



Federacja  
na rzecz  
Kobiet  
i Planowania  
Rodziny



UNHCR  
The UN Refugee Agency



## **ЗДОРОВЬЕ ЖЕНЩИН – на что вы имеете право в Польше?**

Любое лицо, покинувшее свою страну вследствие вооруженных конфликтов или преследований, в праве ходатайствовать о получении **статуса беженца** или **вспомогательной защиты** (международная защита) в Польше.

Лица, которые:

- ❖ подали заявку на **статус беженца или международную защиту** или
- ❖ уже получили международную защиту и одновременно были включены в **индивидуальную программу интеграции,**

являются застрахованными на территории Польши и поэтому обладают правом на **бесплатное медицинское обслуживание**, включая услуги в области **репродуктивного здоровья.**

**Дети и подростки до 18 лет, а также женщины во время беременности, родов и в послеродовом периоде, всегда обладают правом на бесплатное медицинское обслуживание.**

**Репродуктивное здоровье** означает способность решать, хотите ли вы иметь детей, и если да, то сколько, когда и с какими интервалами. Это также целостный подход к **здоровью женщины на каждом этапе ее жизни – тебе решать о своем теле и плодности.**

Граждане **Албании, Боснии и Герцеговины, Черногории, Северной Македонии, России, Сербии и Туниса** в праве пользоваться некоторыми услугами медицинского обслуживания, финансируемыми за счет бюджетных средств на основе договоров, заключенных их странами с Польшей. Чтобы узнать больше, надо связаться со своим посольством или консульством.

Медицинскую помощь для лиц подавших заявку на международную защиту координирует:

- ❖ Petra Medica Sp. z o.o.  
тел. +22 112 02 06 (запись на прием)  
тел. +48 693 099 042 (выездная и интервенционная медицина)

<https://www.petramedica.pl/>

Если у вас есть какие-либо сомнения, вопросы или проблемы в области репродуктивного здоровья, вы можете обратиться в:

- ❖ Федерация по вопросам женщин и планирования семьи (FEDERA)  
тел. +22 635 93 95  
ел. адрес: [info@federa.org.pl](mailto:info@federa.org.pl)  
<https://federa.org.pl/>

## **КОНТРАЦЕПЦИЯ**

Постоянная гормональная контрацепция (таблетки для регулярного перорального приема)

В Польше любое средство гормональной контрацепции требует рецепта врача. По просьбе пациентки гинеколог обязан выбрать наиболее подходящий гормональный контрацептив и выписать рецепт на него. Каждый врач первичной медицинской помощи может, в свою очередь, выписать рецепт гормональной контрацепции, который был ранее выбран гинекологом. Вам не нужно посещать гинеколога каждый раз для «продления» рецепта. При первом посещении достаточно взять у гинеколога справку, какой тип контрацепции был рекомендован. Средства гормональной контрацепции покупаются в аптеках. Фармацевт **не может** отказать в продаже рецептурных контрацептивов из-за своих убеждений. Если необходимых таблеток нет в аптеке, фармацевт обязан доставить их по просьбе пациентки.

### Экстренная контрацепция

То есть таблетки на следующий день, принимаемые в случае незащищенного полового акта или когда применяемые методы контрацепции потерпели неудачу. Самые популярные таблетки – ellaOne (подороже) или escapelle (подешевле). Их следует принимать как можно скорее, максимум до 120 часов (ellaOne) или 72 часов (escapelle) после полового акта. Экстренное противозачаточное средство может назначить любой врач, независимо от медицинской специальности. Сначала посетите семейного врача, гинеколога или пункт медицинской помощи в праздничные дни и ночное время (после 18:00, выходные и праздничные дни). Перед тем, как рекомендовать или назначить средства экстренной контрацепции, осмотр врача не требуется. Рецепт на экстренное противозачаточное средство можно также купить в Интернет-аптеке. Читайте больше: <https://federa.org.pl/awaryjna-poradnik/>.

Внутриматочные противозачаточные средства (спираль, вводимая на несколько лет, требуется несколько повторных посещений после введения, но без дополнительных действий кроме этого)

Гинеколог также может ввести внутриматочное противозачаточное устройство. Введение и удаление устройства бесплатны (чтобы найти нужное учреждение, свяжитесь с **Федерацией по вопросам женщин и планирования семьи** –

**federacja@federa.org.pl**). Вы должны заплатить за само устройство: оно стоит 100–400 злотых, но действует несколько лет.

