



Federacja
na rzecz
Kobiet
i Planowania
Rodziny



САЛОМАТИИ ЗАН - кадом ҳуқуқхоро Шумо дар Полша доред?

Ҳамчун зане, ки барои ҳимояи байналмилалӣ дар Полша мурочиат мекунед, Шумо ҳуқуқи ҳимояи саломатии репродуктивӣ ва хизматрасониҳои бо ин алоқамандро доред.

Саломатии репродуктивӣ маънои онро дорад, ки Шумо метавонед қарор кунед, ки оё Шумо фарзанд доштан мехоҳед, ва озодии Шумо барои қабули қарор оиди он, ки чӣ қадар ва инчунин чанд муддат пас соҳиби фарзанд шуданро доред, дар бар мегирад. Ин инчунин усули (муносибати) комил ба саломатии зан дар ҳар як марҳилаи зиндагӣ аст.

КОНТРАСЕПСИЯ (НАЗОРАТИ ТАВАЛЛУД)

Контрасепсияи гормоналӣ (дорухо барои истеъмоли мунтазами дохилӣ)

Генекологи Шумо ӯҳдадор аст, ки бо хоҳиши Шумо контрацептиви гормоналии барои Шумо бештар мувофиқро пайдо намуда, дорухати дахлдор нависад. Ғайр аз ин, ҳар як табиби ёрии аввалияи тиббӣ-санитарӣ метавонад контрацептиви гормоналие, ки аз ҷониби гинеколог интихоб карда шудааст, таъин намояд. Ба Шумо ҳар як дафъа ба қабули гинеколог зарур нест, агар ба шумо дорухати нав даркор бошад. Танҳо аз гинекологӣ худ дархост намудани судури ёддошт оиди ташрифи аввалин бо маълумоти методи тавсияшавандаи назорати таваллуд кофӣ мебошад. Контрацептивҳои гормоналиро метавонед аз дорухона харид намоед. Фармасевт **набояд** додани контрацептиви дорухатиро бинобар ақидаҳои шахсӣ рад намояд. Агар дорухои ба Шумо зарурӣ дар дорухонаи мазкур мавҷуд набошанд, фармасевт хатман онҳоро бо хоҳиши бемор дастрас хоҳад кард.

Контрасепсияи фаврӣ

Онро "доруи субҳона" меноманд, ки ҳангоми алоқаи ҷинсии хавфнок истифода бурда мешавад ва ё ҳангоме, ки усулҳои истифодашавандаи таваллуд комёб набошанд. Дорухои субҳонаи бештар истифодашаванда - ин ellaOne ё escapelle мебошанд. Доруро бояд ҳарчӣ зудтар, дар давоми 120 соат (ellaOne) ё 72 соат (escapelle) пас аз алоқаи ҷинсӣ истифода бурда шавад. Шумо метавонед дорухат барои дорухои зиддиҳомилавии фаврӣ аз дилхоҳ духтур пайдо кунед. Аввал ба табиби ёрии аввалияи тиббӣ-санитарӣ, гинеколог ё дармонгоҳи ёрии тиббии шабона ва рӯзҳои ид (пас аз соатҳои бегоҳ, дар рӯзҳои истироҳатӣ ва ид) мурочиат намоед. Пеш аз тавсия ё таъин кардани контрацепсияи фавқуллода муонаи тиббӣ талаб карда мешавад.

Дастгоҳҳои дохили бачадон (ДДБ; ғалтак дар давоми якчанд сол гузошта мешавад; ин усул якчанд маротиба ташриф овардани минбаъдaro пас аз он, ки таҷҳизот гузошта шудааст, талаб менамояд, вале ягон амалҳои дигарро не)

Гинекологи Шумо инчунин метавонад ДДБ дохил намояд. Насб намудан ва хорич намудани ДДБ ройгон анҷом дода мешавад (бо мақсади пайдо намудани муассисаи дахлдор, ба Федератсия мурочиат намоед -federacja@federa.org.pl). Вале Шумо бояд барои ДДБ пардохт кунед. Он наздики 100-400 злотий нарх дорад, вале якчанд сол кор хоҳад кард.

Рифолаи занона

Шумо метавонед онҳоро дар дорухона бе дорухат харидорӣ кунед. Ба фарқ аз рифолаҳои муқаррарӣ, маҳз зан онро ба ҷояш гузошта, вазъиятро идора мекунад.

Машварат оид ба масъалаҳои банақшагирии оила

Гинекологи Шумо, табиби ёрии аввалияи тиббӣ-санитарӣ ё акушеркаа бояд оид ба усули беҳтари назорати таваллуд барои бемории мазкур дар доираи ташрифи бемор машварат диҳад. Аз пурсидани ин маълумот натарсед.

Табиб/акушер ҳуқуқ дорад, ки чунин машварат додан ё дорухат навиштанро бо сабабҳои ғайри тиббӣ (масалан, аз рӯи ақидаҳои шахсӣ) рад кунад. Вале, агар Шумо бо чунин ҳолат рӯ ба рӯ шудед, бо гурӯҳи ҳуқуқии федератсияи занҳо ва банақшагирии оила бо телефонҳои **22 635 93 95** тамос гиред ё мактуби лектронӣ ба суроғи [**zespoleprawnny@federa.org.pl**](mailto:zespoleprawnny@federa.org.pl) ирсол намоед.

