

# Medizinische Informationen für trans\*, inter\* und nicht-binäre Menschen, Stand 11.03.2022

Du bist trans\*, inter\* oder nicht-binär und möchtest Informationen über medizinische Transition, z. B. Hormone und Psychotherapie? Wir haben ein paar erste Informationen für dich, wo du unterstützt wirst – insbesondere, wenn du schon in Transition bist, und auch, wenn sie noch vor dir liegt.

Dieses Merkblatt ist für Menschen gedacht, die einen Aufenthaltstitel nach §24 Aufenthaltsg (auch „vorübergehender Schutz“, „Kriegsflüchtlinge“ genannt) bekommen haben.

## KRANKENVERSICHERUNG

Zu medizinischen Leistungen und deren Bezahlung kommst du in Deutschland über eine Krankenversicherung. Die Regelungen für ukrainische Personen variieren je nach Aufenthalts- und Versicherungsstatus. Dazu am besten zunächst die allgemeinen aktuellen Informationen des LAF beachten: <https://www.berlin.de/laf/ankommen/fluechtlinge-aus-der-ukraine/> [DARYA: ANDERER LINK, WO INFOS AUF RUSSISCH STEHEN]

Wir gehen hier von einer vorläufigen Krankenversicherung mit deutscher Krankenversicherungsnummer aus.

## HORMONE

*Wie du eine Hormontherapie in Deutschland beginnen oder fortsetzen kannst:*

Allgemeinärzt\*innen / Hausärzt\*innen, Endokrinolog\*innen, Gynäkolog\*innen dürfen Rezepte für Hormone ausstellen. Bei den Beratungsstellen am Ende dieses Papiers bekommst du Tipps, welche empfehlenswert sind.

*Was brauche ich, damit die Krankenkasse Hormone zahlt?*

In der Regel brauchst du eine Diagnose bzw. eine „Indikation“, dass du „trans\*“ bist. Vor der Hormontherapie wollen die meisten Krankenversicherungen und Ärzt\*innen, dass du eine Psychotherapie von mindestens 6 Monaten machst. Ein Indikationsschreiben für Hormone bekommst du von Psychotherapeut\*innen (mehr dazu unter Psychotherapie). Da die Wartezeit bis man eine Psychotherapie anfängt sehr lange dauern kann, frage eine Beratungsstelle (siehe unten), wen sie dafür empfehlen und für weitere Tipps.

Sobald du ein Indikationsschreiben hast, kannst du direkt in eine Praxis gehen. Wenn du bereits eine Hormontherapie an deinem Herkunftsort gestartet hast und dazu offizielle Nachweise hast, dann kannst du auch direkt in eine Praxis gehen. Am besten übersetzt man diese Unterlagen in die englische Sprache, um mit dem Arzt sich besser zu verständigen, die Übersetzung kann man selbst erstellen.

## PSYCHOTHERAPIE

Psychotherapie machst du am besten bei Therapeut\*innen, für die deine Krankenkasse zahlt. Es gibt aber auch Therapeut\*innen, für die die Krankenkasse nicht zahlt. Nicht alle Therapeut\*innen haben gute Kenntnisse zu Trans\*. Tipps, welche empfehlenswert sind, bekommst du bei den unten

genannten Beratungsstellen. Es gibt leider kaum wenige Therapeut\*innen, die ukrainisch oder russisch sprechen, einige sprechen englisch.

Zum Thema Dolmetschen in der Therapie und die Übernahme der Kosten dafür beraten dich Beratungsstellen wie das Zentrum Überleben: <https://www.ueberleben.org/> Auch wenn diese Seite keine ukrainische oder russische Version hat, kann man versuchen, eine E-Mail auf ukrainisch oder russisch zu schicken ([info@ueberleben.org](mailto:info@ueberleben.org)).

## **ANLAUFSTELLEN**

Hier findest du eine Übersicht von Organisationen aus der LSBTIQ\*-Community in Deutschland (vor allem in Berlin), wo du dich beraten lassen kannst.

