别不安，接纳和认可自我必要的医疗介入。

目前的研究表明，在专业医生的指导和风险把控下进行激素治疗是安全的。[联合国人权高专办](#) 发起的自由平等倡议（[UN Free & Equal](#)）和国际文件《[日惹原则](#)》（The Yogyakarta Principles）都呼吁各国提供与性别肯定相关的卫生保健服务，保障跨性别者的人权。

我国的法律政策虽未明确提及跨性别激素治疗的概念，但有多个条款提到不同性别应享有同等权利、禁止基于性别的歧视。然而，针对跨性别激素治疗的专项政策和医疗指南的缺失，是导致跨性别者缺乏专业医生指导，增加身体健康风险，以及造成焦虑和抑郁的重要原因。因此，建立正规的激素治疗体系就具有重要的现实意义。<sup>1</sup>

虽然随着医学领域日益发展成熟，越来越多的跨性别者选择了进行激素和手术治疗，但是这只是这些治疗选项的其中之一，由于「[幸存者偏差](#)」效应的存在，使用激素治疗、手术治疗的跨性别者在我们的视野之内更加的明显，但不能否认的是，同样有些人什么都不需要，需要明确自己的实际需求，不可盲目跟风。

对于跨性别人士的激素治疗，已有新的表述方式：性别肯定激素治疗（英文：[Gender-affirming hormone therapy](#)，缩写为 GAHT）。

# 注意事项

发现任何健康问题，请立即就医。

需要理解激素治疗的目的和效果，理性预期，激素不是魔法。

用药的原则是在**维持效果的情况下尽量减少用量**。

即使您决定进行 HRT，也建议在第一个月单独使用抗雄药物，以排除不是激素使用需求者等可能。

在开始激素治疗之前，建议进行全面检查，排查疾病问题。进行身体状况的记录，如血常规、电解质、激素六项、肝肾功能。

用药初期建议一个月复查一次激素，咨询相关医师，以调整用药剂量。

用药稳定后每三到五个月复查激素与其它常规。

应用激素应当逐步加量，停药应当逐步减药。

激素治疗中，请勿吸烟，酌情饮酒，适量运动。

## 雌激素

**雌激素**（Estrogen）是在人体内作用于雌激素受体的一系列激素的总称，包括**雌酮**、**雌二醇**和若干人工合成的雌激素等；而**雌二醇**是人体内最主要的天然**雌激素**，也是 HRT 当中最基本的用药。

一般顺性别绝经前女性的平均**雌二醇**水平位于 **100 pg/mL** 左右，因此建议用药时也维持于这个水平——但需要同时服用一种抗雄激素药物（见下）；不过也可服用高剂量**雌二醇**（如针剂、多个透皮贴片），而无需采取额外抗雄措施（详情见下）。

## 不同的雌激素给药途径

- 口服（**补佳乐**）
- 舌下含服（**补佳乐**、**诺坤复**）
- 透皮给药（**雌二醇凝胶**、**雌二醇贴片**）
- 针剂肌肉注射
- 皮下埋入

根据 血清**雌二醇**浓度，**补佳乐**的效果比起其他几种要稍弱（同剂量下浓度少 25%），条件允许时不建议优先考虑。

**高剂量雌二醇**单药治疗要求始终 维持雌二醇水平在 200 pg/mL 以上，此时睾酮也将被充分抑制，但是过高的雌二醇水平可能会带来更高的血栓风险（尤其是针剂可能带来的过大的雌二醇水平浮动），因此使用该疗法前应充分权衡利弊；推荐使用**多个透皮贴片或针剂**（**不推荐使用戊酸雌二醇针剂**）由于生物利用度低，无论剂量有多高，口服途径、透皮凝胶途径皆**不适用于**高剂量雌二醇单方治疗，尤其是口服（见**用药风险**）。

## 雌激素对 MtF 的作用

- 乳房发育
- 皮肤细腻柔化
- 脂肪分布女性化
- 保持骨骼强度
- 抑制睾酮（高雌二醇水平下）

## 用药注意事项

请仔细阅读说明书并在医师指导下使用药物。

- SRS 后，并不能停止雌激素的使用，否则会出现更年期症状、骨质疏松等。
- 临床实验证明，雌激素会破坏脑垂体 HPG 轴体，从而对男性生育能力造成不可逆转的损伤。
- 口服雌二醇 会提高**血栓**风险，尤其是合成雌激素。
- 雌二醇 的 使用会提高**乳腺癌**风险，如有家族病史，请务必咨询医生。
- 合成雌激素（常见为避孕药）不应该在跨性别 HRT 中使用。如：
  - 炔雌醇 (Ethinylestradiol) 达英-35 (Diane-35) - (可临时作为短期替代) 优思明 妈富隆
  - 己烯雌酚 (Diethylstilbestrol)
- 过高剂量的雌激素，并不会带来更强的女性化作用。
- 雌二醇 与 睾酮同时不足可能导致骨质疏松。

## 抗雄药物

一般而言，低剂量的雌激素需要与至少一种抗雄激素联合使用，否则女性化效果会不够充分。也可仅使用高剂量雌二醇抗雄（详情见上）。

## 不同的抗雄方式

- 抑制睾酮的分泌：
  - 色普龙（醋酸环丙孕酮）
  - 醋酸甲羟孕酮，比色普龙稍弱的替代品
  - GnRH 类似物（一般用于青春期阻断）
  - 高剂量雌二醇单药治疗
- 受体拮抗：
  - 螺内酯片（略不推荐）
  - 比卡鲁胺

## 用药注意事项

- 睾丸移除后无需再使用抗雄药物。
- 没有必要将睾酮控制得过低，达到女性正常范围（0.05–0.55 ng/mL）即可。
- 雌二醇与睾酮同时不足可引起潮热、盗汗等更年期典型症状，长期有骨质疏松风险。
- 受体拮抗类药物的作用不会体现在睾酮指标上（反而可能会导致睾酮浓度上升），不建议通过睾酮范围来确认用药量。

## 孕激素

- 孕激素对于 MtF 没有确切的女性化效果。
- 在抗雄用量下，色普龙（醋酸环丙孕酮）有极强的合成孕激素作用
- 色普龙（醋酸环丙孕酮）有诱发脑膜瘤、垂体瘤的风险
- 过早引入孕激素可能抑制乳房发育（未证实）

## HRT 效果参考

来源：北医三院

作用效果	预计出现时间	预计稳定时间
乳房发育	3 – 6 月	2 – 3 年
体脂重新分布		2 – 5 年

作用效果	预计出现时间	预计稳定时间
肌肉体积、强度降低		1 - 2 年
皮肤细腻、油性减少		未知
体毛减少变细	6 - 12 月	≥ 3 年
脱发减少		
性欲下降	1 - 3 月	1 - 2 年
勃起减少		3 - 6 月
男性功能异常	不一定	
睾丸体积减小	3 - 6 月	2 - 3 年
精子产量减少	不一定	

## 法律法规

- 2022 年 11 月 30 日《药品网络销售禁止清单（第一版）》将 **环丙孕酮** 和 **雌二醇** 列为 其他禁止通过网络零售的药品

---

1. [跨性别激素治疗 - 百度百科](#)

# 进行激素检查

激素检查是跨性别人士在 HRT 过程中查验用药效果与身体健康的重要手段之一。

(本页不适用于青春期阻断剂使用者, 请遵专业团队指导。)

## 怎么查、何时查

中国大陆任何一家三甲医院均可进行激素检查。挂号时, 应挂内分泌科门诊, 男科、妇科也能提供相关检查。

进行检查的理由可以如实坦白, 如果是相对保守的地区也可以用激素相关的疾病复查作为理由。

可以在完全六项检查之后一段时间里, 只检查所关注的几项。

应当在接近下一次用药前进行抽血检查, 不要在服用药物之后立即进行激素检查。是否空腹抽血请遵医嘱。

如果您正在使用任何透皮类的雌激素药物, 请确保您在采血前没有在采血的手臂使用药物, 否则测出的结果将会异常偏大且没有参考价值, 甚至超出仪器最大量程 (笔者测出 E2>19856.78 pmol/L)

## 看什么、怎么看

(此处「正常范围」指医院给出的顺性别参考值)

未手术:

**雌二醇** - 维持女性正常范围

**睾酮** - 如使用 **色普龙 (醋酸环丙孕酮)** , 维持女性正常范围附近

**FSH & LH** - 如使用 **色普龙 (醋酸环丙孕酮)** , 低于正常范围

**泌乳素** - 如使用 **色普龙 (醋酸环丙孕酮)** , 过高请注意

睾丸移除或 SRS 后:

- **雌二醇** - 维持女性正常范围
- **FSH & LH** - 维持女性正常范围附近

# 相关指标简介

国内尚无完整的、统一的妇产科内分泌性激素测定值，且由于各种试剂的来源，测定的方法，数据的计算，采用的单位不同，即使同一激素标本，各实验室所得结果也不完全相同。因此下文所提到的相关指标数据仅供参考。以下指标的简介仅作科普，解读检查报告请寻求专业人士的帮助。

## 雌二醇 (E2)

是 HRT 的指标中较为重要的内容。

雌二醇 (E2) 是主要的雌性激素，负责调节女性特征，促进乳腺导管系统的产生。

雌二醇在男性体内作为睾酮的代谢产物同样存在，其血清浓度相当于绝经后的妇女。雌二醇与睾酮可相互转化。

- 雌二醇不仅对生殖和性功能有重要作用，也影响例如骨骼的其它器官。
- 更详细的作用描述请左转本书 [HRT 综述 \(P2\)](#)。

## 何时检测

一般建议于下一次用药前进行检测。

## MtF 参考值

- 成年女性参考范围：卵泡期 30 - 100 pg/mL，黄体期 70 - 300 pg/mL<sup>1</sup>
- 除针剂外：**平均值** 100 - 200 pg/mL<sup>2</sup>，**谷值**（指接近下一次用药前） 50 - 150 pg/mL
- 针剂：**谷值** 200 pg/mL 以上<sup>3</sup>

## 睾酮 (T)

是 HRT 中较为重要的内容。

睾酮(T)，是类固醇激素，由睾丸分泌，肾上腺亦分泌少量睾酮。睾酮是人体主要的雄激素/蛋白同化甾类。不论是男性或女性，对健康都有重要影响，包括性欲、力量、免疫功能、对抗骨质疏松症等功效。据统计，成年男性分泌睾酮的分量是成年女性的分泌量的约 20 倍，体内含量是成年女性的 7~8 倍。

睾酮通过两个方式来产生效用：

1. 直接或以局部双氢睾酮 (DHT) 形式使雄激素受体活跃化。
2. 转化为雌二醇使某些雌激素受体活跃化。

## MtF 参考值

使用 [螺内酯片](#) 并不会显著降低睾酮水平，故此项的参考价值不大。

使用 [比卡鲁胺片](#) 并不会显著降低睾酮水平，部分使用者甚至会出现血清睾酮升高现象，故此项参考价值不大。

使用 [色普龙 \(醋酸环丙孕酮\)](#) 等孕激素会降低睾酮水平，没有必要将睾酮降得过低，达到 0.55 ng/mL 以下即可，如睾酮过低可考虑减少用量。

睾丸切除后，睾酮主要来自于肾上腺。

- 成年女性睾酮水平的范围：0.1 - 0.55 ng/mL<sup>1</sup>
- 成年男性睾酮水平的范围：2.64 - 9.16 ng/mL<sup>1</sup>

## 促卵泡激素 (FSH)

**促卵泡激素 (FSH)** 是一种由脑垂体合成并分泌的激素，属于糖基化蛋白质激素，因最早发现其对女性卵泡成熟的刺激作用而得名。其形成受到促性腺激素释放激素 (GnRH) 的调控。后来的研究表明，促卵泡激素在男女两性体内都是很重要的激素之一，调控着发育、生长、青春期性成熟、以及生殖相关的一系列生理过程。促卵泡激素 和 [黄体生成素](#) 在生殖相关的生理过程中协同发挥着至关重要的作用。

在睾丸中，促卵泡激素提高塞尔托利氏细胞合成男性激素结合蛋白的水平，诱发塞尔托利细胞的紧密结合，同时分泌抑制素，在成精子过程中起到至关重要的作用。

- 使用[色普龙 \(醋酸环丙孕酮\)](#) 等孕激素会使得该项水平降低，甚至低于检出值。
  - 使用高浓度雌二醇降雄会使得该项水平降低，甚至低于检出值。
  - 睾丸切除后，该项指标会偏高，如果过高，可能雌二醇用量不足。
- 
- 成年绝经前女性 FSH 参考值 (卵泡、黄体期) : 1.8 – 11.2 mIU/mL<sup>1</sup>
  - 绝经后: 30 – 120 mIU/mL

注：青春期及以前男性的参考值较成年女性低，此后基本相当。

## 黃体生成素 (LH)

黃体生成素 (LH) , 是一种在脑下垂体前叶合成的激素。它的形成也受 GnRH 调控。 黃体化激素刺激睾丸中睾丸间质细胞合成睾丸素。

- 使用色普龙 (醋酸环丙孕酮) 等孕激素使得该项水平降低，甚至低于检出值。
- 使用高浓度雌二醇降雄会使得该项水平降低，甚至低于检出值。
- 睾丸切除后，该项指标会偏高，如果过高，可能雌二醇用量不足。
  - 成年绝经前女性 LH 参考值：卵泡期 2.0 – 9.0 mIU/mL, 黃体期 2.0 – 11.0 mIU/mL<sup>1</sup>
  - 绝经后：20.0 – 70.0 mIU/mL

注：青春期及以前参考范围较成年低。

## 孕酮 (P)

- 孕酮 (P) , 是一种类固醇和孕激素性激素，也是在体内的主要孕激素。
- 服用孕酮 (尤其是口服) 对于 MtF 并无明显益处，口服还会导致类似酒精的副作用 (如镇静)<sup>4</sup>。
- 目前暂无任何有效临床证据证明高孕酮浓度有助于胸部发育<sup>5</sup>。

## 泌乳素 (PRL)

泌乳素 (PRL) 是一种由垂体前叶腺嗜酸细胞分泌蛋白质激素。主要作用为促进乳腺发育生长，刺激并维持泌乳。泌乳素能刺激哺乳动物的乳腺发育或泌乳。在发育期，泌乳素能与雌激素、孕激素及其他激素共同作用，促使乳腺发育。

使用色普龙 (醋酸环丙孕酮) 等孕激素会使该项水平偏高，可考虑减少用量。

- 女性参考范围：4.79 – 23.3 ng/mL<sup>1</sup>
- 如果泌乳素高于正常值三倍，应降低孕激素剂量、换药或排查泌乳素瘤 (复查脑部 MRI)<sup>3</sup>

- 
1. Esoterix/LabCorp. (2020). *Endocrinology Expected Values and S.I. Unit Conversion Tables*. [PDF 文档]
  2. Standards of Care for the Health of Transgender and Gender Diverse People, Version 8. [DOI: [doi.org/10.1080/26895269.2022.2100644](https://doi.org/10.1080/26895269.2022.2100644)]
  3. Aly. (2018). *An Introduction to Hormone Therapy for Transfeminine People*. Transfeminine Science. 中译本：《女性倾向跨性别者的激素治疗简介》
  4. Aly. (2018). *Oral Progesterone Achieves Very Low Levels of Progesterone and Has Only Weak Progestogenic Effects*. Transfeminine Science. 中译本：《口服孕酮及其引起的低孕酮水平与较弱效力的简论》
  5. Aly. (2020). *Progesterone and its Role in Breast Development During Female Puberty*. Transfeminine Science. [transfemscience.org/articles/p4-breast-dev-puberty/](https://transfemscience.org/articles/p4-breast-dev-puberty/)

# 用药风险

“是药三分毒”，HRT 用药也不例外。须严格控制用药途径与剂量，在确保疗效的同时尽量降低用药风险。

## 雌激素用药风险

雌激素最常见的药物不良反应有：乳房紧张/乳房疼痛、腹痛、水肿与头痛。<sup>1</sup>

最严重的不良反应有：静脉血栓（严重时可导致心肌梗塞与中风）与乳腺癌<sup>2 3 4</sup>。口服雌二醇或人工合成雌激素（如炔雌醇）的这项风险更大。

下表为口服戊酸雌二醇片“补佳乐”说明书列出的各不良反应<sup>2</sup>：

系统器官分类	常见	不常见
免疫系统疾病		超敏反应
代谢和营养类疾病	体重变化 (体重增加或减轻)	
精神病类		抑郁症
神经系统疾病	头痛	眩晕
眼部疾病		视觉障碍
心脏疾病		心悸
胃肠道疾病	恶心、腹泻	消化不良、食欲增加
皮肤和皮下组织疾病	皮疹、瘙痒	黄褐斑、 荨麻疹、 多形性红斑、 结节性红斑、 血管性紫癜
肌肉骨骼和结缔组织疾病		
生殖系统和乳房疾病	月经出血特征变化、 撤退性出血增强或减弱、 经间期出血	乳房发紧感和疼痛
全身疾病和给药部位症状		水肿

## 雌激素与血栓风险的关系

下表列出了不同雌激素类型、暴露量所引起的血栓相对风险率<sup>3</sup>：

雌激素	血栓风险率
口服雌二醇 ≤1 mg/天	1.2 倍
口服雌二醇 >1 mg/天	1.4 倍
口服雌二醇约 1 mg/天合并孕激素	1.4–1.8 倍
透皮雌二醇 ≤50 µg/天	0.9 倍
透皮雌二醇 >50 µg/天	1.1 倍
口服结合雌激素 ≤0.625 mg/天	1.4 倍
口服结合雌激素 >0.625 mg/天	1.7 倍
口服结合雌激素约 0.625 mg/天合并孕激素	1.5–2.4 倍
现代避孕药，如达英-35 (炔雌醇与孕激素)	4.2 倍
早期避孕药 (高剂量炔雌醇与孕激素)	4–10 倍
高剂量聚磷酸雌二醇注射剂	2.1 倍
高剂量口服人工雌激素 (乙烯雌酚、炔雌醇或磷酸雌莫司汀)	5.7–10 倍
选择性雌激素受体调节剂 (他莫昔芬、雷洛昔芬)	约 1.5–3 倍
单用高剂量醋酸环丙孕酮	3–5 倍

## 雌激素相关资料

### EMA 确认高强度雌二醇乳膏的使用时间不超过四周<sup>5</sup>

PRAC 审查了关于高强度雌二醇乳膏用于治疗绝经期妇女阴道萎缩症状的安全性和有效性的现有数据。这些数据表明，绝经后妇女使用这些乳膏后，血液中的雌二醇水平高于正常绝经后的水平。PRAC 的结论是，雌二醇在血液中的吸收值得关注，可能导致与激素替代疗法 (HRT) 相似的副作用，口服或经皮肤（作为贴片）使用 HRT 的副作用包括静脉血栓栓塞（静脉血栓形成）、中风、子宫内膜癌和乳腺癌。此外，关于长期使用高强度雌二醇乳膏的安全性数据有限。基于这些原因，PRAC 建议这些乳膏一个疗程最多只能使用 4 周。

## 孕激素用药风险

## 口服与非口服天然孕酮（黄体酮）

已知口服孕酮与类似于酒精的神经甾体副作用有关<sup>6</sup>。

非口服孕酮无任何已知副作用。

## 人工合成孕激素（如醋酸环丙孕酮）

详见下文“抗雄激素用药风险”

## 抗雄激素用药风险

### 醋酸环丙孕酮

醋酸环丙孕酮（色谱龙）最常见的副作用有：阴道点状出血、体重增加或减轻、抑郁、性欲降低、勃起功能障碍和精子产量减少（停药后可逆）<sup>7 8 9</sup>。

最严重的副作用有：肝毒性、良性与恶性肝脏肿瘤（可能引起致命性腹内出血）、脑膜瘤与血栓栓塞形成<sup>10 11</sup>。

下表为台湾 Androcur 说明书列出的各不良反应<sup>9</sup>：

系统器官分类	非常常见	常见	不常见	罕见	非常罕见	频率不详
良性、恶性或不明肿瘤					良性与恶性肝脏肿瘤	脑膜瘤
血液与淋巴系统疾病						贫血
免疫系统疾病						
代谢和营养类疾病		体重增加；体重减少				
精神病类	性欲减退、勃起功能障碍	抑郁心境、短暂性躁动				
血管疾病						血栓栓塞形成
呼吸、胸部和纵隔		呼吸困难				

系统器官分类	非常常见	常见	不常见	罕见	非常罕见	频率不详
疾病						
胃肠道疾病						腹内出血
肝脏和胆囊疾病		药物性肝损伤、肝毒性、肝炎	黄疸、肝衰竭			
皮肤和皮下组织疾病			皮疹			
肌肉骨骼和结缔组织疾病						骨质疏松
生殖系统和乳房疾病	精子产量减少	男性乳房发育				
全身疾病和给药部位症状		疲劳、潮热、发汗				

