

# اختيارات الحمل المتاحة لل سيدات في المقاطعة الشمالية

## لقد مارست علاقة جنسية بدون وقاية - ماذا أفعل؟

إذا كنت قد مارست علاقة جنسية بدون وقاية أو أن وسيلة منع الحمل قد فشلت في حمايتك من حدوث حمل وأنت لا ترغبين في الحمل، قد يمكنك استخدام حبوب منع الحمل الطارئة. يتعيّن عليك أن تأخذي حبوب منع الحمل الطارئة في خلال خمسة (٥) أيام من ممارسة العلاقة الجنسية التي تمت بدون وقاية لمنع حدوث الحمل وتتوفر تلك الحبوب عند معظم الصيدليات بعد استشارة الصيدلي. لا تحتاجين إلى روثة لصرف حبوب منع الحمل. إذا كنت تقيمين في منطقة نائية، عادةً ما تتوفر تلك الحبوب عند العيادة الصحية المحلية لديك.

## اعتقد أنني حامل

يتعرض الكثير من النساء إلى حمل غير مخطط له في مرحلة ما في حياتهن. للتأكد من أنك حامل يمكنك عمل ما يلي:

- استخدام اختبار الحمل في المنزل وهو متوفر لدى الصيدلية أو السوبر ماركت
- زيارة طبيبك المحلي الذي يمكنه إجراء تحليل للبول أو تحليل للدم
- زيارة مركز تنظيم الأسرة "Family Planning Welfare NT" (في داروين)
- زيارة العيادة المحلية لديك

## الحمل الغير مخطط له

يتعرض الكثير من النساء إلى حمل غير مخطط له أو غير متوقع في مرحلة ما في حياتهن. يحدث ما يقرب من ٢٠٠,٠٠٠ حالة حمل غير مخطط لها كل عام في أستراليا. لدى كل سيدة الحق في اتخاذ القرارات الخاصة بها وسيساعدك هذا الكتيب في تفهم الاختيارات المتاحة لك لمساعدتك في اتخاذ القرار.

## الحمل كان مخطط له ولكن يوجد مشكلة ما في الحمل

قد تكوني خططي لحدوث الحمل ولكن اكتشفت مشكلة ما به. وهذا أمر يُحدث قلق شديد وتحتاجين إلى معلومات عن الحمل من طبيبك أو من أخصائيين آخرين يشرحون لك نتائج أي اختبارات قمت بها. يمكنك عندئذ مناقشة رأيك مع طبيبك أو مع عائلتك أو مع آخرين.

## الحصول على المساندة

قد ترغبين وقد لا ترغبين في الحديث عن حملك ولكن سيفيدك أن تتحدثي عن الحمل مع شخص تثقي فيه ويمكنه أن يقدم لك معلومات حيادية. يوجد بعض المواقع الإلكترونية المفيدة تم ذكرها في نهاية هذا الكتيب يمكنها إمدادك بالمعلومات ومساعدتك في اتخاذ القرار.

## ثلاثة اختيارات

عند حدوث حمل غير مخطط له أو عند حدوث مشكلة غير متوقعة في الحمل، يوجد ثلاثة اختيارات وهم:

1. استمرار الحمل وتصيرين الأم
2. استمرار الحمل وعرض الطفل للتبني
3. التخلص من الحمل (الذي يُسمى أيضاً الإجهاض)

## 1. استمرار الحمل والأمومة

اختيار أن تصيرين أم هو قرار يغير الحياة بأكملها. إذا اخترت الاحتفاظ بالحمل، حدددي موعد مع طبيبك الذي سيساعدك في ترتيب الخطوات التالية.

## 2. التبني

التبني هو تحويل الحقوق والواجبات القانونية لتربية طفل من الأم/ الوالدين بالولادة إلى الوالدين بالتبني بصفة دائمة. أن وحدة التبني بالمقاطعة الشمالية هي جزء من عائلات المقاطعة (Territory Families) وهي المسؤولة عن ترتيبات التبني في المقاطعة الشمالية. إذا كنت ترغبين في وضع خطة للتبني في الاعتبار اتصلي بوحدة التبني.

وحدة التبني – عائلات المقاطعة (Territory Families)

رقم الهاتف: ٠٨ ٨٩٢٢ ٥٥١٩

بريد إلكتروني:

[TF.Adoptions@nt.gov.au](mailto:TF.Adoptions@nt.gov.au)

عنوان بريدي : PO Box 40596 Casuarina NT 0800

ستعد الوحدة موعد لك لمناقشة الاختيارات المتاحة لك وإجراءات التبني.

