



# Transsexualität – Was, Wo, Wie

Von der Diagnose „Transsexualität“ bis zur „abgeschlossenen“ Behandlung ist es oft ein langer Weg. Vor allem Anfangs kann die Fülle von verschiedenen Stellen, die man anlaufen muss, und die alle verschiedene Belege wollen bevor es losgehen darf, echt verwirrend sein. Dieses Dokument soll Ihnen helfen, einen Überblick zu bekommen, und Sie im Prozess zu begleiten.

Im Folgenden finden Sie verschiedene Anlaufstellen, eine kurze Beschreibung was es dort jeweils gibt, was man dafür tun muss, und welche Dokumente man dafür braucht.

## Warum überhaupt so viele Hürden?

Der Gedanke kommt fast unwillkürlich wenn man sieht, durch welche Reifen ein trans\* Mensch springen muss, um Unterstützung zu bekommen. Warum so viele Stellungnahmen? Warum Therapie? Für Krebs oder gar eine „lausige Erkältung“ kriege ich sofort und unbürokratisch so viel Hilfe wie ich will. Aber bei so etwas bedeutendem wie Transsexualität nicht? Ja, leider ist das so. Für die Begründung muss man ein bisschen ausholen: Transsexualität ist keine Erkrankung im klassischen Sinne. Üblicherweise geht die Medizin davon aus, dass eine Krankheit vorliegt, wenn etwas nicht so funktioniert, wie es soll. Bei Transsexualität ist ihr Körper aber voll funktionsfähig. Ihre Psyche auf den ersten Blick auch – Sie haben eine stabile Geschlechtsidentität, und alle Teile der Psyche funktionieren, wie sie sollten. Nur – biologischer Körper und Identität passen nicht zusammen\*<sup>1</sup>. Und dadurch kann sehr viel Leid entstehen. Es liegt also definitiv ein Problem mit „Krankheitswert“ vor, darum gibt es auch eine Diagnose, und das Gesundheitssystem darf für Sie tätig werden.

Das Besondere ist die Behandlung: da wir davon ausgehen müssen, dass Ihre Geschlechtsidentität stabil ist, führt der einzige Weg zur Reduktion der Symptome über eine (drastische) Veränderung des Körpers. Und das obwohl mit diesem aus rein somatischer, also körperlicher, Sicht, alles okay ist. Hier schalten sich darum die Krankenkassen ein: die wollen nämlich nun prüfen, ob die gewählten Maßnahmen wirklich die letzte Möglichkeit sind, Ihr Leid zu mindern. Das müssen die tun, da die verpflichtet sind, mit ihren Geldern umsichtig umzugehen, und keine nicht-notwendigen Eingriffe zu bezahlen. Und eben diese Notwendigkeit ist bei Krebs, Erkältungen oder einem gebrochenen Bein offensichtlich – bei



# Transsexualität – Was, Wo, Wie

Transsexualität für die Kassen aus irgendeinem Grund nicht. Denn es könnte ja rein theoretisch sein, dass gar keine Transsexualität, sondern eine andere Störung vorliegt. Oder dass die Hormontherapie ausreicht, und eine OP nicht nötig ist. Oder, oder, oder \*<sup>2</sup>.

Die Krankenkassen möchten darum eine Art Beweis, dass die angestrebten Maßnahmen Ihnen tatsächlich helfen, sich im Alltag besser zu fühlen, sprich: das Leid zu verringern. Das tun die nicht aus Bösartigkeit, sondern aus Umsicht \*<sup>3</sup>.

Für die betroffenen Personen ist der Prozess trotzdem nicht schön. Manchmal sogar ermüdend oder unangenehm. Aber: es kann Ihnen helfen, sich eine positive Grundhaltung zu bewahren, und sich zu freuen, dass Sie Unterstützung bekommen können. In gewisser Weise sind die Krankenkassen genau wie Sie gerade dabei, das Thema Trans\* für sich zu entdecken und sich langsam aber sicher damit wohler zu fühlen.

## Personenstands- und Namensänderung

Ab dem 1.8.2024 gilt das neue Selbstbestimmungsgesetz. Dies erlaubt es, Namens- und Personenstandsänderungen per Willenserklärung vorzunehmen, ohne ein invasives Gutachterverfahren durchlaufen zu müssen. Man meldet sich hierfür im Standesamt an, wartet drei Monate, und darf dann die eigentliche Erklärung abgeben. Der Geschlechtseintrag kann auf männlich/weiblich/divers geändert werden, oder vollständig gestrichen werden. Der gewählte Vorname muss aber zur gewählten Identität passen. Weitere Informationen finden Sie auf [www.sbgg.jetzt](http://www.sbgg.jetzt) oder [www.dgti.org](http://www.dgti.org).