## 比卡鲁胺

比卡鲁胺最常见的不良反应有：潮热、疼痛、乏力、便秘、感染、恶心、外周性水肿、呼吸急促、腹泻、尿血、遗尿与贫血<sup>12</sup>。

最严重的不良反应有：肝毒性、肝衰竭；也与极罕见的肺毒性<sup>13 14</sup>。

## 螺内酯

螺内酯最常见的不良反应有：高钾血症，胃肠道反应（如恶心、呕吐、胃痉挛和腹泻）<sup>15 16</sup>。

最严重的不良反应：高钾血症（高风险者可引起猝死）<sup>16</sup>。

高年龄、肾功能不全、同时服用利钾药、钾补剂或含钾代用盐者属于高钾血症风险人群，须格外注意<sup>16</sup>。

## 抗雄激素相关资料

### 加拿大公布抗雄激素药物安全性评估结果<sup>17</sup>

在临床文献中，也有对使用抗雄激素药物存在肝毒性风险的描述。尽管类固醇类和非类固醇类抗雄激素药物都与肝毒性相关，但这些不良反应的发生频率及其临床特征，在不同药品间似乎有所不同。例如，观察性研究结果显示，使用氟他胺的患者出现肝毒性事件的发生频率高于那些使用醋酸环丙孕酮的患者（15.3%比 9.5%，p=0.034）。

此外，这项研究发现在严重的肝毒性（定义为肝酶水平升高大于 6 倍正常值上限）事件中，使用氟他胺者占 4.8%，使用醋酸环丙孕酮者占 3.8%。在严重肝毒性事件中，使用比卡鲁胺和尼鲁米特者罕有报告。

#### 欧盟因脑膜瘤风险限制环丙孕酮的使用<sup>18</sup>

现有数据并未表明含有 1 或 2 毫克的低剂量环丙孕酮与炔雌醇或雌二醇联用治疗痤疮、多毛症、避孕或激素替代疗法的风险。然而，作为预防措施，这些药物不应用于脑膜瘤患者或有脑膜瘤病史者。含高剂量环丙孕酮的药物已有该限制。

1. 雌二醇片（Estrofem）说明书
2. 戊酸雌二醇片（Progynova）说明书
3. 雌激素对凝血功能与血栓风险的影响
4. 女性化激素疗法与乳腺癌风险
5. 摘自 药物警戒快讯第 4 期（总第 204 期）
6. 口服孕酮及其引起的低孕酮水平与较弱效力的简论
7. 醋酸环丙孕酮（新西兰 Siterone）说明书
8. 醋酸环丙孕酮（南非 Androcur）说明书
9. 醋酸环丙孕酮（台湾 Androcur）说明书
10. 低剂量醋酸环丙孕酮足可高效抑制睾酮
11. 醋酸环丙孕酮和脑膜瘤风险
12. 比卡鲁胺（Casodex）说明书（英文）
13. 女性倾向跨性别者的激素治疗简介 - 比卡鲁胺
14. 比卡鲁胺在女性化激素治疗上的使用与接受情况
15. 螺内酯片说明书
16. 女性倾向跨性别者的激素治疗简介 - 螺内酯
17. 摘自 药物警戒快讯 2012 年第 11 期（总第 115 期）
18. 摘自 药物警戒快讯第 3 期（总第 203 期）

# 雌激素药物

雌二醇凝胶.....	P20
雌二醇片.....	P23
雌二醇贴片.....	P26
戊酸雌二醇片.....	P28
针剂.....	P31

# 雌二醇凝胶

请仔细阅读说明书并在医师指导下使用药物。

雌二醇凝胶可经皮肤吸收，使用方便，且可完全避免肝脏的首过效应，安全性更高。不过总体开销较大。

## 基本信息

### Oestrogel® (爱斯妥)



- 产品名称：Oestrogel® (爱斯妥)
- 有效成分：雌二醇
- 进口药品注册证号：H20120488
- 生产企业：比利时法杏制药厂
- 药品规格：0.06% × 80g (含雌二醇 48mg) 0.06% × 30g (含雌二醇 18mg)

## 健民 雌二醇凝胶



- 品牌：健民
- 有效成分：雌二醇
- 批准文号：国药准字 H20051153

- 生产企业：健民集团叶开泰国药（随州）有限公司
- 药品规格：0.06% × 40g（含雌二醇 24mg）

## 使用方式与用量

皮肤外用，每天 1-2 计量尺，即 2.5g-5g 凝胶。涂抹于易于吸收且方便日常活动的部位（如下腹部、大腿上部），不要同时涂抹在多处皮肤（如同时涂抹于大腿、手臂、腹部）。无需揉搓，药品不污染衣物。在较低剂量（约半尺）下，也可与**补佳乐**等口服片剂合用；此时其更多作为托底之用，可有效避免雌二醇水平回落过低。**绝经妇女**每日使用 1 计量尺，雌二醇的血浆浓度平均为 80pg/mL，MtF 会略低于此数值。

注意：

- 不应涂抹于乳房处 可诱发乳腺癌！
- 凝胶含有酒精（乙醇），故有少许酒精气味；注意避开有伤口的部位使用，否则可能刺激伤口、引起阵痛。
- 如在采血前在其周围（如上臂）涂抹过凝胶，可能导致雌二醇检测值错误偏大。
- 如发现药物效果太强或太弱，请向医生咨询，以调整剂量。

## 副作用

- 静脉血栓栓塞 远弱于口服片剂<sup>1</sup>
- 恶心、腹痛、腹胀等胃肠道不适
- 乳房触痛
- 体重变化
- 性功能减退、不育
- 乳腺癌风险增加

如摄入过量，以上副作用可能更明显，因此需定期监测激素水平，按需调整剂量。

## 成分信息

- 有效成分：雌二醇（Estradiol）
- 吸收率：10%
- 半衰期：37 小时（经皮）

- 分子式: C<sub>18</sub>H<sub>24</sub>O<sub>2</sub>
  - 分子量: 272.38
- 

1. 雌激素对凝血功能与血栓风险的影响 (英文)

# 雌二醇片

请仔细阅读说明书并在医师指导下使用药物。

雌二醇片一般是半水合雌二醇，不同于 戊酸雌二醇。

## 基本信息

### Estrofem<sup>©</sup> 诺坤复

地区	上市状态
中国内地	无
香港	HK-34267
新加坡	是



药品名称：Estrofem<sup>©</sup> 诺坤复

药品成分：雌二醇 (Estradiol)

简称：诺

厂商：诺和诺德 (Novo Nordisk) (丹麦)

常见版本：土耳其文包装、英文包装

规格：

规格	性状	定量	外观
雌二醇 2 mg	蓝色薄膜包衣片	28 片/盒	一面写有 NOVO 280 字样
雌二醇 1 mg	红色薄膜包衣片		一面写有 NOVO 282 字样

### Femoston<sup>©</sup> 芬吗通<sup>©</sup>



- 药品名称：雌二醇片/雌二醇地屈孕酮片复合包装 (Femoston<sup>®</sup> 芬吗通<sup>®</sup>)
- 药品类型：复方制剂
- 药品成分：雌二醇 (Estradiol) /地屈孕酮 (Dydrogesterone)
- 批准文号: H20150346 (1mg) H20150345 (2mg)
- 厂商: Abbott Biologicals B.V.
- 常见规格：

规格	性状	定量	外观
雌二醇片 2 mg	砖红色薄膜衣片，去除包衣后显白色		紫色包装 14 片/盒
雌二醇 2 mg / 地屈孕酮 10 mg 复合片	黄色薄膜衣片，去除包衣后显白色		
雌二醇片 1 mg	白色薄膜衣片，去除包衣后显白色		粉色包装
雌二醇 1 mg / 地屈孕酮 10 mg 复合片	灰色薄膜衣片，去除包衣后显白色		

## 说明

- 芬吗通<sup>®</sup> 部分片剂中所含地屈孕酮为女性化激素疗法的口服药物<sup>1</sup>。属于孕激素类成分，但无法确保能够提供完全孕激素效力<sup>2</sup>，不具有抗雄作用<sup>3</sup>，且风险尚不明确，请谨慎使用。

## 使用方式与用量

- 服用方式：口服或舌下含服（微干涩，无明显味道）
- 使用剂量：2mg~6mg
- 如舌下含服用剂量多于 1 片/天，请分次服用，每次 1 片

## 成分信息

- 有效成分：雌二醇 (Estradiol)
  - 半衰期：8~18 小时 (舌下含服)
  - 分子式：C<sub>18</sub>H<sub>24</sub>O<sub>2</sub>
  - 分子量：272.38
- 

1. 女性化激素疗法
2. 合成孕酮制剂
3. Dydrogesterone has no peripheral (anti)-androgenic properties

# 雌二醇贴片

雌二醇贴片与其他药物性质不同，用法用量要由医生按体质确定。请仔细阅读说明书，请在医师指导下使用药物。

## 基本信息

### Estradot®



商品名：Estradot patch

厂商：Novartis

### Progynova® TS



- 商品名：Progynova® TS<sup>1</sup>

- 厂商: Bayer

## Estrana® TAPE



- 商品名: Estrana® TAPE
- 厂商: 久光製薬株式会社

---

1. 因地区而异，有的地区商品名为 Climara

# 戊酸雌二醇片

请仔细阅读说明书并在医师指导下使用药物。

戊酸雌二醇 (Estradiol valerate) 是一种人工合成的经化学修饰的雌激素，由雌二醇经戊酸酯化而成；其进入体内后，会快速经酯酶水解为雌二醇，从而发挥雌激素活性（酯酶多见于肝脏，也见于血液等各组织）。[补佳乐 / 克龄蒙](#) 的主要成分为戊酸雌二醇，包衣含有蔗糖，故入口味甜。

## 基本信息

### Progynova® 补佳乐®



药品名称：戊酸雌二醇片 (Progynova® 补佳乐®)

药品类型：单方制剂

药品成分：戊酸雌二醇 (Estradiol valerate)

简称：补

批准文号 (中国版) : 国药准字 J20171038

厂商：拜耳

常见规格：

版本	规格	性状
中国包装 (国补)	1mg × 21 片/盒	淡黄色糖衣片，去除糖衣显白色
泰国包装 (泰补)	2mg × 28 片 × 3 板/盒	蓝色糖衣片

### Climen® 克龄蒙®



- 药品名称：戊酸雌二醇片/雌二醇环丙孕酮复合包装 (Climen® 克龄蒙®)
- 药品类型：复方制剂
- 药品成分：戊酸雌二醇 (Estradiol valerate) /醋酸环丙孕酮 (Cyproterone Acetate)
- 批准文号: 国药准字 HJ20160683
- 厂商：拜耳
- 常见规格：

规格	性状	定量
戊酸雌二醇片 2 mg	白色糖衣片，去除包衣后显白色	11 片/盒
戊酸雌二醇 2 mg / 醋酸环丙孕酮 1 mg 复合片	粉红色糖衣片，去除包衣后显白色	10 片/盒

## 使用方式与用量

- 服用方式：口服（味甜）（亦可含服，含服吸收应更佳，但相关证据仍很有限 <sup>1 2</sup>）
- 使用剂量：2mg 至 6mg
- 说明书：单次 1mg 补佳乐约能提供 15pg/mL 的峰值血清浓度（持续服用可维持），远低于 100pg/mL 生物利用率随个体差异。

## 副作用

- **静脉血栓栓塞**（可于常规健康检查时一并检查凝血）<sup>3</sup>
- 恶心、腹痛、腹胀等胃肠道不适
- 乳房触痛
- 体重变化
- 性功能减退、不育
- 乳腺癌风险增加

- 用药到一定年限时（如在 50 岁以上）应对乳腺癌进行筛查<sup>4</sup>。

如摄入过量，以上副作用可能更明显，因此需定期监测激素水平，按需调整剂量。

## 成分信息

- 有效成分：戊酸雌二醇 (Estradiol valerate)
- 生物利用率：
  - 口服：3~5%
  - 含服：6~25% (推测)<sup>2</sup>
- 半衰期 (同雌二醇)：
  - 口服：12~20 小时
  - 含服：8~18 小时
- 分子式：C<sub>23</sub>H<sub>32</sub>O<sub>3</sub>
- 分子量：356.50

- 
1. 关于女性倾向跨性别者舌下含服戊酸雌二醇片剂的简介
  2. 对女性倾向跨性别者舌下含服雌二醇以取代口服雌二醇的探索
  3. 雌激素对凝血功能与血栓风险的影响 (英文)
  4. 关于女性化激素疗法与乳腺癌风险的简述

# 针剂

请仔细阅读说明书并在医师指导下使用药物。

## 基本信息

### 富士 Progynon®-Depot



英文名称: Progynon®-Depot

日文名称: プロギノン ®・デポー

药品成分: 戊酸雌二醇 (Estradiol valerate)

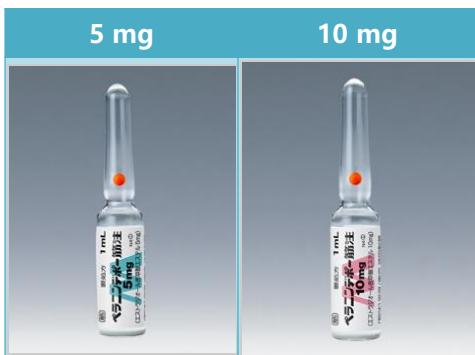
简称: 富士日雌

厂商: 富士制药

规格: 一盒 10 瓶, 每瓶 1 mL, 含有 10 mg 戊酸雌二醇

外观: 微黄色澄清油性注射液

### 【停产】持田 Pelanin Depot



- 英文名称: Pelanin Depot

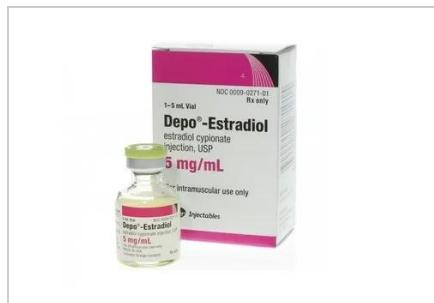
- 日文名称：ペラニンデポー
- 药品成分：戊酸雌二醇 (Estradiol valerate)
- 简称：持田日雌
- 厂商：持田制药
- 规格：一盒 10 瓶，每瓶 1 mL，含有 5mg 或 10 mg 戊酸雌二醇
- 外观：微黄色澄清油性注射液

## Estradiol Valerate



- 英文名称：Estradiol Valerate
- 药品成分：戊酸雌二醇 (Estradiol valerate)
- 厂商：American Regent, Inc
- 规格：一盒 1 瓶，每瓶 5 mL，含有 100 mg 或 200 mg 戊酸雌二醇
- 外观：微黄色澄清油性注射液

## Depo®-Estradiol



- 英文名称：Depo®-Estradiol

- 药品成分：环戊丙酸雌二醇 (Estradiol Cypionate)
- 厂商：Pfizer
- 规格：一盒 1 瓶，每瓶 5 mL，含有 25 mg 环戊丙酸雌二醇
- 外观：微黄色澄清油性注射液

## Depo monat



- 英文名称：Depo monat
- 药品成分：环戊丙酸雌二醇、醋酸甲羟孕酮
- 厂商：Vesco pharma (泰国)
- 规格：一盒 20 瓶，每瓶 0.5mL，含有 5mg 环戊丙酸雌二醇与 25mg 醋酸甲羟孕酮
- 外观：白色水状乳浊液

## 印雌

目前据报告有印度出产的戊酸雌二醇注射剂 **Estraproval Depot** 在售，而最初称为“印雌”的 Estraval Depot 已停产。另外，印度出产的还有 Progynon Depot (基本退市) 和若干不知名厂商的产品。



- 商品名: Estraproval Depot
- 有效成分: 戊酸雌二醇
- 规格: 每盒 10 瓶, 每瓶 1 ml (10 mg)
- 性状: 无色或淡黄色透明液体
- 生产商: Montage Laboratories Pvt. Ltd.
- 销售商: Modern Agencies (印度那格浦尔市)

## 使用方式与用量

乳腺癌高风险者、重度肝障碍患者请勿使用!

- 使用方式: 肌肉注射、皮下注射 **不会打针就不要瞎打!**
- 使用剂量:
  - 戊酸雌二醇: 每 5 - 7 天 5 mg / 每 1 - 2 周 10 mg
  - 环戊丙酸雌二醇: 每 7 天 5 - 6 mg / 每 14 天 10 - 12 mg
- 注意事项:
  - 请以正确的方式打开安瓿瓶, 以避免被玻璃划伤 / 使瓶子碎裂 / 使微小的玻璃碎渣混入药水。
  - 请勿重复注入同一位置。
  - 小心避开血管。 **可导致血管栓塞!**
  - 小心避开神经。
  - 由于药品为油性, 建议使用 12 号针头 (粉, 18G) 抽取药品, 6 号针头 (蓝, 23G / 25G) 注射。
  - 快速进针和抽药完毕后使用新的针头注射有助于缓解疼痛。
  - 自行注射建议使用股外侧肌 (大腿三分之一中段斜外上方) 和三角肌 (打疫苗的位置)。
  - 如果您在插入注射针头时感到剧烈疼痛或看到大量血液回流, 请立即拔出针头, 更换新的针头并更换注射部位。
  - 如果在某次注射结束后有较以往更多出血 (但可以止住), 属于正常现象, 请不要惊慌。

## 成分信息

生物利用率 均为 100%

中文名称	英文名称	半衰期	分子式	分子量	CAS	备注
戊酸雌二醇	Estradiol valerate	3.5 (1.2 – 7.2) 天	$C_{23}H_{32}O_{3_1}$	356.506 g·mol <sup>-1</sup>	979-32-8	
环戊丙酸雌二醇	Estradiol cypionate	8 – 10 天	$C_{26}H_{36}O_{3_1}$	396.571 g·mol <sup>-1</sup>	313-06-4	
苯甲酸雌二醇	Estradiol benzoate	2 - 5 天	$C_{25}H_{28}O_{3_1}$	376.496 g·mol <sup>-1</sup>	50-50-0	不常应用 (1)
庚酸雌二醇	Estradiol enantate	5.6 – 7.5 天	$C_{25}H_{36}O_{3_1}$	384.560 g·mol <sup>-1</sup>	4956-37-0	不常应用 (2)

(1) 不常用理由：注射间隔过短（2 – 3 天），长期使用不便；雌二醇水平波动过大（3 日内差值可达 4 倍以上），可能限制疗效、引起不必要的副作用和风险；现有跨性别健康指南无一推荐等。

(2) 不常用理由：仅见于注射用复方避孕药，国内无渠道。

# 抗雄激素药物

*GnRH 类似物.....	P37
比卡鲁胺片.....	P39
醋酸甲羟孕酮 (安宫黄体酮) .....	P41
螺内酯片.....	P44
色普龙 (醋酸环丙孕酮) .....	P46

## \*GnRH 类似物

GnRH 类似物作用机理不确定，请前往医院咨询并使用。

GnRH 类似物用于青春期阻断治疗。

如果您是未成年跨儿，请要求家长陪同前往专业的医院进行就诊。

如果你是跨儿的家长，请尽早陪同您的小孩前往专业医院就诊。

- 可以找上海地区 [邱文娟](#) 医生
- 可以找北医三院 [刘烨](#) 医生
- 可以前往 [复旦大学附属儿童医院](#)

GnRH 类似物常规可应用于性早熟儿童的治疗，具有良好的可逆性和安全性。在跨性别儿童中，该治疗被比喻为「青春期的暂停键」，使青春期第二性征的发育暂停（如暂停乳房发育、阴毛生长、月经来潮，暂停阴茎阴囊增长和勃起），使未成年跨性别者有更多时间去探索自我、更加成熟地思考心理上的认同性别。若成年后仍希望跨性别，则可桥接性别确认的激素治疗；若不再选择跨性别，则停药后原有性发育会重新启动。国外研究显示，该治疗可以改善跨性别青少年的性别焦虑相关心理健康。但需注意的是，其并无直接改变性别认同的作用，对其他原发的心理病症（如性别焦虑）也无直接缓解或治疗作用，同时对部分已经发育的第二性征如喉结、嗓音、骨骼无逆转作用。

在过去十年中，临床医生逐渐认识到性别不安/性别不一致的青少年的痛苦。在某些形式的性别焦虑/性别不一致中，心理干预可能是有用和充分的。然而，对于许多性别焦虑/性别不一致的青少年来说，青春期的身体变化是难以忍受的。

与在青春期的初期阶段之后很久才开始进行性别肯定治疗相比，青春期早期青春期抑制会带来更好的心理和身体结局。

1. 符合性别不安/性别不一致诊断标准，满足治疗标准并要求治疗的青少年应该首先接受治疗以抑制青春期发育。
2. 建议在首次表现出青春期的身体变化后开始青春期激素抑制。