## 3. التخلص من الحمل (الإجهاض)

يُعد الإجهاض إجراء شائع نسبياً في أستراليا. بين كل ٣ سيدات في أستراليا تتعرض سيدة واحدة للإجهاض على الأقل مرة واحدة خلال حياتها وغالبية الإجهاض يحدث في أول ١٤ اسبوع من الحمل. ويوجد نوعان من الإجهاض وهما:

### التخلص الطبي المبكر من الحمل (بواسطة عقاقير)

- تُعد هذه الوسيلة وسيلة طبية قليلة المخاطر
- يجب أن تكون فترة الحمل أقل من تسعة أسابيع (أو ٦٣ يوماً)
- تقومي بزيارة طبيب متمرّن على اعطاء دواء للتخلص من الحمل
- تصل نسبة النجاح للتخلص المبكر من الحمل بواسطة العقاقير إلى ٩٨٪ في أول ٩ أسابيع من الحمل ولكن في حالات نادرة لا تكتمل عملية الإجهاض وقد تحتاجين إلى تدخل جراحي
- تتوفر المزيد من المعلومات عن هذا النوع من الإجهاض في كتيب آخر بعنوان " التخلص من الحمل (الإجهاض) في المقاطعة الشمالية"

### التخلص الجراحي من الحمل

- التخلص الجراحي من الحمل (أقل من ١٤ اسبوع) هو طريقة قليلة المخاطر يتم إجراؤها في المستشفى أو في عيادة لعمليات اليوم الواحد
- يتم اعطاء مخدر عام وتستغرق العملية من ١٠ إلى ١٥ دقيقة
- عادةً يمكنك الرجوع إلى منزلك في نفس اليوم
- ستعاني من ألم ونزيف بعد التخلص الجراحي من الحمل وستحتاجين إلى شخص يوصلك من المستشفى إلى المنزل
- يوجد دائماً مخاطر مصاحبة للجراحة أو التخدير. تتوفر المزيد من المعلومات عن هذا النوع من الإجهاض في كتيب آخر بعنوان " التخلص من الحمل (الإجهاض) في المقاطعة الشمالية"

### ماذا تفعلين إذا كنت تعتقدين بأنك ترغبين في التخلص من الحمل؟

تحدثي مع طبيبك، أو مع الممرضة، أو مع المهني الصحي عن اختيارات الإجهاض المتاحة لك

- قومي بقراءة كتيب " التخلص من الحمل (الإجهاض) في المقاطعة الشمالية"

معلومات عبر الإنترنت

احذري من بعض الخدمات التي تقدم معلومات غير حيادية عن اختيارات الحمل المتاحة. ينبغي عليك أن تفحصي المعلومات بنفسك وأن تحددى ما هو الأفضل لك.

### بعض المواقع الإلكترونية التي قد تساعدك في اتخاذ قرار عند حدوث حمل غير مخطط له .

<p>مركز الأطفال بالاختيار (تشيلدرن باي تشويس) " <b>Children by Choice</b> " هو مركز في كوينزلاند للمرأة يقدم خدمة المشورة النفسية، ومعلومات وإحالات وهو مؤيد لاختيارك لا يوجهك في اتجاه محدد ولا يدينك.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- للسيدات <a href="#">اضغط هنا</a></li><li>- للسيدات الصغيرات في السن <a href="#">اضغط هنا</a></li></ul> <p>لفحص ما إذا كانت المعلومات التي تقومى بقراءتها يمكن الاعتماد عليها وغير متحيزة لاختيار ما دون الآخر <a href="#">اضغط هنا</a></p>
<p>شاين ساوث أستراليا " <b>Shine South Australia</b> " هي جمعية تنظيم الأسرة في جنوب أستراليا ولديها المعلومات التالية على موقعها الإلكتروني <a href="#">معلومات عن اختيارات الحمل المتاحة</a></p>
<p>لدى مركز تنظيم الأسرة بنزمانيا موقع إلكتروني يحتوي على معلومات عن اختيارات الحمل المتاحة والتي يمكنك الوصول إليها عن طريق <a href="#">الضغط هنا</a></p>

اخلاء طرف

إن الهدف من المعلومات الموجودة في هذه الوثيقة هو توفير المعلومات وللتثقيف فقط. لقد أخذت المقاطعة الشمالية كل الحذر للتأكد من دقة المعلومات ومن تحديثها عند وقت النشر. إذا كانت لدى أي شخص قلق خاص بأمر يتعلق بالصحة التناسلية أو الجنسية فعليه الحصول على نصيحة من الطبيب، نشجعه إلى السعي في الحصول على المعونة والمشورة من مقدم الرعاية الصحية الخاص بهم.