



الحمل: دليل عملية اتخاذ القرار

هذا الدليل مصممٌ لمساعدة الناس المترددين بشأن الاستمرار بحملهم. هذه المعلومات مصممةٌ لشرح خياراتكم ومساعدتكم على اتخاذ القرار المناسب لكم.

ما هي خياراتكم؟

عند اتخاذ قرار، قد تودون التفكير في كافة خياراتكم. إذا كنتم تريدون دعمًا ونصيحةً غير متحيزة، فإن استشارة خيارات الحمل متاحة.

للمزيد من المعلومات بشأن استشارة خيارات الحمل

1800 My Options 1800myoptions.org.au

إذا كان الحمل غير مخططٍ له فخياراتكم تشمل الاجهاض أو التبني أو الرعاية البديلة أو الأبوة/الأمومة.

الاجهاض

يحصل ذلك عندما يتم إيقاف الحمل. يُسمى أحياناً الإنهاء. ثمة نوعان من الاجهاض:

اجهاض طبي مبكر

يشمل ذلك تناول دواءين لإيقاف الحمل. يسبب ذلك النزف والمغص، ما يشبه الاسقاط. يمكن إجراؤه حتى الأسبوع التاسع من الحمل ويحدث في المنزل.

الاجهاض الجراحي

يشمل ذلك عمليةً يتم استخدام أنبوب شفطٍ أو أدواتٍ متخصصةٍ لإزالة الحمل من الرحم. لا يستغرق إجراء العملية الكثير من الوقت، وستعودين إلى المنزل عادةً في اليوم ذاته.

يتوقف نوع الاجهاض المتاح على عدد أسابيع حملك وعلى توفر خدمة الاجهاض بالقرب من مكان سكنك. تختلف التكاليف. إذا كنتم تفكرون بالاجهاض، من المهم استكشاف خياراتكم مبكرًا لكي تكون جميع الخيارات متاحةً لكم. الاجهاض آمنٌ وقانونيٌ في فكتوريا.

التبني

قد تفكرون بالاستمرار بالحمل وتدعون عائلةً أخرى تربي طفلكم. التبني دائم.

الرعاية البديلة

إذا اخترتم الاستمرار بالحمل ولكنكم شعرتم بعدم القدرة على رعاية الطفل، قد تكون ترتيبات رعاية بديلة خيارًا لكم. يمكنكم التفكير في:

رعاية القرابة

تؤمن العائلة الكبرى الرعاية.

رعاية الحضانة

يؤمن شخصٌ آخر الرعاية.

الأبوة/الأمومة

قد تختارون الاستمرار بالحمل وتربية طفلكم.

الاجهاض

- يتم قطع الحمل وانهاؤه.
- يُتخذ هذا القرار غالبًا في المراحل المبكرة من الحمل، عادةً بين الأسبوعين 5 و12.
- لا تحتاج معظم خدمات الاجهاض إلى إحالة طبيب صحة عامةٍ محليٍّ.
- الاجهاض آمنٌ وقانونيٌّ وشائعٌ في ولاية فكتوريا. ثمة طريقتان متاحتان للاجهاض.

الاجهاض الطبي

- متاحٌ حتى الأسبوع التاسع من الحمل.
- يعطي الشعور بالاسقاط الطبيعي.
- يتم تناول دواءين مختلفين يفصل بينهما يومٌ إلى يومين.
- يسبب هذان الدواءان سلخ أنسجة الحمل عن الرحم.
- يحدث عادةً بين 1 و6 ساعاتٍ بعد تناول الدواء الثاني.
- يمكن اجراؤه في المنزل.
- النزف والمغص طبيعيين ومتوقعان.
- يُتوقع نزيفٌ أخف وألمٌ مغصٍ أقل بعد الاجهاض.
- من المهم تناول دواءٍ مسكنٍ قبل تناول أدوية الاجهاض وأثناءها وبعدها.
- من الضروري متابعة الأمر مع طبيبك بعد العملية للتأكد من انتهاء الحمل.

الاجهاض الجراحي

- غالبًا ما يتم اجراؤه حتى الأسبوع 12 من الحمل. قد يتم اجراؤه بعد ذلك، ولكن عدد الخدمات التي توفر الاجهاض بعد 12 أسبوعٍ هو أقل، فقد يكون من الأصعب إيجاد خدمةٍ تساعدك.
- ستخضعين لعمليةٍ لإزالة الحمل من جسمك.
- سيكون عليك التواجد في مستشفى أو عيادةٍ.
- قد يتم إجراء العملية تحت تأثير مخدرٍ موضعيٍّ (فتشعري بألمٍ أقل) وأحيانًا مع بعض الأدوية لجعلك تشعرين بالنعاس. يمكن أيضًا اجراؤها تحت تأثير مخدرٍ عامٍ (وأنت نائمةٌ).
- لا تستغرق العملية الكثير من الوقت. يذهب معظم الناس إلى المنزل في يوم إجراء العملية ذاته.
- ستحتاجين إلى أن يأخذك أحدهم إلى المنزل بعد العملية.
- لا يُرجح أن تشعرين بأي ألمٍ أثناء العملية، ولكنك قد تشعرين ببعض الألم والمغص حتى أسبوعٍ بعد العملية.
- قد تساعد الأدوية المسكنة كتلك التي تتناولينها لدورتك الشهرية.