## Hormonbehandlung

Hormonbehandlungen werden von Endokrinologen durchgeführt. Sie brauchen also erstmal eine\*n Endo (die liebevolle Verkürzung von Endokrinolog\*in), der oder die gewillt ist, mit Ihnen die Behandlung zu machen. Viele Endos lassen sich gerne die Diagnose „Transsexualismus“ nochmal durch ein Indikationsschreiben von eine\*r Therapeut\*in bestätigen. Der oder die Endo prüft dann, ob die Hormonbehandlung sicher und angemessen ist. Und dann kann es losgehen. Sie müssen also: Endo suchen, Indikationsschreiben von Therapeut\*in zum Endo geben, und wenn Endo



# Transsexualität – Was, Wo, Wie

sagt alles sei okay, kann es auch schon losgehen! Theoretisch kann eine Hormonbehandlung aber auch von Hausärzt\*innen, Psychiater\*innen, Gynäkolog\*innen oder Urolog\*innen durchgeführt werden.

## Geschlechtsangleichende OPs

Die geschlechtsangleichende OP wird etwas schwieriger. Hier braucht es einen oder eine Chirurg\*in, um den Eingriff durchzuführen. Ist er oder sie gefunden, braucht man eine Bestätigung dafür, dass nur dieser Eingriff in der Lage ist, das empfundene Leid zu mildern, und „sanftere Mittel“ bereits ausgeschöpft sind. Sprich: vorher muss Psychotherapie erfolgt sein. Und zwar 12 Sitzungen über einen Zeitraum von 12 Monaten, die auch in der Gruppe durchgeführt werden können. Hierüber muss die Therapeut\*in einen „Befund- und Verlaufsbericht“ anfertigen. Ein Zweitgutachten ist hier eher unüblich (ein zweiter Gutachter kann ja nicht die Inhalte der gesamten Therapie mal kurz nachvollziehen), aber manchmal verlangen die Ärzte ein zweites Indikationsschreiben. Das ist aber Arztsache, und nicht von den Kassen so festgelegt.

Tipp: Suchen Sie sich vor der OP einen Gynäkologen / Urologen für die Nachsorge, damit Sie nicht immer bis zur Klinik fahren müssen.

## Epithesen, Perücken

Für die Anfertigung einer Epithese oder Perücke braucht es nur ein Indikationsschreiben einer Therapeut\*in (manchmal will man auch hier einen Befund- und Verlaufsbericht). Dieses Schreiben geht an die Leistungsabteilung der Krankenkasse. Dann braucht man von der (Haus)Arztpraxis eine Heilmittelverordnung. Mit dieser geht man nun zu Perücken- bzw. Epithesenmacher\*in, und kann die Verordnung dort einlösen. Vorsicht: manchmal wünschen sich die Krankenkassen, dass Sie vom medizinischen Dienst der Krankenkassen nochmals zur Absicherung beurteilt werden, aber das wird nur auf ausdrücklichen Wunsch der Kasse so gemacht.

## Haar/Bartentfernung

Damit die Haarentfernung übernommen wird, müssen die Haare (meistens der Bart) valide Alltagserfahrungen verhindern. Das stellt fest... die Therapeut\*in. Mit



# Transsexualität – Was, Wo, Wie

einem Indikationsschreiben. Mit diesem kann man einfach mal in eine Praxis gehen und fragen. Allerdings: die Leistung wird von den Kassen nur schlecht bezahlt, viele Hautärzt\*innen bieten das darum nicht an. Ob die Kosten übernommen werden, und was man dafür tun muss, variiert von Krankenkasse zu Krankenkasse, Bundesland zu Bundesland und Praxis zu Praxis. Und manchmal ist es Montags anders als am Abend. Hier bitte einfach auf gut Glück probieren, und nicht entmutigen lassen!

## Stimm/Sprechtraining

Hier sieht es einfacher aus. Sie suchen sich eine logopädische Praxis in der sie sich wohl fühlen, und fragen ob diese Sprachtraining für Transmenschen anbietet. Falls ja, holen Sie sich von Ihrer Therapeut\*in ein Indikationsschreiben, und eine Heilmittelverordnung von einem Arzt (fast egal von welchem). Vorsicht, diese Verordnungen sind immer nur 28 Tage gültig, also damit dann auch ganz schnell anfangen!

## Stimmband-OP

Sollte das Stimm/Sprechtraining für 1-2 Jahre keinen ausreichenden Effekt gebracht haben, wäre eine Stimmband-OP eine Option. Ironischerweise braucht man für diese nur ein Indikationsschreiben bei einer Therapeut\*in, und eine\*in Chirurg\*in der sich die OP zutraut und bereit ist sie zu machen.

## Fußnoten

\*1: Ganz so einfach ist das dann doch nicht: schließlich gibt es große Unterschiede zwischen Genotyp, Phänotyp, Entwicklung der verschiedenen Geschlechtsmerkmale, Intersexualität und vieles mehr. Und auch verschiedene Sichtweisen auf das Thema. Aber im Sinne der einfacheren Lesbarkeit wurde hier deutlich vereinfacht.

\*2: Manchmal sind die Krankenkassen aber auch einfach stur, man erwischt einen transfeindlichen Sachbearbeiter, oder kommt an einen der hoffentlich seltener werdenden Momente, wo sich eine Kasse auch mal ganz gegen den aktuellen wissenschaftlichen Kenntnisstand stellt. Üblicherweise sind die Kassen aber vernünftig und unterstützend.

\*3: Die Hoffnung ist, dass es Umsicht für das Wohl der Patienten ist, böse Zungen behaupten, es sei Umsicht gegenüber den eigenen Gewinnen. Auch hier gibt es stark verschiedene Meinungen.