МУОИНАҲОИ ПЕШ АЗ ТАВАЛЛУДӢ

Ҳар як зани ҳомила дор ба як қатор муоинаҳои ройгон ҳуқуқ дорад (масалан, УЗИ, КТГ, ташҳиси умумии хун, пешоб), ки мутобиқи қадвали муоинаҳо, ки дар қарори Вазири тандурустӣ аз 16 августи соли 2018 "Дар бораи меъёрҳои ташкилотии кӯмаки пеш аз таваллудӣ нашр шудаанд¹. Барои аз табиби худ ё акушерка мувофиқат карда шавед. Дар сурати дилхоҳ шубҳа, ба Федератсия бо телефонҳои **22 635 93 95** ё бо Фонди "Таваллуди сазовор" бо телефонҳои **22 887 78 76** тамос гиред

Агар Шумо 35 сола ё аз он зиёд бошед ё агар шумо бемории наслии генетикии оилавӣ дошта бошед, Шумо ҳуқуқи озмоиши амиқ дар доираи барномаи муоинаҳои пеш аз таваллудиро доред. Аз табиби худ оид ба чунин муоинаҳо (УЗИ ҷинси дар батн буда барои ташҳиси нуқсонҳои модарзодӣ, амниосентез) пурсон шавед. агар Шумо хоҳед, ки мавҷуд будан ё набудани нуқсон ё бемории табобатнашавандаи ҷинси дар батн бударо санҷед.

ҚАТЪИ ҲОМИЛАДОРӢ

Дар Полша қатъ кардани ҳомиладори дар беморхонаи давлати танҳо ба ду ҳолат иҷозат дода мешавад:

а) Хангоми ҳомиладорӣ барои ҳаёт ё саломатии зан хатарнок аст (бе маҳдудияти вақт) Муоинаҳои пеш аз таваллудӣ ё шароити дигари тиббӣ ба эҳтимолияти зиёди нуқсони вазнин ва бебозгашти ҷинси дар батн буда ё бемории табобатнашавандаи ба ҳаёти

¹ <https://pulsmedycyny.pl/badania-u-kobiet-w-ciazy-obowiazujace-od-1-stycznia-2019-r-949172>

чинси дар батн буда таҳдидкунандаро дошта бошад (то замоне иҷозат дода мешавад, ки чинси дар батн буда имкони мустакилона берун аз бадани зани ҳомиладорро надошта бошад, яъне тақрибан то ҳафтаи 22-24 ҳомиладорӣ).

б) Асос барои гумон бурдани он, ки ҳомиладорӣ дар натиҷаи амали ғайриқонунӣ ба миён омада бошад (агар аз лаҳзаи оғози ҳомиладорӣ на зиёда аз 12 ҳафта гузашта бошад)

Қатъи ҳомиладорӣ дар беморхона ройгон сураат мегирад. Дар ҳолати дар банди зикргардида, хангоми чарроҳии табиб ҳомиладориро қатъ кардан мумкин аст. Аммо дар чунин шароит бояд аз додситонӣ шаҳодатнома пешниҳод шавад, ки дар бораи таҷовуз ба номус сабт шудааст. Шаҳодатнома бояд тасдиқ кунад, ки асосҳо барои гумони ҳомиладорӣ дар натиҷаи амали ғайриқонунӣ ба вучуд омадаанд. Дар ҳолатҳои хулосаи тиббӣ, ки дар асоси натиҷаҳои муоина дода шудааст, талаб карда мешавад.

Агар беморхона барои қатъи ҳомиладорӣ рад намояд, онҳо бояд, беморро ба беморхонаи дигар, ки дар он ҷо ба бемор рад карда намешавад, ирсол намоянд.

Агар Шумо дар бораи дастрасӣ ба расмиёт савол дошта бошед, бо гурӯҳи ҳуқуқии федератсияи занҳо ва банақшагирии оила бо телефонҳои **22 635 93 95 тамос гиред ё мактуби лектронӣ ба суроғаи zespole.prawny@federa.org.pl** ирсол намоед.

Шумо инчунин метавонед ҳомиладорӣ худро берун аз системаи тандурустии ҷамъиятӣ қатъ кунед. Зан ҳеҷ гоҳ нахоҳад барои исқоти ҳамли худ ҷазо гирифт.

Исқоти фармакологӣ дар хона имконпазир аст. Маҷмӯи аборт (мисопроствол ва мифепристон)

аз гурӯҳҳои дастгирӣ фармоиш додан мумкин аст

WOMEN HELP WOMEN – info@womenhelp.org

WOMEN ON WEB – info@womenonweb.org

Исқоти ҳамл дар хона то ҳафтаи 22-юми ҳомиладорӣ аз рӯи қонун беҳатар аст (мустакилияти ҳомила барои зинда мондани берун аз бадани зани ҳомиладор). Пас аз ин сана шумо метавонед фoš шавед бо иттиҳами қатли навзод.