للمزيد من المعلومات بشأن الاجهاض

1800 My Options
1800myoptions.org.au

التبني

هذا الخيار دائم، لذلك من المهم التفكير في كافة الخيارات قبل اتخاذ قرار التبني.

• تكملين بالحمل ولكن عائلة أخرى تربي الطفل قانونًا.

• التبني هو عملية قانونية في ولاية فكتوريا. بعد التبني، يصبح الأهل بالتبني الأهل القانونيين الدائمين للطفل.

• ما إن تسيروا بالتبني، بعد مهلة انتظارٍ مبدئية، لا يمكنكم العودة عن قراركم.

• استشارة التبني معروضة كجزء من العملية وهي لمساعدتكم في التفكير في خياراكم. يمكن أن تبدأ قبل ولادة الطفل أو بعدها.

للمزيد من المعلومات بشأن التبني

وزارة العدل والأمان

[/justice.vic.gov.au/your-rights-adoption](https://justice.vic.gov.au/your-rights-adoption)

الرعاية البديلة

ثمة شكلان للرعاية البديلة هما رعاية القرابة ورعاية الحضانة.

رعاية القرابة

• تستمرون بالحمل ولكن توفر رعاية الطفل العائلة الكبرى، مثل الأجداد والعمات/الخاللات والأعمام/الأخوال.

• قد يكون تقديم هذه الرعاية بشكل دائم أو لغاية تمكنكم من رعاية الطفل والعيش معه.

• يمكن ترتيب رعاية القرابة على أساس رسمي أو غير رسمي.

للمزيد من المعلومات بشأن رعاية القرابة

وزارة العائلات والانصاف والإسكان في ولاية فكتوريا
services.dffh.vic.gov.au/kinship-care

رعاية الحضانة

• تستمرون في الحمل ولكن تشعرون بعدم القدرة على تقديم الرعاية لطفلكم آنذاك وتختارون أن تقوم عائلة أخرى برعايته مؤقتًا.

• رعاية الحضانة هي رعاية مؤقتة يقدمها رعاة حاضنون مدربون تم تقييمهم واعتمادهم.

للمزيد من المعلومات بشأن رعاية الحضانة

وزارة العائلات والانصاف والإسكان في ولاية فكتوريا
services.dffh.vic.gov.au/foster-care

الأبوة/الأمومة

• تقررون الاستمرار بالحمل وتربية طفلكم.

• من المهم زيارة طبيب الصحة العامة المحلي في أقرب وقتٍ ممكنٍ لتأكيد الحمل ومناقشة خيارات رعاية الحمل.

• ثمة خدمات متاحة يمكنها دعمكم أثناء الحمل ودخول مرحلة الأبوة/الأمومة.

للمزيد من المعلومات بشأن الحمل والولادة والأسابيع

الأولى مع طفلكم

المستشفى الملكية للنساء

thewomens.org.au/hi-pregnancy-and-birth

ما الأمر الأكثر أهميةً بالنسبة لكم؟

مدرجةً أدناه بعض النقاط التي قد تودون التفكير فيها عند اتخاذ قراركم. هذه المعلومات مصممةً لمساعدتكم على التوصل إلى القرار الأفضل لظروفكم الحالية.

خذوا في الحسبان أحلامكم وأهدافكم في الحياة

أريد أن أصبح أبًا/أمًا

| | | |
|----|---------------------|-----|
| لا | لست متأكدًا/متأكدةً | نعم |
|----|---------------------|-----|

فكروا في توقيت هذا الحمل

أنا جاهزٌ/جاهزةٌ لأصبح أبًا/أمًا

| | | |
|----|---------------------|-----|
| لا | لست متأكدًا/متأكدةً | نعم |
|----|---------------------|-----|

فكروا في أمانكم الحالي

أنا حاليًا في أمانٍ لكي اتخذ هذا القرار

| | | |
|----|---------------------|-----|
| لا | لست متأكدًا/متأكدةً | نعم |
|----|---------------------|-----|

لدي أمانٌ كافٍ في حياتي لأكون أبًا/أمًا

| | | |
|----|---------------------|-----|
| لا | لست متأكدًا/متأكدةً | نعم |
|----|---------------------|-----|

فكروا في رفاهيتكم الجسدية والنفسية

أشعر أنني بخيرٍ جسديًا لأكون أبًا/أمًا

| | | |
|----|---------------------|-----|
| لا | لست متأكدًا/متأكدةً | نعم |
|----|---------------------|-----|

