Kuwa na kukomesha mimba katika Wilaya ya Kaskazini

Kanusho

Taarifa katika waraka huu imetolewa kwa madhumuni pekee ya kielezo na elimu. NT Health imekuwa na uangalifu sana kuhakikisha kuwa taarifa ni sahihi na ya kisasa kwa wakati wa kuchapisha. Watu binafsi wanaokuwa na wasiwasi kuhusu suala lolote la kibinafsi kwa uzazi au la kifya ya ngono wanahimizwa kutafuta ushauri na usaidizi kutoka mtoa huduma wao wa afya.

Chaguzi za kukomesha mimba katika Wilaya ya Kaskazini

Sheria katika Wilaya ya Kaskazini huruhusu madaktari kutoa kukomesha mimba (utoaji wa mimba).

Takriban 1 wa wanawake 3 wanapata mimba isiyopangwa wakati fulani katika maisha yake.
Kila mtu ana haki ya kufanya maamuzi yake mwenyewe kuhusu ujauzito wake. Kijitabu hiki kinakusaidia kuelewa chaguzi zako ikiwa unataka kukomesha mimba (pia kujulikana kama utoaji mimba) katika NT.

Chaguzi zako kwa mimba isiyopangwa au ujauzito wa shida

1. Endelea na ujauzito na uwe mzazi wake
2. Endelea na ujauzito na weka mtoto kwa uasili
3. Kukomesha mimba (pia unaitwa utoaji mimba)

Kijitabu cha "*Chaguzi za Ujauzito katika Wilaya ya Kaskazini*" kina maelezo zaidi (katika Kiingereza) kuhusu chaguzi zako.

Je, nienda wapi kuzungumza juuya kukomesha mimba?

Unaweza kuzungumza kuhusu kukomesha mimba (utoaji wa mimba) na daktari wako, mkunga wa kituo cha afya, muuguzi au Mtaalamu wa Afya wa Asili.

Ikiwa unakaa katika Darwin au Palmerston unaweza pia kupiga simu kwenye Shirika la Ustawi wa Upangaji wa Familia NT (Family Planning Welfare NT) kwenye (08) 8948 0144 kuzungumza chaguzi zako.

Nani anaweza kufanya uamuzi kuhusu kukomesha mimba?

Kuwa na kukomesha mimba au kutopata kukomesha mimba ni uamuzi wako. Hakuna mtu anayepaswa kukulazimisha kufanya uamuzi huu.

Daktari wako ata uliza maswali kuangalia unaelewa kukomesha mimba ni nini, kuwa unafanya uamuzi sahihi kwako, na hakuna mtu anayelazimisha uamuzi.

- Ikiwa una umri juu ya miaka 18 unaweza kufanya uamuzi huo wewe mwenyewe.
- Ikiwa una umri kati ya miaka 15 na 18 na daktari anaona una uwezo kwa kufanya maamuzi yako mwenyewe, basi ni uamuzi wako pamoja na daktari.
- Ikiwa una umri chini ya miaka 14 basi utahitaji kuwa na mzazi au mlezi wako kukubali na upasuaji, isipokuwa daktari anaona una uwezo wa kufanya uamuzi wako mwenyewe.
- Unaweza kutaka usaidizi wa kufanya uamuzi kutoka kwa mfanyakazi wa kijamii hospitalini, rafiki wa karibu au mwanafamilia anayeaminika.

Taarifa yako ya siri

Ikiwa hutaki mtu mwingine yeyote (isipokuwa wafanyakazi wa afya) kujua kuhusu ujauzito wako au kukomesha mimba kwako unapaswa kuwaambia wafanyakazi wanaokuhudumia. Usipomjulisha daktari hivi kumbukumbu yako ya matibabu yanaweza kuingizwa kwenye mfumo unaoweza kuonekana kwenye kliniki ya eneo lako au kutumwa kwa daktari wako wa kawaida. Kama hutaki daktari au kliniki ya eneo lako ihusishwe utahitaji kuwa na miadi ya kufuatilia na daktari aliyefanya kukomesha mimba au aliyeagiza dawa.

