

# Επιλογές εγκυμοσύνης στη Βόρεια Επικράτεια

## **Αποποίηση ευθυνών**

Οι πληροφορίες σε αυτό το έγγραφο έχουν παρασχεθεί μόνο για πληροφορίες και εκπαιδευτικούς σκοπούς. Η υπηρεσία NT Health έχει λάβει κάθε φροντίδα για να διασφαλίσει ότι οι πληροφορίες είναι ακριβείς και ενημερωμένες κατά τη στιγμή της δημοσίευσης. Τα άτομα που ενδιαφέρονται για οποιοδήποτε θέμα προσωπικής, αναπαραγωγής ή σεξουαλικής υγείας ενθαρρύνονται να ζητούν συμβουλές και βοήθεια από τον πάροχο υγειονομικής περίθαλψης.

## Μη προγραμματισμένη εγκυμοσύνη

Πολλές γυναίκες και άτομα που μπορούν να μείνουν έγκυες έχουν μια μη προγραμματισμένη ή απροσδόκητη εγκυμοσύνη κάποια στιγμή.

Ο καθένας έχει το δικαίωμα να παίρνει τις δικές του αποφάσεις σχετικά με την εγκυμοσύνη τους. Αυτό το φυλλάδιο σας βοηθά να κατανοήσετε τις επιλογές σας και να παίρνετε αποφάσεις.

## Είχα σεξουαλική επαφή χωρίς προστασία - τι να κάνω;

Εάν έχετε υποστεί σεξουαλική επίθεση, είχατε σεξουαλική επαφή χωρίς προστασία ή η αντισύλληψή σας δεν έχει λειτουργήσει και δεν θέλετε να μείνετε έγκυος, μπορείτε να πάρετε το αντισυλληπτικό χάπι έκτακτης ανάγκης (που ονομάζεται επίσης " το χάπι μετά το πρωί "). Τα αντισυλληπτικά χάπια έκτακτης ανάγκης ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ ΕΝΤΟΣ ημερών από την χρονική περίοδο που είχατε σεξ προστασία και είναι διαθέσιμα από τα περισσότερα φαρμακεία χωρίς συνταγή.

## Νομίζω ότι είμαι έγκυος

Για να ελέγξετε αν είστε έγκυος, μπορείτε:

- Χρησιμοποιήστε ένα τεστ εγκυμοσύνης στο σπίτι από το φαρμακείο ή το σούπερ μάρκετ
- Πηγαίνετε για μια εξέταση με τον τοπικό γιατρό ή την κλινική σας
- Κλείστε ραντεβού με τον οργανισμό Family Planning Welfare NT – Πρόνοια Οικογενειακού Προγραμματισμού (στο Ντάργουιν ή στο Πάλμερστον)

Ο γιατρός σας, ο νοσηλευτής σας ή ο εργαζόμενος στον τομέα της υγείας σας μπορούν να σας βοηθήσουν να βρείτε πόσες εβδομάδες είστε έγκυος. Αυτό θα γίνει με σάρωση υπερήχων.

## Η εγκυμοσύνη είναι προγραμματισμένη, αλλά υπάρχει κάποιο πρόβλημα

Μπορεί να έχετε μια προγραμματισμένη εγκυμοσύνη, αλλά έχετε μάθει ότι υπάρχει πρόβλημα. Αυτό μπορεί να είναι πολύ ανησυχητικό και θα χρειαστείτε πληροφορίες σχετικά με την εγκυμοσύνη από το γιατρό σας και άλλους ειδικούς και θα σας εξηγήσουν τα αποτελέσματα οποιωνδήποτε εξετάσεων. Στη συνέχεια, μπορείτε να συζητήσετε όλες τις επιλογές σας με το γιατρό σας, την οικογένειά σας ή άλλα άτομα.

## Υποστήριξη για τη λήψη απόφασης

Ίσως θελήσετε να μιλήσετε με κάποιον που εμπιστεύεστε για να σας δώσουν αμερόληπτες πληροφορίες. Υπάρχουν ορισμένοι ιστότοποι που αναφέρονται στο τέλος αυτού του φυλλαδίου για να σας βοηθήσουν να πάρετε τη σωστή απόφαση για εσάς.

Ο **Οργανισμός Πρόνοιας Οικογενειακού Σχεδιασμού Βόρειας Επικράτειας** μπορεί να σας δώσει πληροφορίες σχετικά με τις επιλογές ή την περαιτέρω υποστήριξη με την εγκυμοσύνη. Τηλέφωνο (08) 8984 0144.

