NORTHERN TERRITORY GOVERNMENT

ਨੋਰਦਰਨ ਟੇਰ੍ਰੀਟ੍ਰੀ ਵਿੱਚ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਵਿਕਲਪ

ਬੇਦਾਅਵਾ (Disclaimer)

ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਵਿਚਲੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਿਰਫ਼ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਵਿਦਿਅਕ ਉਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਐਨ ਟੀ ਹੈਲਥ ਨੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਹਰ ਧਿਆਨ ਰੱਖਿਆ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਦੇ ਸਮੇਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਹੀ ਅਤੇ ਨਵੀਨਤਮ ਹੋਵੇ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਨਿੱਜੀ ਪ੍ਰਜਨਨ ਜਾਂ ਜਿਨਸੀ ਸਿਹਤ ਦੇ ਮੁੱਦੇ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਿਹਤ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਦਾਤਾ ਤੋਂ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਅਨਿਯੋਜਿਤ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ

ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਲੋਕ ਜੋ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਕਿਸੇ ਨਾ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਅਨਿਯੋਜਿਤ ਜਾਂ ਅਚਾਨਕ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਖ਼ੁਦ ਦੇ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ। ਇਹ ਪੁਸਤਿਕਾ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਦੀ ਹੈ।

ਮੈਂ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੈਕਸ ਕੀਤਾ ਹੈ - ਮੈਂ ਕੀ ਕਰਾਂ?

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਤੇ ਜਿਨਸੀ ਹਮਲਾ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੈਕਸ ਕੀਤਾ ਹੈ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਕ ਨੇ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਕ ਗੋਲੀ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ (ਜਿਸ ਨੂੰ "ਮੌਰਨਿੰਗ ਆਫਟਰ ਪਿਲ" ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ)। ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਕ ਗੋਲੀਆਂ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸੈਕਸ ਕਰਨ ਦੇ ਪੰਜ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਲਾਜ਼ਮੀ ਲੈਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਕੈਮਿਸਟਾਂ ਕੋਲੋਂ ਬਿਨਾਂ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਪਰਚੀ ਦੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

ਮੈਨੂੰ ਲਗਦਾ ਹੈ ਮੈਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹਾਂ

ਇਹ ਵੇਖਣ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਕੈਮਿਸਟ ਜਾਂ ਸੁਪਰਮਾਰਕੀਟ ਤੋਂ ਇੱਕ ਘਰ ਵਿੱਚ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਟੈਸਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ
- ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਕੋਲ ਜਾਂਚ ਲਈ ਜਾਓ
- ਫੈਮਲੀ ਪਲੈਨਿੰਗ ਵੈਲਫੇਅਰ ਐਨ ਟੀ (ਡਾਰਵਿਨ ਜਾਂ ਪਾਮਰਸਟਨ ਵਿੱਚ) ਦੇ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਸਮਾਂ ਪੱਕਾ ਕਰੋ।

ਤੁਹਾਡਾ/ਤੁਹਾਡੀ ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਕਰਮਚਾਰੀ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨੇ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੋਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ। ਇਹ ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ ਸਕੈਨ ਦੇ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਪਰ ਇੱਕ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ

ਤੁਹਾਡੀ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਬਹੁਤ ਚਿੰਤਾਜਨਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਮਾਹਿਰਾਂ ਤੋਂ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਟੈਸਟਾਂ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ। ਫਿਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਾਰੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਪਰਿਵਾਰ ਜਾਂ ਹੋਰ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨਾਲ ਸਲਾਹ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ

ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਿਰਪੱਖ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਭਰੋਸਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਹੀ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਇਸ ਪੁਸਤਿਕਾ ਦੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਕੁਝ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਸੂਚੀਬੱਧ ਕੀਤੀਆਂ ਗਾਈਆਂ ਹਨ।

ਫੈਮਲੀ ਪਲੈਨਿੰਗ ਵੈਲਫੇਅਰ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਨੋਰਦਰਨ ਟੈਰ੍ਰੀਟ੍ਰੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਟੈਲੀਫੋਨ (08) 8984 0144.

ਤਿੰਨ ਵਿਕਲਪ

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਅਨਿਯੋਜਿਤ ਜਾਂ ਅਚਾਨਕ ਸਮੱਸਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਸਮੇਂ ਤਿੰਨ ਵਿਕਲਪ ਹੁੰਦੇ ਹਨ:

1. ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਨਾਲ ਜਾਰੀ ਰਹੋ ਅਤੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਬਣੋ
2. ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਜਾਰੀ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਗੋਦ ਲੈਣ ਲਈ ਦੇ ਦਵੋ
3. ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਸਮਾਪਤ ਕਰ ਦੋ (ਜਿਸਨੂੰ ਗਰਭਪਾਤ ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ)

1. ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣਾ ਅਤੇ ਮਾਪੇ ਬਣ ਕੇ ਪਾਲਣ ਪੋਸ਼ਣ ਕਰਨਾ

ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਬਣਨ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨਾ ਇੱਕ ਜੀਵਨ ਬਦਲਣ ਵਾਲਾ ਫੈਸਲਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਮੁਲਾਕਾਤ ਕਰੋ ਜੋ ਅਗਲੇ ਕਦਮਾਂ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ/ਕਰੇਗੀ।

2. ਗੋਦ ਲੈਣਾ/ਦੇਣਾ

ਗੋਦ ਲੈਣਾ/ਦੇਣਾ ਉਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਦੇ ਪਾਲਣ-ਪੋਸ਼ਣ ਲਈ ਕਾਨੂੰਨੀ ਅਧਿਕਾਰ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀ ਸਥਾਈ ਤੌਰ ਤੇ ਜਨਮ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ (ਮਾਪਿਆਂ) ਤੋਂ ਗੋਦ ਲੈਣ ਵਾਲੇ ਮਾਪਿਆਂ ਨੂੰ ਤਬਦੀਲ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਨੋਰਦਰਨ ਟੇਰ੍ਰੀਟ੍ਰੀ ਵਿੱਚ ਨੋਰਦਰਨ ਟੇਰ੍ਰੀਟ੍ਰੀ ਅਡਾਪਸ਼ਨ ਯੂਨਿਟ ਗੋਦ ਲੈਣ/ਦੇਣ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਗੋਦ ਲੈਣ/ਦੇਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਮੁਲਾਕਾਤ ਦਾ ਸਮਾਂ ਪੱਕਾ ਕਰਨ ਲਈ ਅਡਾਪਸ਼ਨ ਯੂਨਿਟ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਅਡਾਪਸ਼ਨ ਯੂਨਿਟ - ਟੈਰੀਟਰੀ ਫੈਮਿਲੀਜ਼ ਹਾਊਸਿੰਗ ਅਤੇ ਕਮਿਊਨਿਟੀਜ਼
ਟੈਲੀਫੋਨ: (08) 8922 5519
ਈਮੇਲ: tfhc.adoptions@nt.gov.au
ਨਿੱਜੀ ਤੌਰ ਤੇ ਇੱਥੇ ਜਾਓ: ਆਰਸੀਜੀ ਸੈਂਟਰ, 47 ਮਿਚੱਲ ਸਟ੍ਰੀਟ, ਡਾਰਵਿਨ

3. ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ (ਗਰਭਪਾਤ)

ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਵਿੱਚ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਕਰਵਾਉਣਾ ਇੱਕ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ। ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ 3 ਵਿੱਚੋਂ 1 ਔਰਤ ਜਾਂ ਲੋਕ ਜੋ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀਆਂ ਸਮਾਪਤੀਆਂ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਪਹਿਲੇ 14 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ *"ਐਨ ਟੀ ਵਿੱਚ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ" ("Having a Termination of Pregnancy in the NT")* ਪੁਸਤਿਕਾ ਵਿੱਚ ਹੈ।

ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਮੈਡੀਕਲ ਸਮਾਪਤੀ

• ਦਵਾਈ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਸਮਾਪਤ ਕਰਨ ਦਾ ਇਹ ਇੱਕ ਘੱਟ ਜੋਖਮ ਵਾਲਾ ਤਰੀਕਾ ਹੈ।
• ਤੁਸੀਂ ਨੌਂ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੋਂ ਘੱਟ (63 ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਘੱਟ) ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹੋ।
• ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਪਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਅਲਟਰਾਸਾਊਂਡ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨੇ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੋਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ।

• ਨੌਂ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੋ ਬਾਅਦ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਹੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।
• ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਸ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ ਜੋ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਸਮਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਦਵਾਈ ਦੇਣ ਲਈ ਸਿਖਲਾਈ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੈ।
• ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂਚ ਕਰੇਗਾ/ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਡਾਕਟਰੀ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਦੀ ਅਸੰਭਵ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਸਹੀ ਦੇਖਭਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
• ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਪੁੱਛੇਗਾ/ਪੁੱਛੇਗੀ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਨਿਮਨਲਿਖਤ ਹਨ:
  • ਇੱਕ ਕਾਰਜਸ਼ੀਲ ਫ਼ੋਨ ਅਤੇ ਫ਼ੋਨ ਕਵਰੇਜ
  • ਭਰੋਸੇਮੰਦ ਟਰਾਂਸਪੋਰਟ ਅਤੇ ਸੜਕਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ, ਬਾਰਿਸ਼ ਦੇ ਮੌਸਮ ਦੌਰਾਨ ਪਹੁੰਚ ਸਮੇਤ
  • ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰਿਹਾਇਸ਼, ਗੋਪਨੀਯਤਾ ਅਤੇ ਟਾਇਲਟ ਅਤੇ ਸ਼ਾਵਰ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਸਮੇਤ
  • ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਦੇ ਪੂਰੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਇੱਕ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ।
• ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਤਿੰਨ ਤੋਂ ਚਾਰ ਦਿਨ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ।
• ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਰਦ ਅਤੇ ਖੂਨ ਦਾ ਵਗਣਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਰਦ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਦਵਾਈ ਦੇਵੇਗਾ/ਦੇਵੇਗੀ।
• ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਹਾਲਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਦਵਾਈ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਤਿਰਿਕਤ ਦਵਾਈ ਜਾਂ ਇੱਕ ਵੱਖਰੀ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਸਰਜੀਕਲ ਸਮਾਪਤੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
• ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਤੋਂ 14 ਤੋਂ 21 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਪੂਰੀ ਹੋ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਕ ਦੇ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਸਿਹਤ ਜਾਂਚ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ।

ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਸਰਜੀਕਲ ਸਮਾਪਤੀ

• ਇਹ ਇੱਕ ਘੱਟ ਜੋਖਮ ਵਾਲੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੈ ਜੋ ਹਸਪਤਾਲ ਜਾਂ ਦਿਨ ਦੀ ਸਰਜਰੀ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
• ਇੱਕ ਡਾਕਟਰ ਦੀ ਦੇਖ-ਰੇਖ ਹੇਠ ਤੁਸੀਂ 24 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੋਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਸਰਜੀਕਲ ਸਮਾਪਤੀ ਕਰਵਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।
• ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ 24 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਦੋ ਡਾਕਟਰਾਂ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ।
• ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਜਨਰਲ ਬੇਹੋਸ਼ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ (ਸੁਲਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ)।
• ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਹੋਣ ਦੇ ਉਸੇ ਦਿਨ ਘਰ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।
• ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਸਰਜੀਕਲ ਸਮਾਪਤੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਰਦ ਅਤੇ ਖੂਨ ਦਾ ਵਗਣਾ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਤੋਂ ਘਰ ਲੈ ਜਾਣ ਲਈ ਇੱਕ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਇਸ ਕਿਸਮ ਦੀ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਵੇਰਵੇ *"ਨੌਰਦਰਨ ਟੇਰ੍ਹੀਟ੍ਰੀ ਵਿੱਚ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਕਰਵਾਉਣਾ"* *("Having a Termination of pregnancy in the Northern Territory")* ਪੁਸਤਿਕਾ ਵਿੱਚ ਹਨ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਸੋਚਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ?

• ਇੱਕ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਲਈ ਆਪਣੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ ਜਾਂ ਸਿਹਤ ਕਰਮਚਾਰੀ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।
• *"ਨੌਰਦਰਨ ਟੇਰ੍ਹੀਟ੍ਰੀ ਵਿੱਚ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਕਰਵਾਉਣਾ"* *("Having a Termination of Pregnancy in the Northern Territory")* ਪੁਸਤਿਕਾ ਪੜ੍ਹੋ

ਇੰਟਰਨੈੱਟ ਤੇ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਸ਼ਾਇਦ ਕੁਝ ਸੇਵਾਵਾਂ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਨਿਰਪੱਖ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਨਗੀਆਂ ਇਸ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਉੱਪਰ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਇਹ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਕੀ ਹੈ।

ਇਹ ਵੈੱਬਸਾਈਟਾਂ ਅਨਿਯੋਜਿਤ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਚਿਲ੍ਡ੍ਰਨ ਬਾਯ ਚੋਇਸ (Children by Choice) ਇਹ ਕੁਈਨਜ਼ਲੈਂਡ ਵਿੱਚ ਅਧਾਰਤ ਔਰਤ-ਕੇਂਦ੍ਰਿਤ ਸਲਾਹ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਰੈਫਰਲ ਸੇਵਾ ਹੈ ਜੋ ਹਿੰਸਕ ਜਾਂ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਸਬੰਧਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਸਲਾਹ ਸਮੇਤ ਚੋਣ-ਪੱਖੀ, ਗੈਰ-ਨਿਰਦੇਸ਼ਕ ਅਤੇ ਗੈਰ-ਨਿਰਣਾਇਕ ਹਨ। ਇੱਥੇ ਜਾਓ: www.childrenbychoice.org.au
ਪਰਿਵਾਰ ਨਿਯੋਜਨ ਨੋਰਦਰਨ ਟੇਰ੍ਰੀਟ੍ਰੀ (Family Planning Northern Territory) ਫੈਮਿਲੀ ਪਲੈਨਿੰਗ ਵੈਲਫੇਅਰ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਡਾਰਵਿਨ ਅਤੇ ਪਾਮਰਸਟਨ ਵਿੱਚ ਸਥਿਤ ਹੈ ਅਤੇ ਹਰੇਕ ਲਈ ਜਿਨਸੀ ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸੇਵਾ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਜਾਓ: http://www.fpwnt.com.au/
ਸ਼ਾਇਨ ਸਾਉਥ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ (Shine South Australia) ਦੱਖਣੀ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਦੀ ਫੈਮਿਲੀ ਪਲੈਨਿੰਗ ਐਸੋਸੀਏਸ਼ਨ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇੱਥੇ ਜਾਓ: www.shinesa.org.au
ਮੈਰੀ ਸ੍ਟੋਪ੍ਸ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ (Marie Stopes Australia) ਇੱਕ ਸੰਸਥਾ ਜੋ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਸਮੇਤ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪ੍ਰਜਨਨ ਸਿਹਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਸੇਵਾਵਾਂ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਕਾਲ ਕਰੋ: 1300 866 315 66430 ਇੱਥੇ ਜਾਓ: www.mariestopes.org.au