对于未成年跨性别者，可以在心理科医生评估后且监护人同意的情况下使用 GnRH 类似物进行青春期抑制治疗（Puberty suppression），给予其思考及探索自我的时间。

## 副作用

1. 应用期间影响骨量的累积，出现骨密度较同龄同性别人群降低，文献报道停药后该效应可逐渐消失。
2. 抑制阴囊阴茎的继续生长，可能会对未来手术治疗产生潜在影响（该部位皮瓣面积减少）
3. 对于跨性别女性可能存在身高比常规预测身高略增加的情况
4. 用于该治疗的 GnRH 类似物价格较为高昂
5. 对脑发育的未知影响

必须注意的是，儿童青少年处于生长和发育阶段，在监测发育变化（如性征表现、性激素水平）的同时，必须同时定期评估其生长情况（如身高、骨量、营养状态等）。因此，建议由有经验的多学科团队（包括内分泌、儿科、精神心理专业等）共同监测和指导。

不提供用药信息，请咨询专业医生。

1. Mitzi. Puberty Blockers: A Review of GnRH Analogues in Transgender Youth [EB/OL]. *Transfeminine Science*, 2022. 中译本：《有关 GnRH 类似物作为青春期阻断剂用于跨性别青年的评述》
2. Polly Carmichael, et al. Short-term outcomes of pubertal suppression in a selected cohort of 12 to 15 year old young people with persistent gender dysphoria in the UK [EB/OL]. *PLOS ONE*, 2021. [doi.org/10.1371/journal.pone.0243894](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0243894)
3. Aly. An Introduction to Hormone Therapy for Transfeminine People [EB/OL]. *Transfeminine Science*, 2018. 中译本：《女性倾向跨性别者的激素治疗简介》
4. Wesley Jim Goedegebuure, et al. Cognition, Health-Related Quality of Life, and Psychosocial Functioning After GH/GnRHa Treatment in Young Adults Born SGA [J]. *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism*, 2018, 103(11):3931–3938. [doi.org/10.1210/jc.2018-01463](https://doi.org/10.1210/jc.2018-01463)
5. Cleveland Clinic. What Are Puberty Blockers? [EB/OL]. [health.clevelandclinic.org/what-are-puberty-blockers/](https://health.clevelandclinic.org/what-are-puberty-blockers/)
6. 米内网. 医药大省集采结果来了，丽珠、石四药……成功突围 [EB/OL]. [menet.com.cn/info/202212/2022122010030131\\_144992.shtml](https://menet.com.cn/info/202212/2022122010030131_144992.shtml)
7. 浙江省药械采购平台. 关于公布浙江省公立医疗机构第三批药品集中带量采购中选结果的通知 [EB/OL]. [zjyxcg.cn/detail.html?infoid=5881&CatalogId=3](https://zjyxcg.cn/detail.html?infoid=5881&CatalogId=3)
8. 福建省药械联合采购中心. 关于公布2022年福建省药品集中带量采购中选结果的通知 [EB/OL]. 福建省医疗保健局, 2022. [ybj.fujian.gov.cn/ztzl/yxcg/ggtz/202211/t20221114\\_6047117.htm](https://ybj.fujian.gov.cn/ztzl/yxcg/ggtz/202211/t20221114_6047117.htm)

# 比卡鲁胺片

请仔细阅读说明书并在医师指导下使用药物。

## 基本信息

地区	上市状态
中国内地	
香港	是
新加坡	

药品通用名称：比卡鲁胺片

- 药品商品名称：康士得 / CASODEX
- 药品英文名称：Bicalutamide Tablets
- 生产企业名称：CORDEN PHARMA GMBH
- 性状：白色薄膜衣片，除去包衣后显白色
- 规格：50mg × 28 片，150mg × 28 片

## 注意事项

中、重度肝损害的病人应慎用； 在开始使用前应当检测血清转氨酶水平，并在服药开始 6 个月内定期监测<sup>1</sup>； 有遗传性半乳糖不耐受、Lapp 乳糖酶缺乏症或葡萄糖-半乳糖吸收障碍的患者不得服用； 不可与特非那定、阿司咪唑或西沙比利联合使用。

## 使用方式与用量

口服，每日 50mg<sup>2</sup>

## 副作用

- 严重肝脏损伤<sup>3 4 1</sup> 如发现请立即停药！

- 多发生于服药开始的 6 个月内。主要表现为肝转氨酶水平升高，严重时可引起肝衰竭甚至死亡<sup>4</sup>。
- 其它迹象包括：恶心、呕吐、腹痛、疲倦、食欲不振、类似流感的症状（发热）、小便黄赤、黄疸（皮肤/眼球发黄）等<sup>15</sup>。
- **肺毒性：**极罕见，但可能发展成间质性肺炎、嗜酸性肺炎等严重症状<sup>4 1</sup>。
  - 亚洲人种的这项风险远高于其他人种<sup>1</sup>。
  - 相关迹象包括：气喘或气短、咳嗽、咽喉炎（通常表现为咽痛）等<sup>1</sup>。
- **其它症状：**腹泻、便秘、头晕、干皮、瘙痒、皮疹、乏力、水肿、皮肤光线敏感度改变、尿血、尿频、贫血（肾衰竭）等<sup>6 5</sup>。

## 成分信息

- 有效成分：比卡鲁胺
- 化学名称：(±)-N-[4-氟基-3-(三氟甲基)苯基]-3-[(4-氟苯基)磺酰基]-2-羟基-2-甲基丙酰胺
- 分子式：C18H14N2O4F4S
- 分子量：430.37

- 
1. [女性倾向跨性别者的激素治疗简介](#)
  2. [有关女性倾向跨性别者使用比卡鲁胺之剂量的讨论（英文）](#)
  3. [有关比卡鲁胺 \(Casodex\) 用于女性倾向跨性别者的信息汇总（英文）](#)
  4. [比卡鲁胺在女性化激素治疗方面的使用状况，以及医学界对其的接受情况](#)
  5. [Casodex 药品说明书（英文）](#)
  6. [维基百科：比卡鲁胺的副作用（英文）](#)

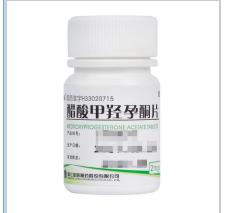
# 醋酸甲羟孕酮（安宫黄体酮）

请仔细阅读说明书并在医师指导下使用药物。

醋酸甲羟孕酮（Medroxyprogesterone Acetate, MPA），是一种类固醇孕激素，具有抗促性腺激素作用，可以抑制体内雄激素水平。<sup>1</sup> 在无法获取到 醋酸环丙孕酮（Cyproterone Acetate）时可作为替代品服用，但效果稍差。<sup>2</sup>

## 基本信息

### 醋酸甲羟孕酮片

品牌	厂商	规格	性状	批准文号	包装图片
仙琚®	浙江仙琚制药股份有限公司	2mg × 100 片/瓶	白色片	国药准字 H33020715	
创盈® 斯利安®	北京斯利安药业有限公司	250mg × 30 片/瓶		国药准字 H11021562	
博泰维康®	南京臣功制药股份有限公司	2mg × 100 片/瓶	双凸、椭圆形	国药准字 H41025341	
法禄达® FARLUTAL®	Pfizer Italia s.r.l.	500mg × 30 片/盒	白色片	H20140648	

商品名：醋酸甲羟孕酮片

# 说明

- 国内还有其他批准上市的品牌，未完全列出

## 使用方式与用量

- 服用方式：口服
- 建议使用剂量：**10 ~ 20 mg/天<sup>3</sup>**
- 达到效果的情况下尽量减少用量。
- 停药时须逐步减药。

## 副作用

- **血栓栓塞性疾病**：可能导致血栓栓塞和血栓性疾病（例如，血栓性静脉炎、肺栓塞、脑血管功能不全、冠状动脉闭塞、视网膜血栓形成、肠系膜血栓形成）。<sup>4 5</sup>
- **抑郁**：MPA 可能会导致抑郁风险升高。<sup>5</sup>
- **对肝脏的影响**：可能会导致肝功能障碍（如黄疸）。使用前应当检查**肝功能**并定期检查，如果出现或怀疑有此类影响，请停止服用并重新评估风险。<sup>4</sup>
- **乳腺癌风险**：与雌二醇合用时可一定程度提高其风险。<sup>5</sup>
- **对视力的影响**：可能会出现原因不明的突然或逐渐丧失部分或全部视力、眼球突出或复视、视乳头水肿或视网膜病变。<sup>5</sup>
- **肾上腺抑制**：MPA 可能会导致肾上腺抑制并可能干扰碳水化合物代谢，但不会导致糖尿病。<sup>4</sup>
- **男性化症状**：MPA 仍有微弱雄激素效力和糖皮质激素效力，可能引起痤疮、体毛生长、脱发等雄激素敏感症状。<sup>4</sup>
- **体重变化** <sup>5</sup>
- **体液潴留** <sup>5</sup>

## 成分信息

- 有效成分：醋酸甲羟孕酮 (Medroxyprogesterone Acetate)
- 化学名称：6 $\alpha$ -甲基-17 $\alpha$ -羟基孕甾-4-烯-3,20-二酮醋酸酯
- 分子式：C<sub>24</sub>H<sub>34</sub>O<sub>4</sub>
- 分子量：386.53
- CAS RN：71-58-9

- 
1. Medroxyprogesterone Acetate (Pharmacology)
  2. Hormone treatment of the adult transsexual patient
  3. Medroxyprogesterone Acetate in Gender-Affirming Therapy for Transwomen: Results From a Retrospective Study
  4. Medroxyprogesterone Acetate (Side effects)
  5. Cautions for medroxyPROGESTERONE...

# 螺内酯片

请仔细阅读说明书并在医师指导下使用药物。

螺内酯是保钾利尿药，用于治疗心衰、低钾血症和高血压等。但是，它也会阻断雄激素受体，从而具有抗雄激素特性；不过其效力较弱，需服用较大剂量方可充分起效（尿频等副作用也更明显）。

## 基本信息



药品名称：螺内酯片

英文名称：Spironolactone Tablets

## 注意事项

开始服用螺内酯前，血清钾应小于 5.0mmol/L，肾功能应正常，服用螺内酯后定期监测血钾和肌酐<sup>1</sup>；避免过多食用富钾食品，如香蕉、海带、含钾代用盐等； 不得同时服用其它利钾药物； 多喝水。

## 使用方式与用量

口服。每天 40 - 200mg. 分多次服用。 (部分包装有令人不适的苦味)

## 副作用 <sup>1 2</sup>

- **高钾血症**: 螺内酯最严重的副作用，可导致住院甚至死亡。
  - 有以下风险因素者应慎用螺内酯：高年龄（超 45 岁）、肾功能不全、与其它利钾药物合用、钾补剂的服用等。
- 尿频
- 血压过低
- 低钠血症
- 头晕
- 疲倦、困乏
- 干皮、皮疹
- 运动失调
- 皮质醇水平升高
- 胃肠道反应，包括恶心、呕吐、腹泻、胃痉挛、胃炎等

## 成分信息

- 有效成分：螺内酯 (Spironolactone)
- 化学名称：17 $\beta$ -羟基-3-氧-7 $\alpha$ - (乙酰硫基) -17 $\alpha$ -孕甾-4-烯-21-羧基  $\gamma$ -内酯
- 分子式： $C_{24}H_{32}O_4S$
- 分子量：416.57

- 
1. [女性倾向跨性别者的激素治疗简介](#)
  2. [维基百科：螺内酯的副作用（英文）](#)

# 色普龙 (醋酸环丙孕酮)

请仔细阅读说明书并在医师指导下使用药物。

醋酸环丙孕酮 (Cyproterone Acetate) , 是一种常用的抗雄药物，常见的商品名有 Androcur® (安得卡) , Siterone®等。

醋酸环丙孕酮有很强的孕激素作用! 1 mg/24h 的剂量已具有女性排卵抑制作用，而子宫内膜转化剂量为 1–3 mg/24h (Wiki-Table; Endrikat et al., 2011)

## 基本信息

### Androcur® (安得卡)

地区	上市状态
中国内地	无
台湾	衛署藥輸字第 012554 號
香港	HK-46443



商品名: Androcur®

简称: 土色、台色 (在台湾销售的 Androcur)

厂商: 拜耳

产地: 土耳其

规格: 50mg × 50 片, 100mg × 30 片

### Androcur®

由拜尔德国分公司生产、销售的 Androcur®，简称德色。

规格	10mg	50mg
包装示例		
每盒定量	45 片	50、100 片
制造商	德国拜耳	
分销商（品牌）	axicorp Pharma (Bayer) Jenapharm Kohlpharma (Bayer)	Jenapharm Kohlpharma (Bayer)

## Siterone®



- 商品名：Siterone®
- 简称：新色
- 厂商：REX
- 产地：新西兰
- 规格：50mg × 50 片, 100mg × 50 片

## 华典®醋酸环丙孕酮片



- 商品名：华典®
- 简称：国色
- 厂商：武汉九珑人福药业有限责任公司
- 批准文号：国药准字 H20056637
- 规格：50mg × 24 片

## 说明

- 「日色」为醋酸氯地孕酮（Chlormadinone Acetate），同样具有抗雄激素活性<sup>1</sup>，但并非醋酸环丙孕酮，请不要误用

## 使用方式与用量

- 服用方式：口服（无明显味道）
- 建议使用剂量：**5 ~ 12.5 mg/天<sup>2</sup>**
  - 多项研究发现 10 mg/天左右剂量已可最大程度抑制睾酮，且效果与高剂量一致<sup>2</sup>。最新发布的《跨性别及性别多元化人群健康护理标准》第八版 (SOC 8) 亦建议 10 mg/天的剂量<sup>3</sup>。
  - 超出建议剂量会有更大的副作用与健康风险（见下）；低于建议剂量可能会使睾酮抑制效果不充分。
  - 可用切药器切为四片（即每份 12.5 mg），每 1 ~ 3 日一服。
- 达到效果的情况下尽量减少用量。
- 建议适量补充维生素 B<sub>12</sub>。
- 停药时须逐步减药。

## 副作用

- **脑膜瘤风险：**色普龙可能诱发脑膜瘤，风险与剂量和使用时长正相关。建议尽可能以更小剂量服用；如累积剂量已很大，建议进行核磁共振扫描 (MRI)<sup>4</sup>。
- **抑郁：**色普龙会导致抑郁风险升高<sup>5</sup>。主要原因是色普龙对于生理男性起到了抗雄激素和潜在的糖皮质激素作用，并可能诱发维生素 B<sub>12</sub> 缺乏<sup>6</sup>。有必要适量补充维生素 B<sub>12</sub>。
- **高血压与高血糖：**色普龙可能会提高体内胰岛素抗性，从而引起血糖偏高<sup>7</sup>。糖尿病患者应慎用<sup>8</sup>。
- **血栓与乳腺癌风险：**与雌二醇合用时可一定程度提高其风险<sup>7</sup>。

- **高泌乳素水平**: 色普龙可明显增加泌乳素水平，且随剂量上升，严重时可引起**垂体泌乳素瘤**。应定期检查泌乳素水平<sup>2</sup>。
- **肝毒性**: 色普龙最严重的副作用，与剂量相关，表现为肝转化酶水平升高；严重时可引起**肝衰竭甚至死亡**<sup>2</sup>。使用前应当检查**肝功能**并定期检查<sup>9</sup>。
- **暂未明确** 过早导入色普龙（尤其高剂量）可能造成乳房发育不良<sup>7</sup>。

## 成分信息

- 有效成分：醋酸环丙孕酮 (Cyproterone Acetate)
- 化学名称：6-氯-1 $\alpha$ ,2 $\alpha$ -亚甲基-3,20-二孕酮-4,6-二烯-17 $\alpha$ -醋酸酯
- 分子式：C24H29ClO4
- 分子量：416.94

- 
1. Chlormadinone acetate
  2. 低剂量的醋酸环丙孕酮足以最大限度地抑制女性倾向跨性别者的睾酮水平
  3. Standards of Care for the Health of Transgender and Gender Diverse People, Version 8
  4. 法国关于醋酸环丙孕酮和脑膜瘤风险的研究的最新进展以及对女性倾向跨性别者的影响
  5. The journal of clinical endocrinology & metabolism
  6. Clinical and experimental dermatology. Supplement … : CED.
  7. 女性倾向跨性别者的激素治疗简介
  8. 醋酸环丙孕酮片
  9. PRODUCT MONOGRAPH

## \* 抗雌激素药物

导读.....P51

雷洛昔芬.....P52

# 导读

谨以此文献给非二元人群或者暂时不想长胸的人。

**正常 HRT 的人不需要看这个！！**

我本是本着工作性质的原因，无法留长发及不好藏胸，才查阅资料写下这篇文章，希望能够帮到更多的人。

## 胸部发育

研究表明<sup>1</sup>，胸部发育程度基本和年龄之类的外界因素无关，不同的 HRT 方案只影响发育速度，不影响最终结果（从  $4.1 \pm 2.9\text{cm}$  增加到一年后的  $7.9 \pm 3.1\text{cm}$ ）。

## 选择性雌激素受体调节剂 (SERMs)

选择性雌激素受体调节剂(Selective Estrogen Receptor Modulators, SERMs) 是一类作用于雌激素受体 (ER) 的药物。SERMs 在不同组织中起到 ER 激动剂和拮抗剂的作用。SERMs 在各种组织中的作用不同，从而提供了选择性地在不同组织中起到类似雌激素的作用。

理想的 SERMs 在乳腺和子宫内膜中起到 ER 拮抗剂的作用，在其他部分则起到 ER 激动剂的作用（在雌二醇水平较高时，雷洛昔芬在骨骼中起到 ER 拮抗剂的作用）。

总而言之，SERMs 可以抑制胸部发育，在使用足够剂量时，可以阻止雌二醇导致的胸部发育。

## SERMs 的选择

SERMs 主要有他莫昔芬、雷洛昔芬<sup>2</sup>、巴多昔芬等。

目前能作为 HRT 方案的 SERMs 基本只有雷洛昔芬，他莫昔芬副作用更大一些，并不推荐使用，巴多昔芬还没过专利期，费用不是我们能接受的。

1. [Breast Development in Transwomen After 1 Year of Cross-Sex Hormone Therapy: Results of a Prospective Multicenter Study](#)
2. 雷洛昔芬

# 雷洛昔芬

## 雷洛昔芬的副作用

目前雷洛昔芬的研究主要是在绝经后妇女中进行，但还是具有一定参考价值。首先是血管扩张（潮热）风险提高了 40% 左右，如果有冠心病史，风险则提高近 70%。静脉血栓算比较严重的风险，包括深静脉血栓，肺栓塞和视网膜静脉血栓，相对危险性大概为 1.60（另一项研究为 1.44）。静脉血栓在用药开始四个月风险最高。还有小腿痛性痉挛的概率较大，大致在 5% 到 10%。**以上数据是贝邦盐酸雷洛昔芬说明书中给出的数据。**



另外，一项研究表明，120mg 每天的雷洛昔芬大约提高 20% 的睾酮水平。

论文研究了雷洛昔芬的风险<sup>1</sup>

最终结果 安慰剂组(N=5057) 雷洛昔芬组(N=5044) 95% 置信区间 P 值				
中风	224 (0.86)	249 (0.95)	0.92–1.32	0.30
静脉血栓*	71 (0.27)	103 (0.39)	1.06–1.95	0.02

最终结果	安慰剂组(N=5057)	雷洛昔芬组(N=5044)	95% 置信区间	P 值
非冠状动脉	81 (0.31)	107 (0.40)	0.87–1.17	0.07
心血管死亡	355 (1.34)	362 (1.35)	0.98–1.74	0.91
总死亡率	595 (2.25)	554 (2.07)	0.82–1.03	0.16

\*静脉栓塞包括肺栓塞、深静脉血栓形成、颅内（视网膜静脉）血栓形成三项，肺栓塞、深静脉血栓形成比例接近 1:2，颅内血栓形成数量较少

雷洛昔芬和雌二醇及常用的抗雄药物并不产生相互影响，雌二醇+雷洛昔芬的搭配因为导致子宫内膜增厚，所以研究不多，但这一点影响对于 mtf 来说可以忽略。其他相互作用可参见其说明书。