## Τρεις επιλογές

Όταν έχετε μια μη προγραμματισμένη εγκυμοσύνη ή ένα απροσδόκητο πρόβλημα με μια εγκυμοσύνη, υπάρχουν τρεις επιλογές:

1. Συνεχίστε με την εγκυμοσύνη και γίνετε γονέας
2. Συνεχίστε με την εγκυμοσύνη και δώσετε το παιδί για υιοθεσία
3. Τερματίστε την εγκυμοσύνη (κάτι που ονομάζεται επίσης άμβλωση)

### 1 Συνεχίζοντας με την εγκυμοσύνη και τη γονική μέριμνα

Η επιλογή να γίνετε γονέας είναι μια απόφαση που αλλάζει τη ζωή σας. Εάν επιλέξετε να συνεχίσετε με την εγκυμοσύνη σας, κλείστε ραντεβού με το γιατρό σας που θα σας βοηθήσει να σχεδιάσετε τα επόμενα βήματα.

### 2 Υιοθεσία

Η υιοθέτηση είναι μια κατάσταση όπου τα νόμιμα δικαιώματα και η ευθύνη για να μεγαλώσει κάποιος ένα παιδί μεταφέρονται μόνιμα από τους γονείς γέννησης στους υιοθετούντες γονείς.

Η Northern Territory Adoption Unit (Μονάδα Υιοθεσίας της Βόρειας Επικράτειας) οργανώνει την υιοθεσία στη Βόρεια Επικράτεια. Εάν θέλετε να μιλήσετε για να κάνετε ένα σχέδιο υιοθεσίας επικοινωνήστε με τη Μονάδα Υιοθεσίας για ραντεβού.

The Adoption Unit - Territory Families Housing and Communities

Τηλέφωνο: (08) 8922 5519

Email: tfhc.adoptions@nt.gov.au

Επισκεφθείτε αυτοπροσώπως στο: RCG Center, 47 Mitchell Street, Darwin

### 3 Διακοπή εγκυμοσύνης (άμβλωση)

Η διακοπή μιας εγκυμοσύνης είναι κάτι κοινό στην Αυστραλία. Περίπου 1 στις 3 γυναίκες ή άτομα που μπορούν να μείνουν έγκυες στην Αυστραλία έχουν τουλάχιστον μια διακοπή στη ζωή τους και οι περισσότερες διακοπές συμβαίνουν τις πρώτες 14 εβδομάδες της εγκυμοσύνης.

Περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την διακοπή εγκυμοσύνης βρίσκονται στο φυλλάδιο "Τερματισμός εγκυμοσύνης στη ΒΕ".

### Πρώιμη Ιατρική Διακοπή

- Αυτός είναι ένας τρόπος χαμηλού κινδύνου για να διακοπή μια εγκυμοσύνη χρησιμοποιώντας φάρμακα.

- Πρέπει να είστε λιγότερο από εννέα εβδομάδες (λιγότερο από 63 ημέρες) έγκυος.
- Θα χρειαστείτε ένα υπερηχογράφημα για να ελέγξετε πόσες εβδομάδες είστε έγκυος.
- Μια διακοπή μετά από εννέα εβδομάδες η εγκυμοσύνη πρέπει να συμβεί σε νοσοκομείο.
- Θα χρειαστεί να δείτε έναν γιατρό που είναι εκπαιδευμένος στην παροχή φαρμάκων για την διακοπή μιας εγκυμοσύνης.
- Ο γιατρός σας θα ελέγξει ότι μπορείτε να λάβετε τη σωστή φροντίδα στη σπάνια περίπτωση ιατρικής έκτακτης ανάγκης.
- Ο γιατρός σας θα ρωτήσει εάν έχετε:
  - Ένα τηλέφωνο που λειτουργεί και κάλυψη τηλεφωνικής επικοινωνίας
  - Αξιόπιστη μεταφορά και πρόσβαση σε δρόμο, συμπεριλαμβανομένης της πρόσβασης κατά την διάρκεια της υγρής περιόδου
  - Ασφαλές κατάλυμα, συμπεριλαμβανομένων της ιδιωτικότητας και μιας τουαλέτας και ντους
  - Ένα άτομο υποστήριξης ή άτομα για όλη την περίοδο του τερματισμού.
- Μπορεί να χρειαστούν τρεις έως τέσσερις ημέρες για να ολοκληρωθεί η διακοπή.
- Θα έχετε πόνο και αιμορραγία. Ο γιατρός σας θα σας δώσει φάρμακα για να βοηθήσει με τον πόνο.
- Πολύ σπάνια τα φάρμακα δεν λειτουργούν πλήρως και μπορεί να χρειαστείτε επιπλέον φάρμακα ή ξεχωριστό χειρουργικό τερματισμό.
- Θα χρειαστείτε έναν έλεγχο υγείας 14 έως 21 ημέρες μετά τη λήψη των φαρμάκων για να είναι βέβαιο ότι ο τερματισμός είναι πλήρης και να μιλήσετε για την αντισύλληψη.