Дастгирии исқоти ҳамл дар хона аз ҷониби ЗАНОН ДАР нет, тел.+48 725 892 134, e-mail:

administracja@maszwybor.net

Боздид аз клиникаи хориҷӣ низ имконпазир аст. Дастгирии ташкилӣ ва молиявӣ дар сафар ба хориҷи кишвар аз ҷониби ташкилоти АБОРТ БЕ САРҲА тел.+22 29 22 597.

БАРНОМАИ ПЕШГИРИИ САРАТОНИ ГАРДАНАКИ БАЧАДОН

Агар Шумо 25-59-сола бошед, Шумо ҳуқуқи муоинаи ройгонро, ки ПАП-тест ном дорад. Ин озмоиш барои муайян намудани шоалтҷои пеш аз саратонъ дар гарданаки бачадон пешбинъ шудааст, шатто агар ягон нишонаҷо набошанд. Ҳамзамон, ин ба табиб имкон мушоҳидаро медиҳад, ки оё Шумо аз ягон сироятҷои маҳбалӣ танқисӣ мекашед ё не. Озмоиш ройгон гузаронида мешавад, вале як маротиба дар 3 сол, агар Шумо бемор бо омилҳои хавф набошед. Ба Шумо дорухат барои гузаштани ин озмоиш зарур намебошад. Баро дониستاني ҷойҳои гузаштани ПАП-озмоиши ройгон аз рӯи ҷои истиқомат, ба телефони боварии шабонарӯзии ройгон ба рақамҳои **+48 800 190 590 тамос гиред**. Натиҷаҳои озмоишро ба гинекологи худ ҳангоми машварат нишон диҳед.

БАРНОМАИ ПЕШГИРИИ САРАТОНИ ГАРДАНАКИ БАЧАДОН

Агар Шумо 50-69-сола бошед, Шумо метавонед маммографияи ройгон намоед. Маммография - ин муоинаи скринингии саратони ғадуди ширӣ мебошад. Муоина метавонд ройгон танҳо як маротиба дар ду сол гузаронида шавад, танҳо агар Шумо бемори бо омилҳои хавфнок набошед. Ба Шумо дорухат барои гузаштани ин озмоиш зарур намебошад. Баро дониستاني ҷойҳои гузаштани маммографияи ройгон аз рӯи ҷои истиқомат, ба телефони боварии шабонарӯзии ройгон ба рақамҳои **+48 800 190 590 тамос гиред**. Натиҷаҳои озмоишро ба гинекологи худ ҳангоми машварат нишон диҳед.

НАВРАСОН

Агар Шумо наврас бошед, пас Шумо ҳуқуқи машварат бо табиби дилхоҳ ихтисос, аз ҷумла бо гинекологро доред. Агар Шумо ҳанӯз 18-сола набошед, пас барои ташриф овардан розигии (ҳаттии) яке аз волидони Шумо зарур мебошад. Вале Шумо метавонед талаб намоед, ки волидаини Шумо ҳангоми озмоиш иштирок накунад. Табиб ўҳдадор аст ба дилхоҳ саволҳои Шумо дар бораи саломати Шумо ҷавоб диҳад.

АЗ КУЧО МЕТАВОН ЁРӢ ПАЙДО КАРД?

Агар Шумо **зӯровари**ро эҳсос мекунад, вале аз хабар кардани ин метарсед, Шумо метавонед бо табиби худ оиди ин суҳбат кунед ва аз ӯ хоҳиш кунед, ки оиди ин ба мақомоти полис хабар дода, барои гирифтани "корти кабуд" ариза пешниҳод намояд. "Корти кабуд" - ин расмиёте мебошад, ки бо ёрии он политсия махсусан оилаҳоро ҳимоя карда, ҳолатҳои такрор шудани ҳодисаҳои зӯровариро месанҷад, барои шахси зӯроваранда муолиҷа пешниҳод карда, ўро аз дигар аъзоёни оила, дар сурати зарурӣ, ҷудо менамояд.

Дар сурати ба вуқӯъ омадани дилхоҳ шубҳа, масъала ё мушкилии вобаста ба **саломатии репродуктивӣ**, Шумо метавонед бо федератсияи занҳо ва банақшагирии оила бо телефонҳои **22 635 93 95** тамос гиред.

Шумо инчунин метавонед дар Petra Medica Sp. z o. o. дар Варшава, ки кӯмаки тиббиро ба шахсони таҳти ҳимояи байналмилалӣ қарордошта ҳамоҳанг менамояд, бо рақамҳои **22 740 20 20** тамос гиред.

Дигар муассисаҳо, ки муҳочиронро дастгирӣ менамоянд:

Фонди Хелсинки оид ба ҳуқуқҳои инсон - телефон: **22 556 44 40** иловаи **2**, рузи душанбе аз соати **10:00** то **13:00**.

Ассосиатсияи даҳолати ҳуқуқӣ: **+48 880 145 372**, аз рузи душанбе то чумъа аз соати **15:00** то **16:00** бегоҳ

Фонди Ocalenie: тел. **22 828 04 50**