雷洛昔芬为肝脏代谢，因此定期的肝功能检查是必须的。

## 雷洛昔芬的 HRT 方案（不推荐长期使用）

雷洛昔芬的研究最多持续 3-5 年，更长期的用药风险是未知的，因此不推荐超过该期限使用。

大多数 HRT 方案中雷洛昔芬的使用量大都为 60mg，该用量很难完全抑制胸部发育（可能有着更小的发育效果，但用例太少，无法确定）。

使用贴片将雌二醇浓度保持在 80-100pg/ml，同时早晚雷洛昔芬 60mg 共 120mg。针对 120mg 的雷洛昔芬用量，最多有 3-5 年的研究，没有找到 10 年以上的长期研究，风险上不能确定。（个人使用 100μg 贴片，雌二醇浓度维持在 65pg/ml 左右，早晚雷洛昔芬 60mg 共 120mg）

- 
1. Effect of Raloxifene on Stroke and Venous Thromboembolism According to Subgroups in Postmenopausal Women at Increased Risk of Coronary Heart Disease

# 心理科 / 精神科

精神科医疗资源综述.....	P53
跨性别友好医生（心理咨询） .....	P55
介绍信.....	P56
关于 ICD-11.....	P58

# 精神科医疗资源综述

## 综述

- 未满 18 周岁时 大多数情况下需要家属陪同
- 未满 20 周岁时 无需家属陪同，**但仍需家属同意** 可以进行 **HRT** 治疗，但是根据《性别重置技术管理规范》要求无法进行 **SRS**

## 关于诊断标准

当前最新标准为 **ICD-11** 和 **DSM-5**

诊断标准	诊断代码	诊断名称	备注
ICD-11	HA60	性别不一致	
	LD2A	性发育畸形	
ICD-10	F64	性身份障碍	已过时
	F64.0	易性症	
	Q56	性别不清	
DSM-5		性别烦躁 (GD)	
DSM-4		性别认同障碍 (GID)	
CCMD-3	62.1	性身份障碍	已过时
	62.11	易性症	

「已过时」不意味着「已废止」，采用何种标准取决于院方系统

其中「性发育畸形」和「性别不清」是仅适用于「**两性畸形**」的诊断

**CCMD-3** 后被 **ICD-10** 取代，**ICD-11** 于 2022 年 1 月 1 日正式生效

**DSM-5** 中的“性别烦躁”有时也被称作“性别焦虑”

## 问诊问题

可能会询问下列问题

### 主要诉求

诉求以及性别认同相关经历  
首次确立性别认同的时间  
性别焦虑的表现形式与严重程度  
是否有做过染色体检查  
家族或直系亲属是否有精神疾病 及 心理障碍病史  
是否有进行 HRT  
家属是否知情  
家属的态度  
目前的个人诉求

在问诊中可能会要求做这些 [量表 \(P112\)](#)

## 诊断证明

目前已知的给出 **诊断证明** 的 **行为模式** 有如下几种（平行）

1. 目前仅少数医生会在 **首次诊断** 给出「易性症诊断证明」
2. 需要多位医生同时给出诊断结论（例如：上海精卫、山东精卫、等）
3. 设置半年至两年的 **观察期** 用以作为开具诊断证明的依据

## 通俗用语

- 「小证」：写有诊断的病历，一般可用于 HRT
- 「大证」：指正式的「诊断证明」，可用于手术
- 「假条」：写有诊断的假条，一般见于北京地区，可用于 HRT

# 跨性别友好医生（心理咨询）

本文档指在搜集 **了解跨性别** 或 **能够提供有益帮助** 的心理咨询医生，但是不能开具诊断证明。

省市	医院名称	科室	医生姓名	备注
北京市	北大附属第三医院	心理咨询科	韩萌	无开证权限
贵州省贵阳市	贵州医科大学附属医院		王艺明	
			郑蕾	
上海市	复旦大学附属华山医院		施慎逊	

# 介绍信

某些医院开具诊断证明需要介绍信，以下附几种样本。

## 北京大学第六医院模板

提示：此为北京大学第六医院参考介绍信样本。（2021-07-19）据门诊部护士称，实际需要的是【在读证明】（因为跨性别者需要的是 RLE 而不是休学嘛）。

这种证明在很多 211 院校可以自助打印（甚至往往没有有效期限限制）从而避免向师长出柜，不过姐妹们有条件的话最好还是让对跨性别友好的辅导员或导师书写额外说明和签字。

另外，2022 年起由于「性别不一致」在 ICD-11 中的去精神疾病化，流程中的「明确疾病诊断」一步的实际操作可能发生变化，有待其他姐妹补充。

## 北京大学第六医院模板

### 开具诊断证明流程。

预约挂号（不能开诊断证明的专家：白京生、张坚学、张艳

平、南振国、王锦霞）——拿介绍信（必须有）去二楼门诊部

审核（诊断证明交给谁，谁给出介绍信）——分诊台分诊——

医生评估——咨询台盖章。

介绍信原件模板（根据患者情况可修改）。

北大六院：

XXX 为我校 \_\_\_\_ 年级 \_\_\_\_ 班（系）学生，因身体原因需要办理休学（复学）手续，需要贵院出具诊断证明，请协助配合。

XXX 学校 公章、日期。

## 中国科学院大学

### 介绍信

北大六院：

\_\_\_\_ 为我校 大一 年级 6 班学生（中国科学院大学 学校  
计算机科学与技术 专业学生），需要贵院出具诊断证明，请协助配合。



东南大学



**东南大学介绍信**

东大介 字第 0017264 号

南京脑科医院：

兹介绍我校( )等同志  
前来你处 就诊并开据诊断证明

至时请接洽并希给予协助为盼

此致

敬礼

有效日期 7 天

  
2020年 8月 20 日

地 址：南京江宁开发区东南大学路2号 电话：(025)52090033  
邮政编码：211189 传真：(025)52090000

苏州大学



**苏州大学外国语学院  
介绍信**

南京脑科医院：

兹介绍我院( )同志(系<sup>学生</sup>)  
等<sup>壹</sup>人，前来你处 就诊并开据诊断证明

请接洽为荷。

(有效期 10 天)

苏州大学外国语学院  
2020 年 10 月 12 日

# 关于 ICD-11

ICD-11 是「国际疾病分类第十一次修订本」的简称

官网: [icd.who.int/browse11/l-m/zh](http://icd.who.int/browse11/l-m/zh)

2022 年中国大陆各个医院将陆续推行 ICD-11 系统

## 主要影响

### 精神科

部分实行了 ICD-11 的精神卫生中心将无法开出带有「**易性症**」的诊断证明, 此时可以要求医生开具带有「**性别不一致**」的诊断证明。 (后者不属于精神障碍, 可以忽悠更多的精神科医生开证明)

### SRS

《性别重置技术临床应用管理规范 (2022 版)》中增加了「性别不一致」的称呼、删除了扭转治疗的内容、下调年龄至 18 岁

#### 三、技术管理基本要求

(三) 实施主体手术前, 手术对象应当提供如下材料并纳入病历:

2.有三级医院精神科或心理科医师开具的**易性症 (性别焦虑, 或性别不一致) 诊断证明。**

(四) 手术前手术对象应当满足以下条件:

2.术前接受心理、精神治疗 1 年以上且无效。

3.年龄满 18 岁, 具备完全民事行为能力, 有能力完成性别重置序列治疗。

## 进展

2022 年 1 月 8 日更新

据上海长海医院(411)赵烨德以及上海九院跨性别专科(以上两家医院截止更新日期均未实行 ICD-11)提供的消息, 实行 ICD-11 后, 开具 HRT 处方和接受性别重置手术仍然需要提供精神科开具的证明(可

能指新的「性别不一致」诊断证明，流程和之前的「易性症」证明一样）。具体的流程几乎不变，只不过是诊断证明的名称会变化。

# HRT 医疗资源综述

## 综述

1. 未满 16 周岁时 青春期的情况下需要使用 GnRH 类似物进行青春期阻断治疗
2. 未满 18 周岁时 已满 16 周岁未满 18 周岁时，可以进行常规激素治疗，原则上需要监护人同意
3. 已满 18 周岁时 可以进行 HRT 治疗。但是多数医生仅能为其开具 HRT 处方，对于 HRT 指导普遍较为保守

## 提供 HRT 指导

目前仅有如下医院提供 HRT 指导

1. 上海九院 | 程辰
2. 北医三院

## 仅开具 HRT 处方

目前国内能合法开具的 HRT 处方有如下药品

雌二醇药品

- 补佳乐® 戊酸雌二醇片
- 雌二醇凝胶 爱斯妥 健民雌二醇凝胶

抗雄激素药品

- 醋酸环丙孕酮 华典
- 螺内酯

但是需要自行 进行激素检查 (P7) 来调节用药 具体用药方法参见 HRT 综述 (P2)

# SRS 性别重置手术

术前科普.....	P62
手术技术.....	P63
术后护理.....	P65
证件变更指引.....	P78
学籍学历变更指引.....	P83
SRS 综述 (中国大陆) .....	P86
SRS 综述 (泰国) .....	P88
SRS 综述 (美国) .....	P90

## Why SRS? SRS 能做到什么? 我应当考虑 SRS 吗?

SRS 并不是对每个跨性别者都是必须的，其直接作用仅仅是将生殖器官重塑为女性形态，且获得包括插入式性交在内的部分功能，以及在一些国家得以修改法律性别的权利。

在社会身份等方面，SRS 的影响是相对间接的。此外在进行良好的 HRT 的基础上，SRS (或单进行性腺切除) 对内分泌方面进一步女性化的影响相对有限，而长期 HRT (即使使用色普龙) 的风险也并非不可控。

WPATH 指南对 SRS 在术前的 HRT 和 RLE 时长上有着严格的规定，但每个个体的状况不一。

性别焦虑有着不同的指向：

一个人可能会看重女性的社会身份和他人的认同，也可能会重视着装和外在身体特征上的女性化，亦有可能着重在意第一性征。一个人身上常常不同程度地同时存在指向所有这些方面的性别焦虑，但也可能在某些方面相对较轻或并不存在。

同时，不同的个体的需求程度也有区别：

一些个体无法接受以未 SRS 的身体生存，一些个体尽管强烈寻求 SRS 但也能在一段时间内正常生活，而对另一些个体而言 SRS 可能只是能够让生活更加舒心的选择。有的个体长期稳定地以女性外观和身份生活，但有时可能因生理或法律文件上的性别遇到麻烦，这时对她而言也许有（亦或是没有）意愿和机会基于自己的安排选择适时 SRS. 也有个体的性别认同长期受到压抑，被自己所厌恶的第一性征所折磨，这时即使没有经历 RLE 或 HRT，也许对她而言立即 SRS 也是更优的选择，而她也有能力基于自身状况合理地做出判断。但同时也有一些个体，对 SRS 的效果有着不切实际的幻想，因在术后并没有得到期望的社会身份转变而失望乃至后悔。

每个人都应当认清自己的心理诉求，理性地分析利弊做出选择。毕竟，SRS 往往能直截了当地解决第一性征的问题，但对其他方面的性别焦虑并不能直接地起到作用，而就和 HRT 一样，进行 SRS 的决定是不可逆的，在困扰与痛苦中蹉跎的时间同样是不可逆的。

一个残酷的现实是，即使是完整的转变之后，我们也只是近乎得到了地球上另一半人生来就有的东西。在完成 SRS 以外，我们还有其它各方面的转变，以及更加重要的，其它所有的人生目标与追求。将 SRS 或转变视为唯一的人生目标，为之牺牲其它重要的机会，很可能是不明智的。

# 手术技术

## SRS 手术方式

SRS 根据阴道再造的方式常可分为以下几种，包括

### 1. 使用皮瓣的 SRS

利用现有器官的皮片 (graft) 或皮瓣 (flap) 作为阴道。

经典的皮瓣 SRS 采用阴茎翻转 (Penile Inversion, PI) 技术，使用带蒂的阴茎皮肤翻转作为阴道，用阴囊皮肤来成形外部结构，手术简便，少有严重并发症，但由于解剖结构的限制外观较难做到足够精细。较长的阴茎也许更适合纯粹的 PI 术式，而阴茎较短的情况可能需要考虑其他术式。

另一类技术 (所谓的非 PI 技术) 使用取自阴囊的游离皮瓣作为阴道，使用阴茎和包皮皮瓣等组织来成形外部结构，这样医生能利用这些组织实现更加贴近顺性别女性的结构，但缺点在于恢复期长，对通模具要求更高。近年来采用 PI 技术的医生也往往会结合使用阴囊皮瓣以及其它组织如尿道黏膜，从而使得手术结果得以改善。

皮瓣 SRS 共有的缺点是阴道内壁缺乏分泌液，因此尽管仍有尿道球腺和前列腺等腺体的分泌，使用中往往很难足够，此外皮瓣 SRS 对原有器官有一定要求：器官较小、HRT 时间过长、开始时间较早或之前施行过包皮环切或睾丸切除的情况下，可能会出现材料不足，造成深度不足或外观不佳，有时需利用腹股沟皮瓣。

### 2. 使用结肠的 SRS

开腹或使用腹腔镜取一段乙状结肠作为阴道，而外部结构仍使用原有器官的组织成形，优点在于对于原有器官没有过多要求，有自然分泌 (由于取自结肠因此具有较大的异味)，可以获得非常充足的深度，且相对不易萎缩对通模具要求更低，但缺点在于价格稍高，手术更加复杂，会有更高的并发症风险，将来发生消化系统问题如肠梗阻的风险会有一定提升，同时会在腹部留下疤痕。此外，如果其它方式的 SRS 出现问题，如发生阴道萎缩或深度不足的状况，也可以通过结肠 SRS 来重新手术。

### 3. 使用其它材料的 SRS

包括腹膜和生物补片等，这类技术仍相对不成熟，目前实施这类技术的有北美的 “Dr. Ting” 和 “Dr. Bowers”，此外泰国的 Kamol 也引入了这样的技术。其优点在于能有更加自然的分泌，对原有器官没有过多要求，不过其耐用性尚存疑问。需要注意的是，腹膜术后的萎缩往往比较严重，有案例萎缩约 1 ~ 3 英寸左右，甚至全部萎缩。

### 4. 零深度 SRS

只进行外阴成形而没有较深的阴道，适用于没有相应需求的对象。这类手术优点在于相比一般的 SRS 简便、低风险，恢复期短得多，也不需要通模具。

当前中国对于性别鉴定不会特别测量阴道深度。

无论使用上述哪种方法处理阴道，外阴部分通常都用原有器官的组织成形，且利用原有的神经实现性感觉。不同的医生即使采取相同的术式，技术也会有明显的差异，需要考虑各方面因素。

## 理想的 SRS 应当向以下方面靠齐

(下述为的绝对完美效果，不同医生会有各自擅长的方面)

外观上各方面与一般女性难以区分，满足有结构完整清晰自然的大阴唇和小阴唇，小阴唇完全包裹阴道口和带有尿道口的阴道前庭，其外两侧为大阴唇，有结构自然的、连接阴蒂系带、被阴蒂包皮包裹的阴蒂，阴道口下方有结构自然的阴唇系带和后联合，各个组织颜色自然，距离肛门距离适中，各个结构在水平和垂直方向上位置自然；阴蒂与小阴唇感觉良好，阴蒂能够正常勃起，但外阴尤其是尿道口没有多余的海绵体，能够高潮，同时内部也能利用前列腺达到阴道高潮；阴道深度和开口结构能自然地进行性交，没有多余组织；没有严重的并发症或其它问题，日常生活或性交时不会疼痛或摩擦不适，阴道内和阴唇内侧、阴道前庭等区域没有毛发生长。

有的医生能做到接近完美难以与顺性别女性区分，也有的医生能做到的仅仅是切除原有器官并造腔，上述要求都难以达到，因此医生的选择非常重要。但同样需要注意的是，即使是最富经验的医生也无法做到完全完美的效果，而且由于医生本身的失误或手术对象体质差异的原因总有一定的风险手术效果不尽人意甚至发生更严重的后果。SRS 本身是一个非常复杂的手术，可能有非常严重的并发症，包括手术失败，导致大出血乃至死亡；术后发生阴道狭窄、萎缩或脱垂，阴道或外阴撕裂，肠道或尿道阴道瘘，尿道狭窄，阴唇或阴蒂坏死，神经受损导致敏感度丧失，及深静脉血栓，以及持续的出血、肉芽组织增生或其它红肿症状等炎症等。在搜集相关资料时，无论对哪一位医生都能找到许多正面和负面的报道，需要综合考虑。

# 术后护理

本页面内容仅供参考。 禁食、扩张等方面各个医生会有不同的安排，请与医生充分沟通；购置药物等同理，医院通常会提供部分可能需要使用的药物，或告知患者哪些药物需要自行购买。

## 术前物品准备

注：其中不包含医院会提供的如模具等

一些下面列出的物品和药物医院也有可能提供，请视情况准备

### 衣物

1. 睡裙或其他宽松衣物
2. 拖鞋 - 你不会想弯腰系鞋带的

### 一次性护理物料

多数卫生巾只会标长度而不会标宽度，在购买时建议不要选用太宽的，以免卡在阴部造成不适。日用的一般不会太宽。

同时术后初期也不建议选用带清凉、香味的卫生巾，以避免薄荷冰片等物质造成的刺痛及香料带来的其他风险。

护垫尽量不要选用尺寸过小的类型，以免在穿戴过程中护垫滑动造成不适。

容易过敏者可以尝试可重复使用的有机棉卫生巾。

中国销售的润滑液中较为好用的产品有：

**杰士邦透明质酸钠润滑液** （医疗器械级）

**杜蕾斯 KY**

**小怪兽元气肽** （很粘稠）

1. 防水床垫或者护理垫，平时防止伤口渗漏与日常通模具用
2. ps：通模具的时候先在护理垫上面垫一些纸巾可以避免润滑剂和液体沾染护理垫以至于通一次丢一张
3. 日用卫生巾（结合自己体形选用，一般 25cm 可用）

4. 夜用卫生巾
5. 纱布卷、纱布垫（不粘）
6. 医用/外科胶带、纸胶带、布胶带或防过敏胶带
7. 润滑液（最好选购偏粘滞的，如医院有要求，请遵医嘱）。懒得仔细清理模具的可以用避孕套套在模具上，不过避孕套自带的润滑往往不够

## 药物

注意：由于可能的风险 药物使用请先咨询医生

常用药：

1. 止痛药
  - 对乙酰氨基酚或者布洛芬一般管用
  - 可待因，曲马多等阿片类药物(国内多为管制，应去医院疼痛等科室寻求医嘱)
2. 消炎药
3. 盐酸利多卡因凝胶 - 局部镇痛 如早期通模具

创口处理用：

1. 林可霉素利多卡因凝胶 - 用于防止感染和止痛
2. 克林霉素乳膏
3. 金/红霉素眼膏 - 用于防止感染，同时在特定医院亦作辅助扩张用处
4. 云南白药粉
5. (尼美欣) 甲硝唑阴道凝胶 - 炎症、肉芽
6. 双唑泰乳膏 (OTC) - 炎症、肉芽

美观处理：

1. 疤痕护理凝胶和贴片、聚氨酯贴片 - 可能发炎，请去问医生
2. (喜辽妥) 多磺酸粘多糖乳膏- 用于预防色素沉淀
3. 肝素钠尿囊素凝胶 - 用于消除凸出、鼓出的刀疤

可能用到的实用药品：

1. 糖皮质激素类（如「液体ムヒ」） - 用于解决长期贴胶带引起的红肿过敏
2. Benadryl 或其他抗组胺药，用于治疗瘙痒、荨麻疹
3. 纤维素饮料或冲剂，以对抗止痛药引起的便秘（比沙可啶（Bisacodyl）等泻药也可短期适用于术后因为止痛药引起的便秘，不可长期使用）。
4. 止咳药水、姜咀嚼片、姜茶、冰硼含片、金嗓子等等，用于治疗插管引起的喉咙痛。
5. 止吐药（Dramamine、Gravol、东莨菪碱贴片）以防止呕吐
6. 开塞露或类似的药物 - 一些医生给你的止痛麻醉药物会让你便秘。

## 其他方便生活的物料

1. 可弯折的粗吸管（如需食用流食）
2. 可弯折的吸管/带吸管的杯子（卧床期间喝水）
3. 小桌板
4. 将您常用物料放在床头
5. 甜甜圈坐垫、孕妇枕、宜家鲨鱼等等，确保您有足够的枕头来支撑自己。泰国医院一般会 give 一个甜甜圈。酒店的枕头一般也够用。
6. 文件袋，改证必备，尤其是泰国返回

## 娱乐办公

1. 这可能是你重拾电视机的机会（?）
2. 笔记本电脑的使用需要小桌板
3. 如果还不能躺坐起来，请安心玩手机。平板电脑、Nintendo Switch 躺着玩还是挺费力的。

## 术后进食考虑

术后以流食、半流食逐渐适应饮食，出院后应食用高蛋白食物，保证丰富的营养，以利于伤口愈合、身体复原。一些医院术后禁食的要求是由于担心排泄、排遗污染术区。（一般禁食七天，期间予以抗生素治疗和营养液补充养分）