### Χειρουργική διακοπή

- Πρόκειται για μια διαδικασία χαμηλού κινδύνου που γίνεται με χειρουργική επέμβαση σε νοσοκομείο ή σε κλινική ημερήσιας επέμβασης.
- Μπορείτε να έχετε χειρουργική διακοπή μέχρι 24 εβδομάδες έγκυος υπό τη φροντίδα ενός γιατρού.
- Θα χρειαστεί να δείτε τουλάχιστον δύο γιατρούς εάν είστε πάνω από 24 εβδομάδες έγκυος.
- Σας δίνεται ένα γενικό αναισθητικό (για να κοιμηθείτε). Στις περισσότερες περιπτώσεις μπορείτε να πάτε στο σπίτι την ίδια ημέρα της διαδικασίας.
- Θα έχετε πόνο και αιμορραγία μετά από χειρουργική διακοπή και θα χρειαστείτε ένα άτομο υποστήριξης για να σας μεταφέρει στο σπίτι από το νοσοκομείο.
- Περισσότερες λεπτομέρειες σχετικά με αυτό το είδος διακοπής βρίσκονται στο φυλλάδιο "Διακοπή εγκυμοσύνης στη ΒΕ " ή μιλήστε με το γιατρό σας

## Τι να κάνετε αν νομίζετε ότι θέλετε μια διακοπή;

- Μιλήστε με το γιατρό, το νοσηλεύτη ή τον υγειονομικό σας εργαζόμενο σχετικά με τις επιλογές σας για τερματισμό.
- Διαβάστε το φυλλάδιο " Διακοπή εγκυμοσύνης στη ΒΕ "

## Πληροφορίες στο Διαδίκτυο

Ορισμένες υπηρεσίες ενδέχεται να μην παρέχουν αμερόληπτες πληροφορίες σχετικά με τις επιλογές εγκυμοσύνης, έτσι πρέπει να εξετάσετε τις πληροφορίες μόνοι σας και να αποφασίσετε τι είναι καλύτερο για εσάς.

Αυτοί οι ιστότοποι μπορούν να σας βοηθήσουν να λάβετε μια απόφαση σχετικά με μια απρογραμμάτιστη εγκυμοσύνη.

### **Παιδιά με επιλογή**

Πρόκειται για μια υπηρεσία παροχής συμβουλών, πληροφοριών και παραπομπών για γυναίκες με βάση την Κουηνσλάνδη, η οποία είναι υπέρ της επιλογής, μη κατευθυντήρια και δεν κάνει κριτική, που συμπεριλαμβάνει συμβουλές για γυναίκες που ενδέχεται να βρίσκονται σε βίαιες σχέσεις ή σε ελεγχόμενες σχέσεις.

Επισκεφτείτε το: [www.childrenbychoice.org.au](http://www.childrenbychoice.org.au)

### **Οικογενειακός Προγραμματισμός Βόρειας Επικράτειας**

Ο Οργανισμός Πρόνοιας Οικογενειακού Σχεδιασμού βρίσκεται στο Ντάργουιν και στο Πάλμερστον και προωθεί τη σεξουαλική υγεία και τα δικαιώματα για όλους. Η υπηρεσία παρέχει επίσης διακοπή εγκυμοσύνης.

Επισκεφθείτε: <http://www.fpwnt.com.au/>

### **Shine South Australia**

Ο Σύνδεσμος Οικογενειακού Σχεδιασμού της Νότιας Αυστραλίας προσφέρει πληροφορίες σχετικά με τις διακοπή εγκυμοσύνης.

Επισκεφθείτε: [www.shinesa.org.au](http://www.shinesa.org.au)

### **Marie Stopes Australia**

Ένας οργανισμός που παρέχει μια σειρά πληροφοριών και υπηρεσιών για την αναπαραγωγική υγεία, που συμπεριλαμβάνει για διακοπή εγκυμοσύνης.

Καλέστε: 1300 866 315 66430

Επισκεφθείτε: [www.mariestopes.org.au](http://www.mariestopes.org.au)