Kukomesha mimba

Kuna chaguzi kuu mbili kwa kukomesha mimba – kwa matibabu au upasuaji.

Kukomesha Mimba Mapema kwa Matibabu.

Unaweza tu kupata kukomesha mimba mapema kwa matibabu **kabla wiki tisa** (siku 63).

- Utahitaji kutathminiwa na daktari kuona kama ni chaguo hii inafaa kwako.
- Ikiwa inafaa kwako, daktari yule ataandika agizo kwa dawa.
- Utahitaji kupeleka maagizo yako kwa mfamasia au kliniki ya afya ili kuchukua dawa. Mfamasia/ mfanyakazi wa afya atakupa maelezo juu ya kutumia dawa.
- Unaweza kuchukua dawa unapokuwa nyumbani.
- Ikiwa daktari wako anakupendekeza kukomesha mimba kwa matibabu baada ya umekuwa na ujauzito wa wiki tisa, lazima itokee hospitalini.
- Kukomesha mimba kunaweza kuchukua siku tatu hadi nne kukamilisha.
- Utapata maumivu zaidi ya kukandamiza kuliko maumivu ya kawaida ya hedhi.
- Unaweza kujisikia vibaya na kutapika na kuhara.
- Daktari wako atakupa dawa ili kupunguza maumivu

Mambo ya kufikiria wakati wa kuwa na kukomesha mimba mapema kwa matibabu:

- Daktari wako atazungumza na wewe kuhusu unachohitaji wakati wa kukomesha mimba na kuangalia upate huduma inayofaa katika tukio ambalo lina uwezekano mdogo la dharura ya matibabu.
- Hata ikiwa una mimba chini ya wiki 9 bado unaweza kuchagua kukomesha mimba kwa upasuaji katika hospitali ikiwa hivyo ni pendeleo yako.
- Daktari wako atakuuliza kama unayo:
    - simu inayofanya kazi na upokeaji wa simu
    - usafiri wa uhakika na upatikanaji wa barabara, ikiwa ni pamoja na upatikanaji wakati wa msimu wa mvua
    - makazi salama, ikiwa ni pamoja na ufaragha na choo na kifaa cha kuoga
    - mtu au watu wasaidizi kwa muda mzima wa kukomesha mimba.
- Mara chache sana upasuaji haufanyi kazi kikamilifu na unaweza kuhitaji dawa ziada na kukomesha mimba kwa upasuaji tofauti ili kukamilisha kukomesha mimba.
- Utahitaji ukaguzi wa afya siku 14 hadi 21 baada ya upasuaji ili kuhakikisha kukomesha mimba kumekamilika na kuhakikisha una mpango wa uzazi ambao ni bora kwa mahitaji yako.

Kukomesha Mimba kwa Upasuaji

- Kukomesha mimba kwa upasuaji unaofanywa hospitalini au kwenye chumba cha upasuaji wa siku.
- Utaratibu huo kwa kawaida huhusisha kufyonza (kuondolewa kwa tishu kutoka kwa uterasi) na mara nyingi hufanywa chini ya dawa ya kugandiza ya jumla.
- Idadi ndogo sana ya kukomesha mimba hutokea baada ya wiki 24. Daktari wako atakupangia kumwona angalau daktari mwingine mmoja ili kukusaidia kuamua juu ya utaratibu bora wa kukomesha kwako.

- Mara nyingi unaweza kwenda nyumbani siku hiyo hiyo baada ya kuwa na upasuaji wa kukomesha mimba.
- Utapata maumivu na kutokwa damu kiasi kwa hivyo na utahitaji mtu msaidizi kukusindikiza nyumbani kutoka hospitalini.