术后初期不要过度摄入卡路里和糖分。吃低钠饮食，包括天然、未加工的食物，包括新鲜水果（特别是柑橘、菠萝）和蔬菜，以及足够的蛋白质。避免煎、炸、烤、熏类食品。避免膨化食品，如薯片。避免辛辣。避免坚果（花生、核桃、腰果）、海鲜、韭菜、芒果。

## 活动

术后避免运动一般以避免缝合处开裂和避免感染等为目的。

术后一段时间内，术者需要卧床和回避运动。术者卧床的时间应随外科医生（出于防范预后风险的必要）要求、术式和护理条件而定。卧床时，应适当翻身，以避免褥疮。平卧时，避免使用腰枕，以防止血流聚集于会阴缝合口处造成不必要的问题。（<sup>^</sup>来源未知 群友说的）

不再需要长时间卧床之后，不要做剧烈运动，避免容易导致生殖器部位急性过度拉伸的运动，包括瑜伽、有氧舞蹈、普拉提、游泳、下蹲和举重物，及任何可能对生殖器部位造成压力的活动，如，爬山上坡、骑马、骑自行车或骑摩托车，及避免水中运动。

但应适当短距离散步以促进恢复。

## 就坐

术后一个月内，就坐可能感到不适，但并非不安全。建议采用环形圈垫（即「甜甜圈」）缓解手术部位压力。环形垫圈应在购物网站上或医疗器械商店以「尾椎骨折垫」或「痔疮垫」等关键词购买。若无医生许可，应避免使用 U 型的睡眠颈枕，以免不小心坐偏了对术处造成压力。

## 出行

尽管一些术者的身体恢复状况足以在出院时就足以长时间行走并自行乘坐交通工具，考虑到避免运动的要求和突发情况，我们仍然建议您在不得不乘坐交通工具时使用轮椅，尤其是当您在您不熟悉的地区时。

若您乘坐飞机，建议您和您的医院联系（一些医院或诊所会主动提供一份可递交给航空公司的轮椅申请书，某些医院或诊所提供将您转运到机场的服务），提前预定机票，并查询对应航空公司提供的服务，提前 1 到 3 日内向出发机场或航空公司预约轮椅等 disable aid service，在出行当天较平时早若干小时到达机场，由机场或航空公司工作人员将您转运上飞机。头等舱商务舱可以获得更舒适的躺卧，但并非必需选择。

若您乘坐火车，国内在 12306 APP 上可申请重点旅客。

另请注意，请勿在短期内预料到需要乘坐火车飞机等实名制交通工具出行的情况下匆忙于当地修改证件，会造成不必要的麻烦。

## 关注方面：卫生工作与阴道分泌物

术后，尤应重视卫生工作。一方面，良好的卫生情况能有效地预防术后感染，另一方面，恢复期身体无异味无不适感受有助于改善术者的心理健康状况。

### 洗浴/淋浴

术后住院（或于指定酒店居住）期间，医院会提供不同级别的护理服务，可能包括擦洗身体等。

在医生允许，可以酌情进行淋浴（shower，不将下身进入水中），可参考与痔疮手术、包皮环切术类似的护理要求，即：外阴部分伤口愈合之后可以碰水。卫生要求高者可以考虑携带或购买与痔疮手术、包皮环切术类似的塑料防水袋。

同时，一般要求在扩张前后特别清洗手术部位，亦不应在洗澡时佩戴模具。

对于沐浴（bath，俗称泡澡）尤其是长时间浸入水中或使用入浴剂的沐浴，需要谨慎。绝大部分医院持保守看法，不建议在术后短期内泡澡；部分医院对术后不可沐浴（泡澡）时间的建议从一个月到三个月不等。尤其是，即使外观上看起来已经愈合，当手术部位仍然可以观察到可吸收缝线时，不要在浴缸里泡很长时间。长期暴露在温水中会软化皮肤，使任何残留的缝线更容易撕开。

沐浴湿巾、身体湿巾、**干洗洗发水**（如果您经常洗头，当您无法淋浴时，您可能会发现这很有用。）

淋浴或洗浴的流程：

1. 像平常一样洗澡
2. 用少量抑菌物质溶液（包括聚维酮碘洗剂、洁尔阴洗剂、氯己定洗剂等）清洗会阴，不必清洁阴道，然后用清水将抑菌液洗掉。
3. 注意聚维酮碘会灼伤皮肤，不宜过度使用；其余洗剂亦会破坏阴道菌群、减慢愈合速度，不宜每天应用。
4. 用婴儿湿巾或毛巾通过轻拍的方式吸干会阴水分。（不要用纸巾，不要擦拭）
5. 在整个会阴（从阴蒂到阴唇）涂抹抑菌霜

对于一般的身体洗浴（淋浴）或卧床期间迅速清洁身体，可以准备的方便物品有：

1. 免洗用品：干洗洗发水和婴儿湿巾、沐浴湿巾、身体湿巾（长期卧床时使用）、**抗菌皂、洗手液**
2. 淋浴用品：淋浴软管和淋浴头（以保证手术部位干燥）、长柄沐浴海绵（以避免弯腰）、下体沐浴护套

另请勿在术后短期内游泳。

## 如厕、清洗手术部位

术后对阴道应进行特殊级别的清洗和适当涂抹抑菌药物。如厕时，应注意擦拭和清洗方式，如从前往后擦拭（这并不是术后护理的需求，而是女性生理结构的需求）等。

大小便如厕后，仔细清洁会阴处。用淋浴喷头或马桶盖清洗，或用湿巾从前到后擦拭，避免粪便进入阴道。洗手后，用手来清洗生殖器，并用湿巾擦干。向阴蒂或阴唇（不要涂抹在阴道内）涂抹消毒抑菌药物。

在基本愈合后，如厕后不再需要即时冲洗。但需注意，女性小解后也需用纸巾吸干（而非大力擦拭）以防止感染，不能像过去那样抖一抖就提裤子。如厕后擦拭时，均需遵守从前到后擦拭的要求。

在术者仍然频繁扩张的初期，应每天冲洗外阴。扩张频率降低后，冲洗可以减少到每周 2~3 次。阴道的异味或分泌物有些是冲洗可以解决的，有些则不是，请参考后文[阴道分泌物](#)栏目。若医生允许，可考虑以将清水挤入阴道的方式清洗阴道。

用水：在中国内地，一般情况下自来水往往经过氯气消毒杀菌，但不能完全杜绝自来水传输中的安全问题，尤其欠发达地区、老小区、使用水箱储水的建筑等。较为廉价的放心用水方案或许是娃哈哈纯净水与冰露包装饮用水。

判断是否出现如厕问题及处理：

- 肿的状态即使正常地尿出来之后也会被肿胀的皮瓣挡歪，没消肿要等消肿之后才能判断。
- 普通的尿路感染只是「女孩子的问题」，不是手术问题，普通泌尿专科可以解决。
- 如果出现比较严重的左右前后歪斜，要拍图给手术医生询问严重与否。
- 术后改证后如厕护理可以去普通医院做盆底肌训练（注：尤其是北医三院等可以由友跨医生推荐）也可阅读教程自己尝试

手术中放置的导尿管一般会在几天后拆下。你需要检查导管，确保其引流良好，尿袋应该低于你的腰部。喝了足够的水之后，袋子里应该会有一定量的尿液，如果袋子里没有尿液，请检查导管是否有扭结，或告知护士处理。

如果您有以下任何问题，在住院期间请尽快告知护士和医生：

1. 尽管液体摄入良好，但没有尿流
2. 尿液中有大量血液或血凝块
3. 严重的腹部绞痛
4. 有尿路感染的迹象（尿液混浊、发烧、疼痛）

拔除尿管后，排尿和憋尿需要经过适应和适应性训练。拔出尿管后，护士会要求您喝足够水并上厕所。放松身体、深呼吸与收腹有利于感受膀胱、避免盆底肌紧张，便于排尿。若腹腔疼痛不可忍受，尽快呼叫护士。

为减少尿路问题或尿路感染等的风险，尽量多喝水。

## 毛发

术后一年内尽量避免会阴部位电针脱毛。会辣到。

## 阴道分泌物

在皮瓣术式下，阴道以皮瓣（包皮或阴囊皮）为衬里，皮肤菌群和一些阴道菌群在此繁殖；阴道症状的出现与任一特定菌种之间没有相关性。用来组成阴道壁的皮瓣有汗腺，表皮在新陈代谢中也会不断地脱落，亦有类似于包皮垢的物质在阴蒂周围、阴唇皱襞下和阴唇皱襞内积聚。若医生未将尿道大腺切除而是置于前庭大腺的位置，可能会有较为湿润的无色分泌物，在大多数情况下，分泌物很可能是皮脂，死皮或角蛋白碎片，以及存留的精液或润滑剂。这些物质及其混合物会发酵，并会导致浅黄色色斑。

在乙状结肠等肠道术式下，阴道以乙状结肠等肠道为衬里，因此，可能有常见的肠分泌物（如肠液等）和肠异味等。

在腹膜术式下，无色分泌物可能较为多，需考虑如何避免其影响生活。

若有阴道分泌物含有有害微生物并进入尿道组织中，有可能会导致尿路感染。

当术后出现阴道异味及分泌物时，应当：

1. 确认自己没有对屁的味道过分幻想 顺性别女性同样会出现阴部异味和分泌物，确认异味程度是否在顺性别女性的正常范围内。如果异味或分泌物持续存在，应检查 2 和 3
2. 首先要检查阴道内有没有内部感染，检查内部是否有脓疮病变或肉芽等，若有，及时就医
3. 确认是否有内部小伤口，如肉芽或阴道壁撕裂，这些伤口可能会偶尔出血。如果不定期冲洗，血液在微生物作用下可能产生异味与感染。可以通过观察扩张时模具上残留的分泌物的颜色来确认。
4. 皮瓣术式下，阴道气味可能随激素水平波动 (证据缺乏)
5. 若异味或分泌物持续且并非脓疮、病变、肉芽、出血造成的问题，用棉签擦拭掉粘稠的分泌物并用清水清洗会阴部。若菌群过度生长或失调，可考虑使用顺性别女性治疗阴道炎的药物清洗。

可购买卫生巾使用，以防止术后短期内出血和分泌物污染裤子。 尽量挑选大品牌、轻薄、材料好且无香料的卫生巾。

## 关注方面：性行为与敏感性

性行为应以保证舒适与安全为准则。

术后，性行为的快感及高潮一般可由对保留的前列腺、阴蒂组织、阴道内埋置的龟头神经（仅部分医生声称）的刺激达到。可在充分恢复和保证安全的情况下后尝试包括但不限于经阴道插入式性行为、摩擦阴蒂的方式进行性交或自慰，以达到性快感或高潮。术后的性快感有助于更好地适应外阴组织的变化，将其视为身体的一个组成部分，帮助达到自我接纳。

顺性别女性中发生率较高的性唤起障碍、性兴趣减退、性高潮障碍、性交痛（阴道痉挛）等亦会在术后跨性别女性中产生。在遇到上述情况时，进行性行为时应放松，与其他女性交流性经验，使用性玩具辅助等，以获得快感为目标。

在三个月内应尽量避免性方面想法，以免性唤起后会阴部位充血导致的疼痛、肿胀、愈合困难等。

应完全避免在六个月内进行经阴道插入性行为。

术后半年至一年，以阴道瘢痕软后进行经阴道插入性生活为好；进行经阴道插入性行为的一开始，完全插入可能是困难和痛苦的，插入行为如扩张等可能需要一段时间才能实现。最初进行经阴道插入性生活时应使用润滑剂、使用性玩具或模具辅助、动作尽量温和，直至生理适应为止。扩张后尝试性交可能会有很大帮助（因扩张后阴道较为开放）。如果性交引起疼痛或困难，不要继续。

与顺性别女性相同，术后亦可通过摩擦、性玩具振动、抚摸阴蒂获得性快感及性高潮。进行阴蒂自慰或性交时，应保证接触阴蒂的身体部位或器具（性玩具）清洁，动作温和，性生活后清洗整个会阴，以避免阴部潮湿（术后跨性别女性亦可能有阴道分泌物）等造成的阴蒂、阴道、尿道感染等。

由于会阴部仍然是性感区，仍然可进行经肛门性行为。然而，由于睾丸切除、激素治疗等降低了体内雄性激素的浓度，前列腺不可避免地发生萎缩，且阴道壁一定程度地阻隔，或将削减经肛门性行为的快感。  
(无文献证明快感一定下降)

经肛门性行为有较高的 HIV 暴露风险，且阴道较顺性别女性弹性和分泌物较差，更容易在性行为中出血或撕裂。进行性行为时可使用较多的润滑剂减少出血风险，并采用 PreP、安全套等方式做好个人防护，在发生高危性行为后及时获取阻断药物。有规律性生活的情况，应在公益机构或疾控中心定期检查。

## 手术后扩张模具选择与使用

此部分信息仍待确认及补充

由于术者种族、体型、手术材料大小的不同与术式、医生技术的客观区别，且不同术者对手术效果要求的倾向不同，术后阴道能达到的深度和宽度都因人而异。

然而，不建议在阴道深度与宽度方面过分苛求，甚至因此产生不满与心理障碍；一方面，亚洲人体型较小，较深的阴道深度可能容易在性交和扩张过程触及其他器官造成不良后果（太深了会捅到容易痿管且暴力通模容易出现问题）。另一方面，术后经阴道性生活并不一定需要大尺寸的阴道，阴道的尺寸也不一定和生活质量成正比。

在任何情况和术式下，阴道深度每天都会有微小的变化。发现深度变化时不必立刻感到慌张。

各医院扩张方式亦有较大差别。一些医院采用先天无阴道女性相似的扩张方法（尽量 24 小时佩戴），以减少感染风险。另一些医院要求每日进行若干次达到全深度的短期扩张，认为其由于对盲端加压而达到的防止深度萎缩的效果最佳。

模具的使用周期和方法因医生而异，可参考 [Chettawut#通模具](#)

下面提供了一些可购买模具的标准和尺寸（其它地区可查看 wiki 内对应资料）：

- 泰国 Thiti: S 25mm, M 28mm, L 31mm
- 泰国 Suporn 诊所：印花玻璃棒（过去使用镂刻玻璃棒）并提供蓝色的绑带，28 31 34 mm, 20cm
- 泰国 Kamol 医院：0-5 号 17.5mm-30mm

- 泰国 WIH 医院: 0-4 号 20mm 23mm 26mm 29mm 32mm, 8.5inch
- 北美部分诊所标准 Soul Source : 有中间弯曲的刚性塑料棒, 0.79in 1.0in 1.13in 1.25in 1.38in 1.5in
- Crane 医院 : 1.125in 1.25in 1.375in 1.5in
- 上海九院: 待补充
- 上海长海医院虹口院区 (原 411) : 水晶鸡鸡, 胡萝卜 (现不再使用, 但质地柔软, 卫生程度在套上安全套后并没有影响, 特别廉价适宜旅行时随便找个菜市场买), 以周长 8cm 为起始
- 复旦大学附属妇产科医院边上的上海医大生健经贸有限公司门市部
- Vagiwell®: 光滑表面的医用硅胶: 3 套不同
- charing cross-phoenix® surgical products: 医用塑料, 从 20cm 2cm 至 40cm 4cm 的一组共 8 个模具

对于模具材料的选择, 一些医生倾向略微柔软的胡萝卜硅胶款, 而一些医生直接提供玻璃模具, 具体选择看医生推荐和阴道的心情。

若术者所在的医院并不提供合用的模具或术者对提供的模具不满意, 可以光滑无开模线为标准购买一些同样尺寸的平价替代品, 如硅胶/玻璃肛条、水晶鸡鸡

在一两个月后, 扩张的难度很可能比之前更难, 可能是因为疤痕组织开始形成、硬化和收缩和神经开始重新连接等, 或因为不再像刚刚术后时那样高兴激动。

在这段时间内, 坚持扩张和对扩张保持轻松的心情是重要的。若疼痛完全无法忍受, 仍然需要问您的医生是否出了什么问题。

## 准备扩张的内外部环境

外部:

- 确保你有足够的空间扩张
- 让环境尽可能舒适愉快。包括让床变得舒适, 稍微撑高自己的上半身 (不要撑得太高, 否则将无法将模具插入所需的全部深度), 尽量让气氛舒缓, 把要使用的东西都放在手边。
- 但不要每次都在准备上花太多功夫, 以免对自己造成扩张是很累的事的心理暗示。
- 尽可能关闭社交媒体。
- 模具需要在使用前使用酒精或碘伏擦拭消毒, 使用后用湿巾/纸巾擦干净。如果嫌上述步骤麻烦, 可以使用安全套。
- 充分润滑模具。

身体:

- 洗干净双手，一把指甲剪得像女同一样， 带上医用手套
- 排一次便及排空膀胱，以免压迫肠道造成的不适或想要排尿造成的紧张。
- 躺在床上放松自己，想一些令自己愉快的事情。
- 用手指在阴道入口处涂抹大量润滑剂，并在涂抹过程轻轻按摩一段时间。若能够轻轻插入手指，轻轻按摩阴道内壁有助于放松。（阴道口亦会有缝合刀口，若不进行充分的润滑和放松，可能在扩张时会带来痛苦）
- 如果发现润滑液较稀，不容易推入深处，可以借助阴道凝胶给药器将凝胶直接推入深处。

## 术后并发症的预防和干预

如果在医院外感觉到不适或发生并发症，除非你的问题很明显需要紧急关注（如大出血等）， 尽可能去联系为您 SRS 的医生或离您最近的可以进行 SRS 术后修复的 SRS 医生。若您咨询的医生没有性别肯定医疗的经验，可能会在心理和生理上造成伤害。得到 SRS 医生医生的转荐后，您才应当找一般的非性别肯定医疗医生如妇科医生等，解决您的问题。

术后严重并发症一般在医院住院监视期间就得到了妥善的解决（因此，本文建议选择有处理并发症水平的医院）。若遇到罕见严重并发症（如手脚麻痹、小腹切口感染，结肠接口感染，肠粘连肠梗阻），请马上联系 SRS 医生。若您进行手术的医生拒绝为此负责，请联系其余可以进行 SRS 修复的医生并咨询医疗保险赔付事宜等。

尿道阴道瘘以尿液从阴道泄漏的形式出现。大多数病例不需要或不需即刻干预，并且多数情况下患者仍然可以自愈。

阴道中的肉芽组织是延迟愈合的结果，并较为常见。术后早期阶段频繁扩张的需求会通过对肉芽区域造成反复创伤而加剧此问题。多数情况下，这会由于频繁扩张的需求随时间下降而逐步愈合。如症状持续，遵循医生建议考虑定期烧灼治疗和局部乳膏治疗。长期来看，阴茎皮肤内衬的阴道应极为耐用。

阴道出血在术后较为常见，更常见的是尿道周围出血。即使在愈合期过后，也可能出现。应尽量避免便秘（通过摄入可溶性膳食纤维等）以避免排便时过于用力。出血的检查方法：保持冷静（以避免血压升高）和静止，试着找出源头和判断出血量。用清水或生理盐水清洁会阴部，判断出血部位究竟是阴蒂、尿道、阴道内外还是肛门处（可能缘由痔疮或直肠出血等其他与 SRS 无关的情况）。并清洁出血处附近。若并非在内部出血，尝试用酒精棉球按压。若仍然无法止血，（若非肛门出血）可联系为您 SRS 的医生或离您最近的可以进行 SRS 术后修复的 SRS 医生。（若在乙状结肠术式下，经由肛门出血亦可能与 SRS 有关）在模具上或内裤上出现的血液，仅在鲜红色（明显刚刚出现）或血液量大量或频繁出血的情况需要注意。

休止期脱发：是一种暂时性脱发，通常发生在压力、休克或创伤事件后。它通常发生在头皮顶部。休止期脱发与称为斑秃的脱发症不同，也与脂溢性脱发（雄激素性秃发）区别。一个人的大量头发可能会脱落，但通常是暂时的，头发通常会重新长出来。性别重置手术(SRS)是侵入性过程，过程中的压力可能导致脱发，保持放松的心情有助于改善。尤其是不要一掉头发就害怕自己反雄性秃。

VTE（深静脉血栓）：在目前，几乎所有诊所跨性别女性必须在外科手术前后停止雌激素治疗，特别是本身有高 VTE 风险的术者。可能因历史上使用炔雌醇(EE)的 HRT（激素替代治疗）带来较高的血栓风险，或因部分雌二醇给药途径带来略低的给药风险。术中措施及术后长期卧床，都会放大这些风险。如对此有异议或自身 VTE 风险较高，应与外科医生进行充分的知情同意讨论，并及早咨询医生开具给药途径 VTE 风险更小的激素补充药物。