### Женские презервативы

Вы можете купить их в аптеках, они не требуют рецепта. В отличие от стандартных презервативов, именно женщина применяет их и контролирует ситуацию.

### Советы по планированию семьи

В рамках визита гинеколог, врач общей практики или акушерка должны дать совет о наилучшем методе контроля рождаемости для пациентки. Не бойтесь задавать вопросы.

Врач/акушерка **не может** отказаться дать совет или выписать рецепт **по причинам, отличным от медицинских (например, собственные убеждения)**. Однако, если это произойдет, обратитесь в **Федерацию по вопросам женщин и планирования семьи**: тел. +22 635 93 95, ел. адрес: **info@federa.org.pl**.

## **МЕДИЦИНСКОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ, РОДОВ И В ПОСЛЕРОДОВОМ ПЕРИОДЕ**

Каждая беременная женщина имеет право на медицинскую помощь в окolorодовом периоде. Ей полагается ряд бесплатных обследований (например, УЗИ, КТГ, анализ крови, мочи) в соответствии с календарем обследований: <https://federa.org.pl/zdrowie/badania-w-ciazy>. Кроме того, беременные женщины имеют право на первенство в очереди к врачу, бесплатные лекарства для беременных, составление плана родов, обезболивание и присутствие близкого лица во время родов (кроме периодов эпидемии), консультацию в области грудного вскармливания, визит врача на дом, помощь акушерки после родов. Нельзя нарезать промежность рождающей женщине без ее разрешения.

Подробную информацию предоставляет:

- ❖ **Фонд рожать по- человечески**  
тел.: +22 887 78 76  
ел. адрес: **fundacja@rodzicpoludzku.pl**  
**https://rodzicpoludzku.pl/**

## **ПРЕНАТАЛЬНОЕ ОБСЛЕДОВАНИЕ**

Если вам более 35 лет или в вашей семье были генетические заболевания, вы имеете право на более подробные обследования в рамках **бесплатной Программы пренатальных обследований**. Попросите врача о направлении на эти обследования (УЗИ плода и биохимические тесты, биопсия хориона, амниопункция), если вы хотите проверить, есть ли у плода какое-либо необратимое нарушение или неизлечимое заболевание.

## **ПРЕРЫВАНИЕ БЕРЕМЕННОСТИ**

В Польше прерывание беременности в государственной больнице возможно лишь в двух случаях:

- а) беременность представляет угрозу жизни или здоровью беременной женщины (без ограничений по времени),
- б) есть обоснованное подозрение, что беременность была результатом преступного деяния, например изнасилования (до 12 недели беременности).

Может казаться, что в Польше прерывание беременности из-за повреждений плода является невозможным. Тем не менее женщина может сослаться на ситуацию из пункта а). Аборт в государственной больнице возможен по причине плохого состояния здоровья – **как физического, так психического**. Беременность серьезно и неотвратимо поврежденным плодом считается беременностью с повышенным риском. Она угрожает психическому здоровью пациентки, может вызвать депрессию и травму.

Если психическое здоровье пациентки находится под угрозой, следует предъявить врачу делающему аборт справку от врача-психиатра. Если под угрозой находится физическое здоровье пациентки, следует получить соответствующую справку от врача – либо специалиста по болезни, которой страдает женщина (например, кардиолога, онколога), либо любого, кто обнаружит угрозу жизни.

Аборт бесплатен и проходит в больнице. Исключением является ситуация из пункта б), в связи с которой беременность может быть прервана также в кабинете врача. Тем не менее, вам нужна справка от прокурора, которому следует сообщить о сексуальном насилии, результатом которого является беременность.

Если врач отказывается прервать беременность, главврач или директор больницы обязан отправить пациентку к другому врачу. В случае в котором ни один врач не решится провести процедуру, больница обязана направить пациентку в учреждение, в котором аборт будет сделан.

В случае проблем с получением доступа к процедуре, свяжитесь с **Федерацией по вопросам женщин и планирования семьи: тел. +22 635 93 95, ел. адрес: [info@federa.org.pl](mailto:info@federa.org.pl)**.