Mambo ya kufikiria wakati wa kupata upasuaji wa kukomesha mimba:

- Kuna hatari ndogo kwamba upasuaji hautaondoa tishu zote ambazo zinaweza kusababisha damu nyingi na inaweza kumaanisha kwamba unahitaji kufanyiwa upasuaji mwingine.
- Baadhi ya wakati maambukizi yanaweza kutokea ambayo yanahitaji kutibiwa na antibiotik.
- Kuna hatari ndogo kuwa mlango wako wa uzazi au uterasi utaharibika. Hiyo ni nadra na wakati inapotokea mara nyingi matokeo ni mpasuko mdogo unaojiponya.
- Kuna hatari ndogo ya kutokwa na damu nyingi na katika hali nadra kuongezewa damu kunaweza kuhitajika
- Upasuaji wowote unaohitaji kutumia dawa ya ganzi kuna hatari. Hizi ni chini sana kwa wanawake wenye afya. Daktari atakuelezea hatari kabla ya upasuaji.

Itakuwaje ikiwa nahitaji mkalimani?

Ikiwa unahitaji mkalimani kwa lugha yoyote, daktari wako au mtaalamu wa afya atapanga mkalimani kwako, ama ana kwa ana au kwa njia ya simu.

Usaidizi wa kusafiri

Ikiwa unastahiki kukomesha mimba mapema kwa matibabu na huna ufikiaji wa malazi salama au usaidizi wa matibabu na huduma za dharura, wewe na mtu msaidizi mnaweza kustahiki usaidizi wa usafiri na malazi kupitia PATS. Unaweza kuzungumza juu ya hili na daktari wako wakati unapojadili chaguzi zako za kukomesha mimba.

Usaidizi wa usafiri na malazi kupitia PATS unapatikana pia kwa wanawake na wajawazito wanaopata kukomesha mimba kwa upasuaji.

Kutembela daktari kwa kufuatilia baada ya kukomesha mimba

Ni muhimu sana kurudi kwa daktari ambaye alifanya kukomesha mimbaau kuagiza dawa kati ya siku 14-21 baada ya kukomesha mimba. Daktari ataangalia kuwa kukomesha kumekamilika na kuzungumza na wewe kuhusu aina bora zaidi ya uzazi wa mpango kwako.

Nitajisikiaje baada ya kukomesha?

Wanawake wengi wanaoamua kukomesha ujauzito wanahisi kama wamefanya uamuzi sahihi. Wengine wanaweza kuhisi huzuni na hasara. Ushauri unaweza kukusaidia kukabiliana na hisia zako. Unaweza kuuliza kwa maelezo ya chaguzi za ujauzito kabla ya kufanya uamuzi kuhusu kukomesha mimba (ona kijitabu "*Chaguo za Ujauzito kwa Wanawake katika Wilaya ya Kaskazini*"). Unaweza pia kupata ufikiaji wa ushauri nasaha wakati na baada ya kukomesha mimba.

What if my doctor or health professional won't talk to me about termination?

Ukichagua kukomesha mimba na daktari wako au mfanyakazi wa afya hatakusaidia, lazima akupeleke kwa daktari mwingine ambaye atakusaidia. Mara rufaa imetolewa kwa daktari mwingine, tathmini yako ya kukomesha mimba inapaswa kufanywa ndani ya siku mbili za kazi.

Ikiwa unahitaji kukomesha mimba haraka sana kwa sababu za matibabu, unapaswa kuonekana na daktari haraka iwezekanavyo.

Mawasiliano Yanayopendekezwa

Family Planning Welfare NT	Kituo cha Mnara wa Saa 2 Dick Ward Drive, Coconut Grove NT 0810 Masaa: 9am to 4pm Simu: (08) 8948 0144
Gynaecology Outpatients Clinic Alice Springs Hospital	6 Gap Rd, The Gap NT 0870 Simu: (08) 8951 6980