「反雄」：术后（性腺切除或 SRS）的女性一般上不用担心睾酮问题，但是在非常罕见的情况下，仍然有较低的风险经由肾上腺分泌等途径导致睾酮(T)或二氢睾酮(DHT)升高。若出现反雄，检查游离睾酮和二氢睾酮水平，并咨询有资格指导激素治疗的医生开具药物帮助缓解。

术后（性腺切除或 SRS），为避免围绝经期症状如潮热、骨质疏松、心脑血管疾病风险等，仍然需要补充雌激素。咨询有资格指导激素治疗的医生开具调整药物。

双促（LH/FSH）升高：这是常见的，是垂体找不到卵而发生惊慌失措的行为。然而，术后双促或有概率可标定雌激素水平，可咨询有资格指导激素治疗的医生。

在皮瓣术式下，由于阴道是皮肤衬里的，因此存在发生与阴茎和阴囊皮肤（鳞状细胞，基底细胞，黑色素瘤）上相同皮肤癌的风险。尤其是感染了人乳头瘤病毒 HPV 如尖锐湿疣等（北美调查中。跨性别女性是高危性行为和 HPV 感染的高发人群）的情况下，这些癌症的风险会骤升。应注意检查以排查该风险。其他皮肤病也会影响皮瓣阴道，应进行类似治疗。

## Q-A

### Q：我不进行插入式行为，需要扩张吗？

近些年来，越来越多跨性别女性敢于接受自己的女性同性恋/泛性恋的多重性少数身份并表现出来。

女同/泛性恋的跨性别女性 (transles) 在手术方面可能对深度要求更低，而对外观、气味等要求更高；然而，目前的部分医生要求或司法/医学性别鉴定仍然需要跨性别女性（尤其是术后归国的）的阴道具有一定深度和宽度。因此部分术者尽管做了有阴道深度的 SRS，可能会提出这样的一个问题：「我由于性倾向而不会/不愿进行插入式行为，可以不扩张任由其自由萎缩吗？」

一些国内外医生给出的回答包括但不限于：

1. 一位医生认为仍然需要扩张到一个可以进行经阴道清洗的程度，以保证干净卫生和感染风险小。在无法判断是否已经扩张到了这一程度时，仍然需要进行一定程度的扩张。
2. 部分医生认为即使是女同/泛性恋的跨性别女性，也会在阴道萎缩时经历心理波动和不适。或因为可能有未预料的肉芽、增生风险而建议进行扩张
3. 激进一位医生认为应该干脆做非二元性别手术如零深度阴道外阴成形术或阴囊切除术等，而拒绝回答此问题。
4. 激进一位医生指出女同性恋并非不适合进行阴道插入式性行为，将插入式性行为视为异性恋性行为而回避的想法，亦是异性恋顺性别本位的。由于认为阴道插入式性行为可能有助于双方的性生活体验和术者的性别-心理状况而鼓励扩张。

需要注意的是，一些医生提供过水晶鸡巴形似于男性生殖器的模具或手工削胡萝卜，可能因此有部分对下体焦虑（bottom dysphoria）或有相关卫生要求的跨性别女性拒绝使用提供的模具，因此产生抗拒扩张的想法的类型。可询问医生是否可以自行购买其他的模具。

## Q：我可以做经阴道检查吗？

在跨性别女性中创建的新阴道的解剖结构与先天性阴道的不同之处在于它具有盲端，缺少子宫颈或周围的穹窿，并且可能方向更加靠后。

因此，要求医生使用肛门镜可能是在解剖学上更合适的视觉检查方法。可以插入肛门镜，移除套管针，并且撤回肛门镜时可见阴道壁在肛门镜末端周围塌陷。

另需注意，在医生不知道您的性别经验的情况下开具的经阴道检查很可能是为了检查子宫、宫颈等组织。若有经济困难或担心检查中的风险时，应注意告知。

# 证件变更指引

该页面描述中国内地居民在中国内地修改身份证性别等内容的相关指引。

改证的基本流程为：准备性别鉴定材料 → 申请户口登记项目（性别）变更 → 申领新身份证

- 可能需要多份盖公章的性别更改证明
- 新身份证所对应的征信记录为空
- 以旧身份证办理的业务会因为旧身份证状态变为「查无此人」而失效
- 在很长一段时间内新身份证人脸识别处于不可用状态因此仍然需要使用老身份证作为通行凭证，此后办理所有转移业务都有用。

## 前置材料（二选一）

### A)三甲性别鉴定公证

#### 性别鉴定

国内医院手术的，出院时会提供出院诊断。

省市	机构名称	备注
上海市	上海妇幼保健院	
	上海九院	跨性别门诊
北京市	北京大学第三医院	常旭医生说可以

#### 公证

需要公证的文件为：诊断证明书

需要提供的材料为（其中之一）：户口本原件、户口本复印件、户籍证明

申请内容为「影印件与原件相符，原件属实」的公证书

建议制作多份公证副本，以供多方接收留底，目前已知的有：公安部门留底、毕业前修改学籍以提供校方留底等

省市	机构名称	公证员
上海市	上海东方公证处	董雨婷 吕臻卿
	北京国信公证处	孙颜娜

## B)司法鉴定

注：北京等部分地区改证如选择方案 B，也需要提供国内三级医院出具的性别鉴定证明。

提供资料：医院提供的手术证明材料、病历和诊断证明、身份证件

委托事项：鉴定本人第一性征为女性

鉴定过程：法医隔间现场检验外观，不检查内部。（如果要触碰，请提醒法医手势轻一点。）

报告办结：10 个工作日

省市	机构名称	备注
上海市	复旦大学上海医学院司法鉴定中心	推荐周月琴医生 021-64044561 徐汇区斜土路 1885 号
	司法鉴定科学技术研究所司法鉴定中心	需要手术证明材料（中文）及户籍地派出所发函 +86 21-52361148,2750 光复西路 1347 号
深圳市	广东南天司法鉴定所	称因缺少妇科病床，已不具备性别鉴定资质
广东省广州市	中山大学司法鉴定中心	需要手术证明材料（原件中文，或原件外文+中文翻译件），必要时由派出所出具的鉴定委托书
福建省福清市	福建康泰司法鉴定中心	福清市诚丰世纪园五号楼 4 层 彭法医 友跨

## 申请户口登记项目变更

实施主体：户籍所在地各公安派出所

法律依据：

- 《公安部治安管理局关于公民手术变性后变更户口登记性别项目有关问题的批复》(公治〔2008〕478号)》
- 户籍所在地的户口管理规定(若部分地市无该类政策文件,请以第一条为准)

省市	文件名称	相关条款	注意事项
上海市	《上海市常住户口管理规定》	第五十五、五十八、六十五条	学生集体户口等无法修改性别
江苏省	《江苏省常住户口登记管理规定》	第一百三十九条	

所需材料(以户籍所在地派出所的要求为准):

- 上述前置材料
- 户口本(户籍证明,集体户口的提供本人页和首页复印件加盖集体户口单位管理部门公章,北京等部分地区集体户口办理还需集体户管理员一同前往)
- 回收旧身份证件(建议先以更新身份证照片、身份证丢失为由取得原性别的新身份证后办理后本程序,注意不要被公安回收原身份证)
- 性别、姓名变更申请书(模板)

## 性别变更申请书

申请人:(姓名)、性别:男

出生日期:(出生日期)

身份证件编号:(旧身份证号码)

本人因易性症于(手术时间)在(医院名称)实行了性别重置手术。依据相关文件,即《关于公民手术变性后变更户口登记性别项目有关问题的批复》(公治〔2008〕478号),现本人申请:将户口登记性别项目由男性(原性别)变更为“女性”。

本人保证继续承担该项目更改前后对外使用所生产的经济和法律方面的全部责任,并自行承担该项目更改的一切后果。

特此申请。

申请人:(申请人签字处)

日期:(申请时间)

时间：北京性别和姓名变更分别需要至少二十个工作日办结；部分地区性别审核 2 周，姓名变更 2 周（有些省份可以一并更改，请询问当地部门），陕西省姓名、性别变更**当场办结**

审核通过后，公安出具公民主项信息变更、更正证明，打印新户口页（集体户口为户籍证明）。

凭藉新户口去申请身份证，可以先领取临时身份证，正式身份证需等待 2 周左右

## 关于同一人身份证明

相关法律条款请参考《关于改进和规范公安派出所出具证明工作的意见》

## 申请材料争议

如公安系统出现扯皮现象，可直接致电当地 **12345 政务服务便民热线** 进行投诉

则投诉内容为：「公安部门并未一次性告知全部补正材料，构成行政违法」

如公安系统的扯皮内容是要求你补正《性别鉴定证明》

则投诉内容为：「公安部门所要求的医院开具的《性别鉴定证明》在医院中根本不存在」

上述投诉内容必须在电话中逐字说明，并让电话接线员逐字逐句记录，后续会提交到公安系统对应的法制科室

（本段内容基于 [zhuanlan.zhihu.com/p/380214370](https://zhuanlan.zhihu.com/p/380214370) 进行完善修订，原作者 ID-ID 未声明版权及其授权方式，因此版权原则上仍归原作者所有。）

## 护照信息变更

已有护照身份信息更改后换发，请带好身份证件、公安出具的公民主项信息变更证明、户口本、旧护照、性别鉴定等支持文件。

姓名或性别有变的情况下，其手续类似重新申领护照，需工作人员手动在系统填写旧护照信息，但收费、名义、加注格式等均按照换发护照处理，请注意提醒前台工作人员加注旧护照号。

若同时加注常用名，请参考 [护照姓名加注（P119）](#)

# 变更各类证件和账户

基本都可凭 公安出具的公民主项信息变更证明 和 新身份证件 进行更改

## 变更个税

个税缴纳地办税大厅办理，办理内容为合并档案

## 变更社保公积金

如在职，需要公司人事协助办理，联系公司人事办理即可 如非在职状态，需本人办理，流程与其他社保公积金事宜办理一致

## 驾驶证

驾驶证信息变更需要前往发证地所在的车管所进行。户籍信息变更后不可以进行驾驶证转入。

## 建议销户

12306 (如不销户，原账户会因为查无此人而封号)

证券

网商银行

中国移动 (过于麻烦，需要到归属地测试移动的系统)

## 其他说明

- 银行卡信息变更因银行规定各有不同，一般来讲借记卡即时生效，信用卡需要等审核，浦发银行信用卡更改信息当场办结

# 学籍学历变更指引

## 学籍修改（未毕业）

提供修改后的身份证件、公安出具的公民主项信息变更证明、户口本（户籍证明）及其他材料（如有的大学要求学生家长签署同意意见书），由教务学籍相关工作人员向上级提交修改。

有的大学会因为没有性别信息修改先例而提出不合理的证明材料要求，比如高考所在地省级招生部门出具的录取名册变更原件，遇到这种情况只能尝试联系学校的上级部门和友跨律师来解决。

如果因户口迁移而变更了身份证号中的省份信息，北京等部分地区的大学会调查高考中的违规行为，必要时需要联系生源地省级招生部门协助核查并出具意见(内容应写明有无高考违规行为)，根据意见办理。除公安部门的证明外，还需提供生源地省级招生部门协查结果等材料。

原始录取照片无法修改。

学信网上传毕业照片时，会和录取照片比对，面部特征变化不大一般可以通过，建议在手术前先准备证件照片备用。

## 考试与证书相关

### 大学英语四六级

原有考试成绩信息无法修改，如需新身份信息的成绩证明需要重考。

### 学历修改

据相关消息，毕业学历已无法进行修改

建议在大学本科教育前完成 SRS 并完成[证件变更](#)

本文基于 [zhuanlan.zhihu.com/p/279194334](http://zhuanlan.zhihu.com/p/279194334) 和 [zhuanlan.zhihu.com/p/272585669](http://zhuanlan.zhihu.com/p/272585669) 进行完善修订，原作者 ID-ID 未声明版权及其授权方式，因此版权原则上仍归原作者所有。

### 申请理由

申请人实施性别重置手术后，依据

《公安部治安管理局关于公民手术变性后变更户口登记性别项目有关问题的批复（公治〔2008〕478号）》 《广东省公安机关基层政务公开（户籍管理）业务规范标准（试行）》 《广东省公安机关户政窗口管理规范（试行）》

相关规定，依法变更了姓名、性别、身份证号码；

根据《公民身份号码更正证明》，「原使用的公民身份号码（？）系错号」，即本人编号为（？）的学历、学位所注册的身份证号码为错号，属于《高等学校学生学籍学历电子注册办法》中「注册信息确有错误」的情形；

同时，现本人编号为（？）的学历、学位及对应证书的注册信息中的姓名、性别、身份证号，由于不满《学位证书和学位授予信息管理办法》中「与本人身份证件信息一致」的规定，属于《高等学校学生学籍学历电子注册办法》中「注册信息确有错误」的情形。

现依法向省级教育行政部门申请修正学历、学位注册信息及其相关证书。

## 法律依据

《高等学校学生学籍学历电子注册办法》

第十九条第二款 学历注册并提供网上查询后，学校不得变更证书内容及注册信息，不再受理学生信息变更事宜。注册信息确有错误的，须经省级教育行政部门审核确认后方可修改。

可见学历变更唯一的理由是「注册信息确有错误」；

《学位证书和学位授予信息管理办法》

第五条第一款 学位证书应包括以下内容：（一）学位获得者姓名、性别、出生日期（与本人身份证件信息一致），近期免冠正面彩色照片（骑缝加盖学位授予单位钢印）。第十三条 确需更改的学位授予信息，由学位授予单位提出申请，经省级学位主管部门审核确认后，由省级学位主管部门报送国务院学位委员会办公室进行更改。

可见「与本人身份证件信息不一致」的学历可以构成「注册信息确有错误」；

《行政许可法》

第四十九条的规定：「被许可人要求变更行政许可事项的，应当向作出行政许可决定的行政机关提出申请；符合法定条件、标准的，行政机关应当依法办理变更手续」。

这里提一下，根据法学领域专家 朱志辉 和 李煜兴 的观点，学历变更受《行政许可法》的调整，属于可变更的内容；

## 申请材料

材料	提供方法
变更性别前后身份证件	
变更性别前后户口簿页	
公民身份证号码更正证明	复印件
手术、诊断证明书及相关公证书	
本科毕业证、学位证	
学信网、学位网信息的截图	打印件

# SRS 综述 (中国大陆)

## 术前科普

具体参见：术前科普（P62）

## 法律依据

依据《性别重置技术临床应用管理规范（2022 版）》

### 三、技术管理基本要求

(三) 实施主体手术前，手术对象应当提供如下材料并纳入病历：

- 1.当地公安部门出具的手术对象无在案犯罪记录证明。
- 2.有三级医院精神科或心理科医师开具的易性症（性别焦虑，或性别不一致）诊断证明。**
- 3.手术对象本人要求手术并经本人签字的书面报告。
- 4.手术对象提供已告知直系亲属拟行性别重置手术的相关证明。**

(四) 手术前手术对象应当满足以下条件：

- 1.对性别重置的要求至少持续 5 年以上，且无反复过程。
- 2.未在婚姻状态。
- 3.年龄满 18 岁，具备完全民事行为能力，有能力完成性别重置序列治疗。**
- 4.无手术禁忌证。向手术对象充分告知手术目的、手术风险、5.手术后的后续治疗、注意事项、可能发生的并发症及预防措施、性别重置手术的后果，并签署知情同意书。

相较于 2017 版具体修订内容请查看 <link.mtf.wiki/srs/legal-spec>

具体前置条件以院方要求为准，本文仅列出在中国大陆实施 SRS 所需的合规性条件。

其他实际影响手术实施因素：

家长对院方的骚扰

医生的主观意见

## 术前公证

原则上需要对「手术同意书」进行公证以保证该事项的合法性

具体参见：术前公证 <https://mtf.wiki/zh-cn/docs/srs/china/notarization/>

## 手术术式

具体参见：手术技术 (P63)

## 费用预期

中位数预期为 50000 CNY

## 术后事项

1. 证件变更指引 (P78) , 一般凭出院材料走「A)三甲性别鉴定公证」即可。
2. 学籍学历变更指引 (P83)

# SRS 综述 (泰国)

## 术前科普

具体参见：术前科普 (P62)

## 法律依据

依据《医学委员会关于变性手术治疗的医疗行业规定的伦理条例（佛历 2552 年）》与《医学委员会关于为性身份困惑或希望通过接受变性手术进行治疗的人提供指导的公告》，在泰国接受性别重置手术，需要：

1.
  1. 年满 18 岁，但未满 20 岁，必须得到合法父母或授权监护人的同意
  2. 已满 20 岁
2. 至少两名精神科医生的鉴定，对于已有精神科证明的外国人，则必须在手术前接受至少一名泰国精神科医生的评估
3. 至少度过了一年的女性生活 (RLE)

## 手术术式

具体参见：手术技术 (P63)

医生/医院	PI	非 PI	结肠	腹膜
PAI/Burin	√		√	
Chettawut		√	√	
Greechart	√		√	
Kamol	√	√	√	√
Suporn/Bank		√		
Thiti	√		√	
Yanhee	√		√	

# 费用预期

皮瓣手术的预期为： THB300,000.00

# 旅行指南

参见：旅行指南 <https://mtf.wiki/zh-cn/docs/srs/thailand/thailand-tips/>

# 术后事项

证件变更指引（P78），一般需要按「B)司法鉴定」操作。

# SRS 综述 (美国)

注：本综述以已经在北美地区（拥有美国的私人医疗保险）的跨性别群体为主要受众

## 术前科普

具体参见：[术前科普 \(P62\)](#)

## 法律依据

美国关于进行 SRS 的法律每州均有不同。但总体来说，相对保守的州（德克萨斯、弗罗里达、密西西比等）对 18 岁以下的人进行 SRS 有法律上的限制；相对开放的州只要有家长同意，并无法律上的限制。其他整体上的限制如下：

1.