أشعر أنني بخيرٍ نفسيًا لأكون أبًا/أمًا

| | | |
|----|---------------------|-----|
| لا | لست متأكدًا/متأكدةً | نعم |
|----|---------------------|-----|

ما الأمر الأكثر أهمية بالنسبة لكم؟ (تتمة)

فكروا في علاقتكم مع شريك الحمل

علاقتي صحيحة مع شريك الحمل

لا نعم لست متأكدًا/متأكدةً

فكروا في الاستقرار في حياتكم

لدي مكان أعيش فيه إذا استمررت بالحمل

لا نعم لست متأكدًا/متأكدةً

لدي أموال كافية لأكون أبًا/أمًا

لا نعم لست متأكدًا/متأكدةً

وضع إقامتي مضمونٌ.
(هل لديكم إقامة دائمة تسمح لكم بالبقاء في أستراليا إلى أجل غير مسمى؟)

لا نعم لست متأكدًا/متأكدةً

فكروا في سبل الدعم الرسمية وغير الرسمية التي قد تكون لديكم

لدي أصدقاء وعائلة يدعمونني

لا نعم لست متأكدًا/متأكدةً

لدي وصولٌ للدعم المهني

لا نعم لست متأكدًا/متأكدةً

ما الأمر الأكثر أهميةً بالنسبة لكم؟ (تتمة)

فكروا في قيمكم واعتقاداتكم بشأن الحمل وخياراتكم

ما الذي أشعر به حيال فكرة إجراء الاجهاض؟

ما الذي أشعر به حيال الاستمرار بالحمل واعطاء الطفل للتبني؟

ما الذي أشعر به حيال الاستمرار بالحمل ووضع الطفل تحت رعايةٍ بديلةٍ؟

ما الذي أشعر به حيال فكرة انجاب الطفل وأصبح أبًا/أمًا؟

ما الأمر الأكثر أهمية بالنسبة لكم؟ (تتمة)

ما الذي تشعرون به الآن حيال قراركم؟

أعلم ما أريد فعله

نعم، لقد قررت ما الذي سأفعله

اعتقد بأنني أعلم ما الذي سوف أفعله

لا، لم أقرر بعد

إلى أين الآن؟

أنا على استعدادٍ للتصرف وفقاً لقراري

أريد مناقشة خياراتي مع الآخرين

أريد معرفة المزيد عن خياراتي

اكتبوا أية أسئلة أو مخاوف أو خطواتكم التالية.

تذكر/تذكري

أنك الخبير/الخبيرة في حياتك. لديك الإجابات عن حالتك ويمكن دعمك لاتخاذ القرار الأفضل ليناسب ظروفك. قد لا يكون القرار مثالياً، لكن هذه المعلومات مصممة لمساعدتك على التوصل إلى القرار الأفضل لظروفك الحالية.

هل تحتاجون إلى مترجم؟ Interpreter

إذا احتجتم إلى مترجم، تذكروا أن بإمكانكم أن تطلبوه.

دعم العنف الأسري

خط المساعدة الوطني 1800 Respect

دعمٌ للمتأثرين بالاعتداء الجنسي والعنف المحلي أو المنزلي والاساءة.

1800 737 732

(خدمة الدعم 24 ساعة)

1800respect.org.au

التعليقات

تهدف المستشفى الملكية للنساء إلى تطوير معلومات الصحة المفيدة لمرضانا وعائلاتهم والمستهلكين الآخرين. نرحب دائماً بتعليقاتكم. إذا كنتم تودون إبلاغنا بأي شيء بشأن هذه المعلومات، يُرجى التواصل مع المستشفى على .rwh.publications@thewomens.org.au

للمزيد من المعلومات

المستشفى الملكية للنساء

للمعلومات بشأن الحمل غير المخطط له

thewomens.org.au/wm-unplanned-pregnancy

1800 My Options

للمعلومات بشأن منع الحمل وخيارات الحمل والصحة الجنسية في ولاية فكتوريا.

1800 696 784

(الإثنين حتى الجمعة 10 ص - 4 م)

1800myoptions.org.au

الصحة الجنسية في فكتوريا

لسلسلة من موارد الصحة الجسدية

shvic.org.au

إخلاء المسؤولية

ورقة الاسترشاد هذه تعطي معلومات عامة فقط. للنصيحة المحددة بشأن احتياجات الرعاية الصحية، عليك طلب النصيحة من طبيبك. لا تقبل المستشفى الملكية للنساء أية مسؤولية عن الخسارة أو الضرر الناتج عن الاعتماد على ورقة الاسترشاد هذه بدل استشارة الطبيب. إذا كنت بحاجة إلى العناية الطبية الطارئة، يرجى الاتصال بأقرب قسم للطوارئ.

©The Royal Women's Hospital 2022