### **Munich Kyiv Queer (München)**

Setzt sich speziell für LSBTIQ\* aus der Ukraine ein. Helfen bei aktuellen Herausforderungen (z. B. Ankunft, Shuttles, shelter, Vernetzung zu anderen ukrainischen LSBTI\*).

Homepage: <https://munichkyivqueer.org/%d0%b3%d0%be%d0%bb%d0%be%d0%b2%d0%bd%d0%b0/>

### **Schwulenberatung Berlin / Fachstelle für LSBTI\* Geflüchtete**

Zentrum für LSBTI\* Geflüchtete: psychologische Beratung, Asyl- und Verfahrensberatung, Weitervermittlung in eine queere Unterkunft. Die Schwulenberatung bietet darüber hinaus auch extra Beratungen für trans\*, inter\* und nicht-binäre Menschen, psychotherapeutische Unterstützung und Antidiskriminierungsberatung an. Sprachmittler\*innen können bei der Übersetzung unterstützen.

Homepage: <https://schwulenberatungberlin.de/queer-refugees-ukr>, Email: [refugees@sbberlin.de](mailto:refugees@sbberlin.de), Tel. +49 (0)30 44 66 88 -111, Montag-Freitag 9-20 Uhr

### **Checkpoint BLN (Berlin)**

Der Checkpoint BLN ist ein Ort der sexuellen Gesundheit für schwule und bisexuelle Männer sowie für trans\* und inter\* Personen.

Im Checkpoint BLN gibt es:

- Kostenfreie Tests auf HIV und andere sexuell übertragbare Infektionen
- Kostenfreie Behandlung von HIV und anderen sexuell übertragbaren Infektionen
- Kostenfreie PEP (bei entsprechender Indikation)
- Versorgung mit PrEP (Kosten von 40 € fallen an bei Menschen ohne deutsche Krankenversicherung)

Homepage: <https://checkpoint-bln.de/>

### **Quarteera (Russian-speaking LGBTQs in Germany)**

Unterstützen russischsprachige LSBTIQ\* in Deutschland und allgemein LSBTI\* aus Mittel- und Osteuropa. Helfen LSBTIQ\* aus und in der Ukraine bei aktuellen Herausforderungen (Ankunft, Shuttles, shelter, Vernetzung).

Homepage: <http://www.quarteera.de>, Email: [info@quarteera.de](mailto:info@quarteera.de) und [help@quarteera.de](mailto:help@quarteera.de)

### **WostoQ-Regenbogen:**

Projekt von und für LSBTIQ\* aus Ukraine, Russland u. a. postsowjetischen Ländern. Helfen bei aktuellen Herausforderungen (Ankunft, Vernetzung).

Email: [wostog.regenbogen@gmail.com](mailto:wostog.regenbogen@gmail.com)

### **LesMigras / Lesbenberatung Berlin**

Beratungsstelle für lesbische, trans\* und bisexuelle Menschen; momentan psychosoziale Fachberatung auf ukrainisch und russisch an.

Homepage: <https://lesmigras.de/de/>, Email: [beratung@lesbenberatung-berlin.de](mailto:beratung@lesbenberatung-berlin.de), Tel. +49 (0)30 215 20 00

### **Transgender Europe e. V. (TGEU)**

Dachverband von Trans\*- Organisationen in Europa und Zentralasien mit Sitz in Berlin. Können bei der Navigation durch Europa unterstützen. Auch spezieller Fokus zu Ukraine-Unterstützung erschienen:

Homepage: <https://tgeu.org/>, Email: [tgeu@tgeu.org](mailto:tgeu@tgeu.org)

Übersicht mit Angeboten für geflüchtete LSBTIQ in vielen weiteren Städten in Deutschland (mit Landkarte):

[https://www.queer-refugees.de/5812-2/wpbdp\\_category/treffpunkt-fuer-gefluechtete-lsbtiq-personen/](https://www.queer-refugees.de/5812-2/wpbdp_category/treffpunkt-fuer-gefluechtete-lsbtiq-personen/)