1. 年满 16 岁，但未满 18 岁，必须得到合法父母或授权监护人的同意
  2. 已满 18 岁
2. 获得两封精神科医生/心理咨询师的推荐信以及一封 HRT 医生的推荐信
  3. 符合 WPATH 定义的 SRS 手术指征

## 手术术式

具体参见：[手术技术 \(P63\)](#)

## 大致流程

1. 预约 Initial Consultation
2. 填写同意书，预约手术日期
3. 获得手术推荐信
4. 术前进行要求的血液及身体检测
5. 术前咨询
6. 手术前一天禁食固体食物，准备手术

7. 手术当天住院
8. 手术 2-4 天后出院
9. 术后休养以及一个月内的几次术后复查

## 保险及费用

一般来说，比较大的保险网络（例如 BCBS, Aetna 等）的 PPO 都会或多或少地报销手术费用，但是为了保险，请提前查阅自己保险的 Policy 或与保险公司联系来确认。

有一些学校 的保险是会报销 SRS 费用的。手术医生一般来说都会要求手术者在开始咨询/预约手术时有已经生效的保险。绝大多数医生不接受完全自费手术者。

由于美国医疗价格的高昂，SRS 的价格一般都会达到 Out of Pocket Max Limit (OOP-Max)。这个金额随保险的不同而有所不同，大致在 \$3,000.00 - \$10,000.00 之间。值得注意的是，当 OOP-Max 金额被达到的时候，当保险期之内其他的所有的保险报销的医疗服务均会由保险公司 100% 报销。

SRS 流程的保险报销前金额大致如下：

Initial Consultation: \$200.00 - \$400.00

SRS 手术: \$60,000.00 - \$300,000.00

但是在保险报销之后，在美国进行 SRS 的价格一般会控制在 \$10,000.00 以内，在比较流行的 SRS 目的地中算价格有优势的。

## 旅行指南

大多数医生都会要求手术者在术前两三天到达手术城市，并在术后至少在手术城市停留三周。这是为了留出充足的时间进行休养和复查。大多数医生都会要求手术者安排合理安全的交通方式（比如让家人朋友来接、或提前订好 Uber/Lyft 等）在出院后将自己妥善送回休养的酒店。

## 术后事项

证件变更指引 (P78)，一般需要按「B)司法鉴定」操作。

# FFS 面部女性化手术

FFS 综述.....P93

喉结整形术.....P96

脱发的治疗.....P98

# FFS 综述

## FFS 是什么

即面部女性化手术 (Facial Feminization Surgery)。

由于指派男性于青春期后具有额薄、尖角、鼻尖高、睑高、驼峰鼻宽、鼻下垂、鼻翼宽、肌沟、颧弓宽、下唇宽、颈部宽、人中长、弓角下垂、胡须等男性化面部特征，

医生可以根据跨性别者自身的需要进行个性化的设计，来帮助减少男性能征，促进女性性征表达，体验所认同性别（女性）的生理状态，帮助自我接纳；实现性别身份的转变。

## 常见面部女性化手术项目及参考价格

**自体脂肪填充** (包含额部脂肪填充)。适用于改善额头平坦、眉弓高、苹果肌塌陷、面部骨感者

参考价格：18000 元

**眉弓降低术** (额部突出骨板截骨，塑平后重置)。适用于改善额头平坦、眉弓高者

参考价格：2-3 万元

**重睑术** 适用于单睑、上睑松弛（「三角眼」）、上睑肥厚（「泡泡眼」）者

参考价格：6000 元（埋线法）、9000 元（切开法）

**鼻综合整形** 适用于驼峰鼻、宽鼻、鼻尖下垂、鼻翼宽等

参考价格：3-6 万元（根据具体项目及方法）

**唇部综合整形** 包括**口角上提**。适用于红唇过薄、人中过长、口角下垂者

参考价格：1-2 万元？（根据具体项目及方法）

**颧弓缩窄** 适用于颧弓过宽者

参考价格：3-4 万元

**下颌角截骨。**适用于下颌角过宽者

参考价格：3-4 万元

**颈部**（下巴）缩窄/截短。适用于宽下巴、下巴过翘者

参考价格：21000 元

**激光脱毛** 适用于胡须、以及躯干、四肢等部位毛发

参考价格：按操作面积计算

**喉结整形术**

参考价格：15000 元

注：以上参考价格来源于“好大夫在线”上潘柏林医生的科普号，适用于北医三院的 FFS。

## Why FFS?

怎么找 FFS 医生？ 我需要 FFS 吗？ 我应该怎么选择 FFS？ FFS 能给我带来什么？

FFS 的本质是整容医美手术的一部分。因此考虑 FFS 时候可以参考考虑整容医美时候的内容。

在整形外科方面具有较好声誉的医院，只要医生愿意为跨性别做手术，都可以考虑。

首先，不要对着医生（尤其是跨性别医疗不太发达的地区）就大喊一句「我是来做 FFS 的」，尤其不要字正腔圆地念「爱抚爱抚埃斯」。

医生不一定知道啥是 FFS. 计算预算的时候也不要套用一些「FFS 花二十万做完」的抽象经验——整容医美视心态而定是无底洞，可能一个手术就心满意足结束也有可能反复调整倾家荡产。

其次如果要做，一定要知道自己想调整什么位置，对调整完什么样子有个数，最好画画/化妆看看什么样子。

就算自己看着自己脸研究的时候会焦虑也要尽量（自己或别人）研究一下（了解一般做哪些部位），不要贸然去。

也不要觉得 FFS 做过了就一定更好看。**女性化不等于好看化。**

试试看是否可以通过修改发型衣品来改善观感（别留药娘头）。

再其次才是选医生。去找该医生的术后效果观看。

挑选术式如果涉及到比较大的动作，和支持自己的人及医生好好商量各种选择。

商量/研究是否这些部位（尤其颧骨眉弓等可以等待脂肪转移的部位）可以等待激素的效果。

商量是否可以用额部脂肪填充替代眉弓降低术（额部突出骨板截骨，塑平后重置）

## 医疗美容

一般认为展开「医疗美容」业务的医院，均能进行：激光脱毛、光子嫩肤、祛疤、祛痣、等

## 资源列表

省市	医院名称	医生名称	备注
北京市	北京联合丽格第一医疗美容医院	何照华	擅于颧骨颌骨的磨骨手术
	北京圣嘉新医疗美容医院	张笑天	
上海市	复旦大学附属华山医院	穆雄铮 潘思姐	长期从事颅颌面外科工作 对头颅部、颜面部、五官的各项整复和美容手术有着丰富的临床经验
	上海市第九人民医院	韦敏	眉骨女性化手术

以 医疗美容医院 结尾的医院均为“民营医院 - 专科医院”

# 喉结整形术

喉结整形术 ([Chondrolaryngoplasty](#)) 通过切除部分软骨，可以缩小喉结，有助于 MtF 外表女性化。手术效果因人而异（看你甲状软骨怎么长的），有些人可以完全切平，有些人会留有少量凸起。只能切除喉结尖端凸起部分，无法切除尖端下方部分的软骨。

## 前置条件

可能需要 [诊断证明](#)

## 已确认列表

省市	医院名称	主刀医生	价格	备注
北京市	北京友谊医院	李革临		可同时安排声带手术，笔记
	北京大学第三医院	潘柏林	1.5 万元	住院一天
上海市	上海长海医院 (虹口分院)	赵烨德	约 6 千元	不能与 SRS 合并进行
四川省成都市	四川大学华西医院	许学文		
	四川省人民医院	游晓波		

一般认为，能进行 [SRS](#) 或 [声带手术](#) 的均可进行本手术。

## 面诊

提出手术请求，进行初步评估（有的人不适合/效果微弱会不建议手术）

## 手术流程

麻醉、切除、缝合，手术期间可能强制蒙眼。

切除期间如需吞咽或发声需要提前告知医生，获得医生许可后方可进行。

## 术后护理

术后冷敷，尽量避免吞咽和发声，术后数小时内避免饮食。

如需镇痛请与医生沟通。

可使用祛疤药物（疤痕膏 或 疤痕贴）以减轻疤痕。

## 嗓音训练

理论上 喉结整形术 术后第四周结束，可以启动 [嗓音训练综述 \(P100\)](#)

# 脱发的治疗

## 概述

据估计，随着年龄的增长，85% 的指派男性会出现一定程度的脱发。不幸的是，大多数脱发都不容易逆转，最好的治疗方法是预防。

指派男性发际线约较指派女性发际线高 0.5-1.5cm，且可能在发生雄激素性脱发后恶化。

## 脱发的非手术治疗

### 激素治疗

一般来说，已经进行跨性别激素疗法，尤其是睾酮水平已经足够低的跨性别女性，可能不需要考虑重复使用非那雄胺等药物治疗。因为非那雄胺的本质是减少 T（睾酮）向 DHT（双氢睾酮）的转化从而减少脱发，而已经进行跨性别激素疗法跨性别女性往往并没有足够的睾酮以供转化。如果您已经在使用 HRT，部分医生也可能将非那雄胺作为您治疗的一部分。

### 激光

有许多不同类型的激光治疗声称可以刺激头发再生，声称通过使用光来刺激血液流向休眠的毛囊，从而触发再生。然而此范围难以掌握，目前不广泛运用（一个简单的道理：如果你可以用激光来脱腿毛手毛和胡子，那么凭什么激光可以让头发生长？）

### 米诺地尔

米诺地尔是最古老和最著名的脱发化学疗法之一。

米诺地尔，以 Rogaine (落健) 等品牌名称销售，机理暂不完全明确，主要通过增加流向毛囊的血流量。这会触发毛囊的生长阶段并使其持续时间更长，从而改善脱发的状况。

通常的可购买选项包括外用泡沫和喷雾。米诺地尔仅被研究用于治疗「头顶」脱发，即头顶变薄，但有一些较新的证据表明它适用于头皮的所有区域。

局部应用的米诺地尔通常耐受性良好，但常见的副作用包括眼睛发痒、治疗区域发痒、发红或刺激，以及身体其他部位不需要的毛发生长（轶闻指出，米诺地尔泡沫可能会帮助胡须的生长，因此不要让米诺地尔流的满脸都是）。使用外用泡沫可能会改善这一状况。暂时性脱发是米诺地尔治疗的常见副作用。米诺地尔被怀疑对猫有剧毒，请不要让您的猫（猫娘也不可以）舔您的头部。

## 手术治疗

最常用的方法是毛囊单位移植（FUT），它从枕区（俗称后脑勺，此部位几乎不被双氢睾酮影响雄脱）将单个毛囊取下放置在头皮上的秃发位置。价格一般以取了多少毛囊来计算，从 2k~40k 上不封顶。

但需注意，若取毛囊移植后仍未抑制脱发，可能导致变成只有前后有头发中间没头发的状况。

可以参考：[双氢睾酮](#)、[米诺地尔（落健）](#)、[非那雄胺](#)

# 嗓音训练综述

## 综述

在医学上 噪音女性化训练 属于 **言语治疗** 的范畴

英文维基 **Transgender voice therapy** 对此有专门的介绍

## 手术

在系统的 噪音女性化训练 完成之后，如果希望 **进一步提升音高**，此时可咨询具有丰富 **嗓音女性化手术** 经验的嗓音外科医师是否适合手术。

但是 噪音女性化手术 结束后仍然需要 噪音训练 作为补充。 (调整发音、气质、等)

如果已完成 噪音女性化手术，请注意 全身麻醉手术 涉及 **气管插管** 请务必术前与 **麻醉科医师** 确认风险，例如：**SRS**

## 教程

此类教程一般未获得医学认可，因此存在导致 **声音嘶哑** 的可能性 接受此类教程的指导，将可能影响接受医学 噪音女性化训练 的学习效果

成为女孩子的声音！ <https://project-trans.github.io/jyosei-guide/>

## 软件

软件并不能 **指导训练** 而只是帮助您监控相关的 指征（音高）

- Android 平台
  - **Voice Tools**
  - **Vocal Pitch Monitor**

- iOS 平台
  - [Voice Tools](#)
  - [Vocal Pitch Monitor](#)
  - [Singscope](#)
- Windows / macOS / Linux
  - [Friture](#)
  - [Praat](#)

# 声带手术综述

## 综述

嗓音女性化手术 前一般需要做这些事情

1. 传染病四项
2. 嗓音检查 检查项目：高/低音、音域、发声方式、最长音时间、基频、等
3. 喉镜检查

原则上建议先进行 [嗓音训练综述 \(P100\)](#)

嗓音女性化手术只能改变发声频率，且响度会有不同程度的损失。

术后依然需要通过 嗓音训练 调整发音、气质、等

国内医院目前做内镜下的 声带截短术 为主， 环甲接近术 主要用于不适用 声带截短术 的病例 或 同时 切除喉结 要求行 环甲接近术 的病例。

一般术后三个月不能吃刺激性食物的东西（谨遵医嘱） 咳嗽会导致术后开线。 （故部分医院在手术中向术处补充部分药物以避免咳嗽和说话）

如出现术后 声音嘶哑 或 声调降低 属于比较严重的术后并发症。

## 要求

呼吸道感染、过敏症状期间禁止手术。

国内：

1. 已行 SRS 手术，和/或身份已转变
2. HRT 一年以上，有三级以上医院精神心理门诊易性症/性别不安诊断证明；
3. 18 周岁以上，有行为能力，且全麻手术术前有直系亲属签署知情同意

# 术式

术式	方法	优点	缺点
环甲软骨接近术 环状软骨固定术	发高音时还价肌收缩， 环状和甲状软骨靠近，声带拉近。 因此使甲状和环状软骨接近，可让声带结 变紧	可同时处理喉结	有逆转可能， 有需要再次手术的风险。
声带截短术	喉镜下将声带缝短	稳定微创无痕迹	改变不可逆，响度变小，效果抽奖
甲状软骨声带缩 小术 声带壁缩小术	甲状软骨的前半部分切除后 切除部分用来缩短声带		
激光噪音	喉镜下利用激光讲引起声带波动 最大的声带后半部分的声带粘膜蒸发	N/A	
声带横膈膜整形 术	N/A		

## 影响嗓音的因素

话语基频、共振、变调、噪音质量、清晰度、说话强度、言语率 和 韵律

## 不合适声带手术的情形

先天性声带发育不良

声带闭合不全

声门闭合不全

声带过度松弛

发声模式过于单一

# 实用信息

常见法律问题.....	P105
公益组织.....	P109
人格量表与问卷.....	P112
缩写词语表.....	P113
通俗用语表.....	P116
姓名变更相关.....	P119

# 常见法律问题

## 手术相关

### 知情 / 同意的公证撤消难度

仅针对群体内手术同意书公证的撤消，经过多方讨论与咨询，其撤消存在一定难度。

根据《公证程序规则（2020修正）》第63条关于公证书复查处理的规定，能够撤销公证书的情况为以下两种：

1. 公证书的基本内容违法或者与事实不符的；
2. 在办理过程中无法补办缺漏的程序和手续或者严重违反公证程序的。

故经过正常程序的知情/同意公证若要撤销会难以满足上述两点。总的来说，经过公证的手术知情同意书有利而无害。

### 父母双亡与双亲不联系的跨性别者如何解决手术同意书签字问题

根据《性别重置技术临床应用管理规范（2022年版）》的规定，手术对象提供已告知直系亲属拟重置手术的相关证明。

根据手术要求及相关法律，此项规定中的直系亲属理论上应包括祖父母、外祖父母、父母、兄弟姐妹、子女、孙子女、外孙子女，所以单纯根据规定以上亲属签字都应该是有效的，但是就好比法无禁止即可为，医院可以在规定的基本上更加严格要求规范，只认可上述亲属范围内的部分亲属关系，当父母双亡或者双亲不联系的跨性别者在提交其余直系亲属签字的手术同意书被医院否认时，若坚持国内手术则需要与该医院和医生沟通或者寻找其他认可非父母的直系亲属签字的手术同意书的医院。

### 部分医院要求提供《未在婚姻状态》证明的问题

根据《民政部关于进一步规范（无）婚姻登记记录证明相关工作的通知》（2015-08-27），各地民政部门不再向任何部门和个人出具（无）婚姻登记记录证明（部分出境需求除外），目前实践（SRS以外领域）常用的替代策略为书写《个人婚姻状况承诺书》。另外，由于中国大陆证件男性的法定结婚最低年龄是22岁，因此20到21岁的MtF可能无需专门开具证明。

# 家庭问题

## 断绝关系的法律规定

亲子关系是事实关系，故无法从法律上脱离，即使签订断绝关系协议，该协议也会因为违背社会公共道德而自始无效。但是养子女与继子女关系能够通过一定法律程序解除。

参考：

《中华人民共和国民法典》第 26 条：

【父母子女之间的法律义务】父母对未成年子女负有抚养、教育和保护的义务。成年子女对父母负有赡养、扶助和保护的义务。《中华人民共和国民法典》第 1067 条：

【父母的抚养义务和子女的赡养义务】父母不履行抚养义务的，未成年子女或者不能独立生活的成年子女，有要求父母给付抚养费的权利。

成年子女不履行赡养义务的，缺乏劳动能力或者生活困难的父母，有要求成年子女给付赡养费的权利。

养子女关系见民法典第五编第五章第三节。

继子女关系根据民法典第 1072 条的规定适用本法关于父母子女关系的规定。

## 家暴界定

《中华人民共和国反家庭暴力法》第二条规定，本法所称家庭暴力，是指家庭成员之间以殴打、捆绑、残害、限制人身自由以及经常性谩骂、恐吓等方式实施的身体、精神等侵害行为。

## 家长在孩子成年后干预其保险受益人归属问题

《中华人民共和国保险法（2015 修正）》第 39 条：

人身保险的受益人由被保险人或者投保人指定。

投保人指定受益人时须经被保险人同意。投保人为与其有劳动关系的劳动者投保人身保险，不得指定被保险人及其近亲属以外的人为受益人。

被保险人为无民事行为能力人或者限制民事行为能力人的，可以由其监护人指定受益人。其中投保人是指与保险人订立保险合同，并按照合同约定负有支付保险费义务的人。

被保险人是指其财产或者人身受保险合同保障，享有保险金请求权的人。投保人可以是被保险人。

从上述规定可知保险受益人的最终只能由被保险人确定，不过若是家长在签订保险合同前以正常交谈或者商量的方式与子女讨论保险受益人的归属问题，笔者觉得这是在我国社会环境的一种正常现象。反之若是家长以暴力、威胁或者其他手段干预孩子订立保险合同，孩子作为投保人可以解除保险合同。

特殊情况：若是成年子女（无民事行为能力人或限制民事行为能力人）以自己作为被保险人订立保险合同，监护人（一般为家长）可以指定受益人。

参考：《中华人民共和国保险法》、最高人民法院关于适用《中华人民共和国保险法》若干问题的解释

## 家长干预孩子私有财产的分配问题

《中华人民共和国宪法》第 13 条第 1 款，公民的合法的私有财产不受侵犯。

《中华人民共和国民法典》第 266 条【私有财产的范围】私人对其合法的收入、房屋、生活用品、生产工具、原材料等不动产和动产享有所有权。

《中华人民共和国民法典》第 267 条【私人合法财产的保护】私人的合法财产受法律保护，禁止任何组织或者个人侵占、哄抢、破坏。

家长干预孩子私有财产的分配可以理解为家长代为处分孩子的财产（这句话可能会有一定的扩大解释），根据上述规定，家长应当是无权处分孩子的私有财产。

若孩子为需要监护的未成年人或者为无民事行为能力或限制民事行为能力的成年人，《中华人民共和国民法典》第 35 条第 1 款规定，监护人应当按照最有利于被监护人的原则履行监护职责。监护人除为维护被监护人利益外，不得处分被监护人的财产。并且根据 2、3 款的规定，监护人需要尊重被监护人的真实意愿，不得干涉被监护人有能力独立处理的事务。因此，未成年子女及无民事行为能力或者限制民事行为能力的成年在有能力独立分配其私有财产时，家长不得干涉。

## 公共安全

### 对于具有暴力倾向的跨性别者的建议

根据宪法的规定，我们在行使自由和权利的同时，不得损害国家的、社会的、集体的利益和其他公民的合法的自由和权利。我们也必须遵守宪法和法律，爱护公共财产，遵守公共秩序，尊重社会公德。这些都是宪法赋予我们的义务。跨性别不是具有暴力倾向的理由，更不是暴力倾向的保护伞，不要因为自己是跨性别者，觉得自己焦虑了抑郁了，就可以随意的发泄。我国刑法相较于其他国家是更重更严格的法律，一旦你的暴力行为导致了一定危害结果的发生，触犯到了刑法，等待你的将会是牢狱之灾。（若是依法不负刑事责任的精神病人将被采取强制医疗措施）

## 公益组织

### 北京同志中心

北京同志中心跨性别项目部是一个「立足北京，辐射全国」的、为中国跨性别群体积极开展倡导工作与服务工作的部门，成立于 2017 年 3 月。

地区：北京

微信公众号：「[北同文化](#)」

北同跨儿小助手 微信： [微信 transbjlgbt](#)

联系电话：[+86 010-6446-6970](#)

### 跨儿说

地区：上海 微信公众号：「[跨儿说 TransTalks](#)」

### Lesgo

LESGO 是由志愿者自发组成以女性为主体的 LGBT 公益社团。成立于 2010 年 12 月 4 日，LESGO 秉持积极、多元、平等、包容的理念，致力于推动苏州及周边地区同性恋、双性恋、跨性别等性少数女性的交流、沟通、记录和发声，促进公众认知，倡导社会平等多元，减少基于性和性倾向的歧视和偏见，维护和争取性少数权益。

地区：苏州

微信公众号：「[NEW 同学录](#)」

微博：苏州 LESGO 公益小组

### 跨儿心理

地区：广州

微信公众号/微博：「跨儿心理」

## 女友组

女友组是一个青年女性领导的成立于广州的民间非盈利组织，是一个兼丰富多元的社群活动、包容尊重的社群文化为一体的志愿者小组。旨通过社群服务、公共教育与社区合作，打造富有凝聚力、值得信赖的社群，为性少数女性群体的成长与发展助力。

地区：广州

微信公众号：「女友组 girlfans」

微博：女友组

网易云音乐：女友电台

## 同城青少年资源中心

同城青少年资源中心（简称同城或 GLCAC）是国内专注于推动校园性别平等教育，应对基于性别的校园暴力与欺凌及推动性与性别多元教育落实的民间团体组织。通过推动同志青少年社群发展、支持教师参与性/别教育、开展教育研究与倡议三方面的战略来倡议中国性别平等教育的落实。

微信公众号：「GLCAC03」

## 云南平行健康咨询发展中心

地区：昆明

地址：云南平行健康咨询发展中心

微博：[weibo.com/ynpx](http://weibo.com/ynpx)

Twitter：

[follow @YNParallel](#)

Facebook: [facebook.com/ynparallel](https://facebook.com/ynparallel)

微信公众号: 「云南平行」

电话: +86 0871-6337-9065、+86 180-6482-4919

QQ 群: [QQ 170530694](https://qq.com/170530694)

# 人格量表与问卷

## 大概率会被要求填写的人格量表与问卷

该分类内的人格量表与问卷**并非所有**医生都会要求填写。但是如 **陆峥** 医生，当前一定会被要求填写，尚无无需填写的报告。

(仅供参考，请以医院量表为准！)

## 有概率会被要求填写的人格量表与问卷

按字母表排序

缩写代码	名称
ASLEC	青少年生活事件量表
DSQ	防御方式问卷
HCL-32	轻躁狂检测清单
MDQ	双向情感障碍筛查
MMPI	明尼苏达多项人格问卷
PANSS	阳性和阴性精神症状评定量表
PDQ-4+	人格障碍测试筛查量表
PSQI	匹兹堡睡眠质量指数
SAS	焦虑自评量表
SCL-90	症状自评量表
SDS	抑郁自评量表
SLERS	紧张性生活事件量表
WCST	威斯康星卡片分类测验分析系统
YALE-BROWN	耶鲁布朗强迫症严重程度量表
Y-BOCS	耶鲁布朗强迫症量表