Беременность можно также прервать за рамками государственной системы здравоохранения. **Женщин никогда не наказывают за собственный аборт.**

Возможен аборт фармакологическим методом дома.Abortивный набор (misoprostol и mifepriston) можно заказать у групп поддержки:

- ❖ WOMEN HELP WOMEN – [info@womenhelp.org](mailto:info@womenhelp.org)
- ❖ WOMEN ON WEB – [info@womenonweb.org](mailto:info@womenonweb.org)

Аборт фармакологическим методом дома юридически безопасен до 22-й недели беременности (до тех пор, пока плод не сможет самостоятельно жить вне тела беременной женщины). После этого срока женщина рискует обвинением в детоубийстве.

Поддержку при проведении аборта дома оказывает организация ЖЕНЩИНЫ В СЕТИ, тел.: +48 725 892 134, ел. почта: administracja@maszwybor.net.

Возможна также поездка в заграничную клинику. Организационную и финансовую поддержку в таких случаях оказывает организация АПОРТ БЕЗ ГРАНИЦ, тел.: +22 29 22 597.

### **ПРОГРАММА ПРОФИЛАКТИКИ РАКА ШЕЙКИ МАТКИ**

Если вам от 25 до 59 лет, вы имеете право на бесплатное обследование под названием **цитология**. Это обследование позволяет обнаружить предраковые и опухолевые состояния шейки матки, даже если симптомы отсутствуют. При этом также проверяет наличие любой вагинальной инфекции. Обследование бесплатное, но только каждые 3 года, если у вас нет факторов риска. Вам не нужно иметь направление от врача. Чтобы узнать, где вы можете сделать бесплатную цитологию в вашем городе, позвоните в круглосуточную бесплатную телефонную службу поддержки: тел. **+48 800 190 590**. С результатами обратитесь к гинекологу для консультации.

### **ПРОГРАММА ПРОФИЛАКТИКИ РАКА МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ**

Если вам от 50 до 69 лет, вы можете бесплатно пройти **маммографию**, то есть обследование на рак молочной железы. Обследование бесплатно только каждые два года, если у вас нет факторов риска. Вам не нужно иметь направление от врача. Чтобы узнать, где вы можете сделать бесплатную маммографию в своем городе, позвоните на круглосуточную и бесплатную линию: тел. **+48 800 190 590**. С результатами обратитесь к гинекологу для консультации.

### **ПОДРОСТКИ**

Если вы подросток, у вас есть право проконсультироваться с любым врачом-специалистом, включая гинеколога. Если вам не исполнилось 18 лет, для посещения требуется согласие одного из родителей – оно может быть дано в устной или письменной форме. Однако вы можете потребовать, чтобы родители не участвовали при обследовании. Врач обязан ответить вам на все вопросы о вашем здоровье, в том числе контрацепции или инфекциях передаваемых половым путем.

### **КУДА ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ?**

Если вы подвергаетесь **насилию**, но бойтесь сообщить об этом самостоятельно, вы можете сообщить об этом врачу и попросить его уведомить полицию и заполнить заявление на получение «Голубой карты». «**Голубая карта**» – это процедура, при которой полиция дополнительно следит за семьей и проверяет, повторяются ли акты

насилия, предлагает терапию для лица, совершившего насилие, изолирует виновника от других членов семьи, если это необходимо.

❖ **Фонд Спасение**

**ul. Krucza 6/14a, 00-537 Warszawa**

[cpc@cpc.org.pl](mailto:cpc@cpc.org.pl)

<https://ocalenie.org.pl/>

❖ **Хельсинкский фонд по правам человека**

**ul. Wiejska 16, 00-490 Warszawa**

тел. +48 22 556 44 40 (с понедельника по пятницу с 10.00 до 14.00)

ел. почта: [hfhr@hfhr.pl](mailto:hfhr@hfhr.pl); [refugees@hfhr.pl](mailto:refugees@hfhr.pl)

<https://www.hfhr.pl>

❖ **Ассоциация правового вмешательства**

**ul. Siedmiogrodzka 5/51, 01-204 Warszawa**

тел. +48 22 621 51 65

тел. +48 792 568 561

тел. +48 880 145 372 (с понедельника по пятницу с 15.00 до 16.00)

ел. почта: [biuro@interwencjaprawna.pl](mailto:biuro@interwencjaprawna.pl)

<https://interwencjaprawna.pl>