# 缩写词语表

## LGBT+

LGBT 是下列性少数单词首字母的合称

词汇	翻译
Lesbian	女同性恋
Gay man	男同性恋
Bisexuality	双性恋
Transgender	跨性别
Queer	酷儿
Intersex	双性人
Asexuality	无性恋
Pansexuality	泛性恋

## 衍生概念

缩写	翻译
cis	顺性别 (Cisgender)
cisF	顺性别女性
cisM	顺性别男性
trans	跨性别 (Transgender)
transF	跨性别女性
transM	跨性别男性
transles	跨性别女同性恋 (即其中一方为 transF)
transgay	跨性别男同性恋 (即其中一方为 transM)
FtX, MtX	认为自己不属于指派性别，同时也不完全属于另一个性别
FtM	女跨男 (Female-to-Male)
MtF	男跨女 (Male-to-Female)
TS	变性者 (Transsexual)

FtX, MtX 的 X 借自日语 X ジェンダー，即 non-binary 非二元

## RLE

实际生活体验 (Real-life experience) 指跨性别者全天候地按照其所认同的性别角色来生活

## HRT

性别肯定激素治疗 (Hormone replacement therapy) 从 2022 年开始将会被 性别肯定激素治疗 (Gender-affirming hormone therapy) 逐步取代

## SRS

性别重置手术 (Sex reassignment surgery) 有时也会被称之为：GRS (Gender reassignment surgery) 、性别确认手术 (Gender confirmation surgery) 、性别还原手术

## SRT

性别重置疗法 (Sex reassignment therapy) , 包含 HRT 和 SRS 等

## FFS

面部女性化手术 (Facial feminization surgery)

## VFS

声音女性化手术 (Voice feminization surgery)

## AG

幻想变性性兴奋理论 (Autogynephilia) , 一般认为是过时的理论

# CD

## 异装 (Cross-dressing)

异装旧称为易装，是一个男女二元性别框架下的概念，指人们出于不同的原因，选择在特定文化语境下通常与另一性别相关的打扮和行为模式，如男性选择偏女性气质的打扮，或女性选择偏男性气质的打扮等。异装癖指伴随性满足的异装。将异装癖等同于异装，是对异装的污名化。异装指的是这种行为本身，是一种性别表达，而不是一种性别倾向，也不是一种性别认同，因此异装不等同于同性恋，也不等同于跨性别。我国的法律与政策中，虽未明确提及异装的概念，但有多个条款提到不同性别应享有同等权利、禁止基于性别的歧视。包括异装在内的性别平等是全面性教育和实现社会公平的重要内容之一。

# WPATH

WPATH（世界跨性别人士健康专业协会）为 World Professional Association for Transgender Health 的缩写

官网：[wpath.org](http://wpath.org)

# 通俗用语表

以下解释均为一般化理解，仅供参考。

## 木桶饭

木桶饭 源于 Male-to-Female 缩写的拼音联想（Mù tǒng Fàn）。

飞天猫 与之类似（Fēi tiān Māo）。

## 伪娘、药娘、MtF?

MtF：跨性别女性。

伪娘/女装大佬：详见 [缩写词语表](#)。指打扮、着装、行为女性化的男性，一般指女装男子；但也有自称伪娘者，实为可以接纳男儿身的跨性别女性（其可能不知道跨性别的概念，也没有过于严重的[性别焦虑](#)）。

药娘：该词语在台湾具有冒犯意味。指通过 HRT 治疗使自身女性化的人群。药娘通常是跨性别女性，但也有非二元性别、伪娘等使用激素。MtF 不都是药娘，药娘不一定是 MtF。

## Pass

形容词。指性别表达取得第三者视角认同。

通过 HRT 可改善 pass 焦虑，具体可见 [HRT 效果参考](#)

## GD

GD 即为 Gender Dysphoria 的缩写，意为性别不安、性别焦虑（[百度百科](#) | [维基百科](#)）

## 糖

指代 [激素治疗](#) 所使用的药物。

## 家长党

名词。取得家长充分理解并予以支持的跨儿。

## 年龄党

名词。在 [青春期早期](#) 进行 HRT 治疗的跨儿。

## 天赋党

名词。具有一定天赋的人，特指先天身体条件更靠近性别认同的跨儿。

**天残党**：指先天身体条件与性别认同差距较大的跨儿。与「天赋党」相对

## 手术党、术娘

名词。指已完成 [SRS](#) 的跨儿。

## 中奖党

名词。指通过医院诊断等方法发现自己天生具有某些稀有异性生理特质的跨儿。

「抽奖」即指在医院进行相关诊断，如外周血染色体、腹部平扫等。

## 魔法党

指国产 GalGame [破防恋爱绮谭~不存在的夏天~ \(Steam\)](#) 中的 MtF 女主角 [苏半夏](#)。

我啊，希望自己能做一个普通的女孩子。

「对我来说，做一个普通的女孩子，只是一种奢望。」



## 药娘头

名词，指发型由男性长发向女性短发转变的过渡过程的一种发型，是 RLE 的必经步骤

备注：有经济能力或者家长支持的也可以考虑通过理发店美容接发的过程缩短这一阶段。

## 出柜

动词，指公开承认自己是跨儿。

## 深柜

形容词，指因为某些原因而不暴露自己是跨儿。

## 踹柜门

动词，指通过一些行为使深柜状态的跨儿被迫出柜。

## 姓名变更相关

### 护照姓名加注

外文名、惯用名在护照上加注，为不分姓、名的一栏，外文为大写字母。可作为第二法定名，效力和第一法定名等同。

需要前往：户口所在地公证处、户口所在地出入境管理局（海外由中国大使馆办理，公证件等效替换为 court document 等）

加注不一定需要公证文件，建议提前询户口所在地出入境管理局。学生证、出版物等记载你外文名/惯用名的亦可。

公证内容：

#### 声明书

本人姓名向日葵，性别女，2000年1月1日出生，身份证号  
114514200001010000

因涉外工作（学习）需要，本人声明，LOREM IPSUM 为本人在中华人民共和国境内和境外唯一使用的外文名，LOREM IPSUM 与本人的中文姓名 向日葵 和中文姓名的拼音 XIANG RIKUI 具有同等效力，均为本人使用。

因此本人使用外文名 LOREM IPSUM 在中华人民共和国境内外的所有行为均由本人承担所有法律后果。

特此声明

声明人：

年 月 日

签字，捺印，等公证，两天到一周出公证书。公证来了拿到出入境去要求加注。

办理公证时，请勿提出任何与护照加注有关的内容，公证处可能怕承担责任，可使用「留学」、「涉外工作（学习）」的理由。

可以事先咨询当地省级出入境管理局，电话咨询得到肯定答复时，请留下电话录音，只要省级认可加注，就没有任何问题了。

四川据传不能加注，请务必事先确认。

参阅 [zhihu.com/question/30301210/answer/628430817](https://zhihu.com/question/30301210/answer/628430817) (archive.is/f5tGY)

# 已确认列表

本文档指在搜集 **已确认** 的信息，供读者进行探索以便于缩小探索范围

## 精神科

省市	医院名称	科室	医生姓名	备注
北京市	北京大学第三医院	心理咨询门诊	郝树伟 胡佩诚	必须年满 20 岁
	北京大学第六医院	成人精神科	唐宏宇	观察期 1 年
	北京回龙观医院	两性心理门诊/普通精神病/抑郁症门诊	邸晓兰	观察期 1 年 需要介绍信
		两性心理门诊/心理门诊/特需门诊	过斌	
		抑郁症专家门诊/两性心理专家门诊/酒药依赖专家门诊	牛雅娟	观察期 1 年 需要介绍信 非跨性别专科
广东省	暨南大学附属第一医院 (广州华侨医院)	精神医学科门诊	贾艳滨	昂贵
	广州市第一人民医院	临床心理门诊	徐利敏	初诊断获得证明 需要家属陪诊
	广州医科大学附属脑科医院	普通精神科门诊/临床心理门诊	赵素华	
	北京大学深圳医院	见医院官网/公众号	王晓京	相关资料较少，待补充
	深圳市康宁医院	临床心理科	位照国	
		精神科	杨惠妮	
		精神科综合门诊	张倩	
贵州省	贵州省人民医院	心理科专科门诊	吴勇	诊断书观察期一年 开证难度大
湖北省	武汉市精神卫生中心 (六角亭院区)	精神科/心理咨询门诊	李赋	初诊获得证明 18 岁以下 需家长陪同

省市	医院名称	科室	医生姓名	备注
湖南省	湖南省第二人民医院	临床心理科	程明	可能有数名助手或学生
	中南大学湘雅二医院 - 精卫楼	精神科门诊/焦虑抑郁头痛失眠门诊/精神科简易开药门诊	贺莹	必须提前 1 周预约
江苏省	南京鼓楼医院江北国际医院/南京大学医学院附属鼓楼医院	医学心理科	曹秋云	需家属介入
	南京脑科医院		武欣	需介绍信/在读证明/学籍证明
	苏州市广济医院	心理咨询/专家门诊/高级专家特需门诊	杜向东	需家属介入 观察期一年
江西省	南昌大学第二附属医院(东湖院区)	心身医学科	郭明	需家属介入 多次就诊
辽宁省	大连市第七人民医院	心理科	刘宏	需要家长
			张亮	需家属介入 一次过
山东省	山东大学齐鲁医院青岛院区  山东省精神卫生中心	心理科专家门诊	高进	观察期一年
			胡蕾	
			张敬悬	
			曹秉玉	需家属介入
			齐素芳	
			陈忠	
			王洪军	
			于晓东	需家属介入
			陆峥	
上海市	上海市精神卫生中心(徐汇院区)		王飚	
			张毅	
			刘娜	
云南省	云南大学附属医院	临床心理科	刘瑞湘	观察期一年
浙江省	浙江大学医学院附属第二医院(解放院区)	精神科	杨玲琳	初诊获得证明/假条 经验略少
	温州医科大学附属康宁医院	睡眠障碍科/儿少心理科	郑天生	多次就诊

省市	医院名称	科室	医生姓名	备注
重庆市	重庆医科大学附属第三医院		任正伽	

## HRT (中国大陆)

省市	医院名称	科室	医生名称	备注
北京市	北京大学第三医院	成形外科 (整形外科)	潘柏林	
		内分泌科	刘烨	
		妇科	张坤	
		整形外科	杜姗姗	
		成型外科 (整形外科)	常旭	
		医学心理系	韩萌	
		成型科	杨文慧	
广东省	暨南大学附属第一医院	妇科门诊	高绿芬	
上海市	复旦大学附属儿童医院	儿科		
	上海第九人民医院(南部)- 新门诊楼	整复外科	程辰	
	上海交通大学医学院附属瑞金医院		全体内分泌科医生	
	上海交通大学医学院附属新华医院	儿童内分泌遗传科	邱文娟	缺乏更多资料
	复旦大学附属中山医院 (东院区)	专家门诊/高级专家门诊	李小英	
四川省	四川省人民医院 (温江院区)	内分泌门诊	王小红	非常耐心温柔
江苏省	苏州市立医院 (东区)	内分泌科	周建英	男性证件已无法在院内开具药品

## SRS (中国大陆)

省市	医院名称	科室	医生姓名	备注
安徽省	安徽医科大学第一附属医院		张贤生	
北京市	中国医学科学院整形外科医院			
	北京大学第三医院	成形外科（整形外科）	杨欣/常旭	手术较长，两位轮流主刀
广东省	暨南大学附属第一医院 (广州华侨医院)	整形外科	刘宏伟	
陕西省	西安国际医学中心医院整形医院		郭树忠	缺乏真实案例报告
上海市	上海九院		九院跨性别序列治疗团队	
	海军军医大学第一附属医院 (上海长海医院) 虹口院区	整形外科	赵烨德	
广东省	深圳市罗湖区人民医院	妇三科	秦成路 (主刀医生) 张可、王惠子、马莉莉、梁茂莲、任俊旭、黎雪茹	

省市	医院名称	科室	医生姓名	备注
四川省	四川大学华西医院 (本部)	整形外科烧伤科	许学文	
	四一六医院	整形烧伤科/ 医疗美容科	余道江	
	四川省人民医院(本部)(四川省医学科学院)	整形外科	游晓波	缺乏真实案例报告

## 司法鉴定

省市	机构名称	备注
上海市	复旦大学上海医学院司法鉴定中心	推荐周月琴医生 021-64044561 徐汇区斜土路 1885 号
	司法鉴定科学技术研究所司法鉴定中心	需要手术证明材料（中文）及户籍地派出所发函 +86 21-52361148,2750 光复西路 1347 号
深圳市	广东南天司法鉴定所	称因缺少妇科病床，已不具备性别鉴定资质
广东省广州市	中山大学司法鉴定中心	需要手术证明材料（原件中文，或原件外文+中文翻译件），必要派出所出具的鉴定委托书
福建省福清市	福建康泰司法鉴定中心	福清市诚丰世纪园五号楼 4 层 彭法医 友跨

## 嗓音女性化 (中国大陆)

省市	医院名称	科室	医生姓名	备注
北京市	首都医科大学 附属 北京友谊医院 西城院区	耳鼻喉科	李革临	声带手术/喉结手术
	北京友谊医院	耳鼻咽喉外科	侯倩	嗓音女性化训练

省市	医院名称	科室	医生姓名	备注
上海市	上海同仁医院	耳鼻喉科	陈臻	
	上海市第九人民医院		金河庚	嗓音女性化训练
	上海市第九人民医院南部院区	耳鼻咽喉头颈外科	易彬	嗓音女性化手术/训练
广东省	南方医科大学南方医院		李衍菲	
	深圳大学总医院		王路	
	中南大学湘雅二医院		胡文倩	
江苏省	南京同仁医院			嗓音女性化手术

## 嗓音女性化 (国外)

国家	机构名称
韩国	艺颂嗓音医院
泰国	Yoskarn

# 未确认列表

本文档指在搜集 **未确认** 或 **未经证实** 的信息，供读者进行探索以便于缩小探索范围

## 精神科

省市	医院名称	科室	医生姓名	备注
上海市	上海市民政第三精神卫生中心		刘群(院长)	可与家长沟通 友好 无开证记录
	上海市精神卫生中心		张毅	友跨情况存疑需要确认
	上海第十人民医院	精神心理科	诸秉根	
深圳市	中山大学附属第八医院	临床心理学科	毕波	询问确认有跨性别意愿就可以开诊断
	深圳精神卫生中心	临床心理门诊	王春华	好像有泄漏患者隐私的记录，非家长极不推荐
重庆市	重庆西南医院	神经内科？	翟伟	诊室不确定
云南省	云南省第二人民医院	临床心理科	李竺君	
	昆明医科大学第二附属医院	精神科	杨建中	
四川省	四川大学华西医院	心理卫生中心	刘丽珍	缺乏公开资料
			徐家军	
			况伟宏	
			张霓	
			李元媛	
			王强	
			马渝根	
	四川省人民医院	心身医学中心	黄颐	
			叶志君	
山东省	凉山彝族自治州第一人民医院	心理科	何靖	可与家长沟通
	山东大学齐鲁医院		于洪弯	
			毛雪琴	
山东省	山东省千佛山医院	心理咨询科	王成美	可与家长沟通

省市	医院名称	科室	医生姓名	备注
山东省			王焕君	
	山东省立医院	心理咨询门诊	焦志安	
	济南军区总医院	心理门诊	张晓明	
	济南市中心医院		安保增	
	淄博市妇幼保健院	精神科	庞吉成	
广东省	佛山市第二人民医院	儿科	王晓宁	
	广东省人民医院	心理精神科	姜美俊	
			宁布	
	广西医科大学第一附属医院	心理卫生科	尤美娜	缺乏进一步的报告
江西省	南昌大学第二附属医院	心身医学科	卢何丽	可劝家长 医生可能会优先考虑劝退
	江西省人民医院		黄小军	
河南省	信阳市精神病医院	精神科	郑建功	
湖北省	湖北省中医院		肖代齐	
湖南省	湘潭市第五人民医院	心理咨询与治疗中心	周泽慧	
	湖南省第二人民医院	神经外科	匡卫平	据称定期复查一年后可开手术证明
		精神卫生中心	刘学军	
辽宁省	沈阳精神卫生中心	精神科		需一年矫正治疗无效，并有家长陪同（限本院治疗）
陕西省	西安市精神卫生中心	儿少科	卞源	必须住院至少两周
	陕西省人民医院	心理科	焦文燕	
黑龙江省	哈尔滨医科大学附属第一医院	临床心理诊室	安钢辉	有待交叉确认

## HRT

省市	医院名称	科室	医生姓名	备注
上海市	上海交通大学医学院附属新华医院	儿童内分泌遗传科	邱文娟	
	上海交通大学医学院附属瑞金医院	内分泌科	孙首悦	HRT 指导
		性腺专病门诊		
	上海长海医院（虹口分院）	整形外科	赵烨德	据说能协助开具处方
北京市	北京大学人民医院	妇科		

省市	医院名称	科室	医生姓名	备注
	北京妇产医院	内分泌科	阮祥燕	
	中山大学孙逸仙纪念医院		王成芷	FtM HRT 指导
广东省	南方医科大学南方医院		曹瑛	
	南方医科大学珠江医院		杨力	
陕西省	西安交通大学第一附属医院			

## SRS

省市	医院名称	科室	医生姓名	备注
北京市	北京大学第三医院		杨欣	伦理?
上海市	上海长征医院	整形外科	赵耀忠	待讨论补充
深圳市	深圳市罗湖区人民医院			女证情况下做修复
广东省	南方医科大学南方医院	整形美容外科	高建华	擅长 SRS 和 隆胸, 造价颇高
陕西省	第四军医大学西京医院	整形外科	夏文森	很难约上
黑龙江省	哈尔滨医科大学附属第四医院	整形美容科	陈伟华	

## 司法鉴定

省市	名称	备注
广东省	暨南大司法鉴定中心	有报告称不能开具

## 嗓音女性化 (中国大陆)

省市	医院名称	科室	医生姓名	备注
北京市	中国人民解放军总医院	咽喉嗓音外科	王荣光	嗓音训练、声带手术
			黄冬雁	
深圳市	深圳市中医院	耳鼻咽喉科	李许娜	陈臻学生, 嗓音训练
	深圳市人民医院		周舟	
	深圳市儿童医院	言语治疗科	王琳	陈臻学生, 嗓音训练 (可能仅限网上)
广东省	广东省人民医院	耳鼻喉科	葛平江	嗓音训练、声带手术
	广东省妇幼保健院	康复医学科	蒙朦	陈臻学生, 嗓音训练

省市	医院名称	科室	医生姓名	备注
				(可能仅限网上)
	广州市番禺区中心医院		李响	陈臻学生, 嗓音训练
江苏省	南京同仁医院		何双八	
海南省	中国人民解放军总医院 (海南分院)	耳鼻咽喉科	王荣光	嗓音训练、声带手术
			黄冬雁	

## 噪音女性化 (国外)

国家	机构名称	备注
日本	ISK Bangkok CO.,LTD.	有待核实
	Rose Ladies School	
	国际医疗福祉大学东京嗓音中心	
	广芝耳鼻喉科诊所	
泰国	PAI	
	Yanhee	有待核实
美国	Mount Sinai	
韩国	艺颂嗓音中心医院	

# 已过时列表

本文档指在搜集 已过时的 信息避免在后续维护中被再次添加到正式内容中

## 精神科

省市	医院名称	科室	医生姓名	备注
北京市	北京大学第六医院	成人精神科	丛中	已退休
四川省	四川省人民医院（四川省精神医学中心院区）	心身医学	李慧	拒绝接诊
安徽省	合肥市第四人民医院	早期干预科	黄英	已退休
山东省	山东省精神卫生中心	心理咨询与治疗门诊	黄圆媛	已停诊
江苏省	南京脑科医院	失眠专科	陈建国	已退休
浙江省	浙江大学医学院附属邵逸夫医院	精神卫生科	吴皓	该院无资质
	浙江大学医学院附属第一医院		许毅	已退休
陕西省	西安市精神卫生中心	早期干预科	雷莹	受举报，拒绝接诊
湖南省	中南大学湘雅二医院	心理咨询科	张小崔	拒绝接诊

## SRS

省市	医院名称	科室	医生姓名	备注
安徽省	安徽医科大学第一附属医院	整形外科	赵宇	该院无资质

## 性别司法鉴定

省市	机构名称	备注
浙江省	浙江大学司法鉴定中心	无法提供此项目





