

## Susținerea sănătății doamnelor din categoria imigranți



© freepik.com

### Documentație de instruire **Planificare familială și contracepție**

Proiect implementat și desfășurat în cadrul **femmesTische** – imigrantele din Steiermark discută despre sănătate, viața cotidiană și familie – un **proiect de interconectare** a centrelor de consiliere pentru femei și fete **innova, Novum și Frauenservice Graz**.

## Cuprins

<b>Planificare familială și contracepție .....</b>	<b>3</b>
<b>Tulburări de fertilitate – incapacitatea de a avea copii.....</b>	<b>9</b>
<b>Sarcină neplanificată .....</b>	<b>10</b>
<b>Întrerupere de sarcină (avort) .....</b>	<b>11</b>
<b>Surse.....</b>	<b>13</b>
<b>Contacte.....</b>	<b>14</b>

## Planificare familială și contracepție

Termenul de planificare familială rezumă toate măsurile prin care un cuplu poate influența și determina momentul nașterii și numărul de copii. Planificarea familială este individuală pentru fiecare cuplu și depinde de diverși factori sociali, economici și medicali. Contracepția, care poate fi utilizată pentru a preveni o sarcină nedorită, este deosebit de importantă în planificarea familială.

### Ce metodă contraceptivă mi se potrivește?

Deoarece sarcina este o decizie conștientă și nu un „accident“, este nevoie de o contracepție sigură. În prezent există o gamă largă de metode contraceptive pentru a preveni o sarcină nedorită. Contracepția nu mai este demult o treabă specifică femeilor. Din ce în ce mai mulți bărbați doresc să împartă responsabilitatea pentru acest lucru cu partenera lor. Contracepția privește în mod egal femeile și bărbații.

Pastila și prezervativul sunt cele mai des folosite. Deși în ultimii ani au fost adăugate multe metode contraceptive noi, precum implanturi hormonale, plasturi contraceptivi, inele vaginale și spirale. Cele mai importante premise pentru alegerea metodelor contraceptivelor potrivite din gama variată de contraceptive sunt **informațiile detaliate și recomandările oferite de ginecolog**. Este indicat să vă faceți mai întâi o idee despre diferitele metode contraceptive, astfel încât să le puteți discuta apoi cu ginecologul dvs. de încredere. Schimbările condițiilor de viață pot face necesară schimbarea metodelor contraceptivelor. Și în acest caz, medicul ginecolog vă poate ajuta să găsiți metoda contraceptivă potrivită pentru circumstanțele și nevoile dvs.

### Ce criterii trebuie luate în considerare la alegerea metodelor contraceptive?

Cel mai important criteriu în alegerea unei metode contraceptive este fiabilitatea. În plus, ar trebui să fie ușor de utilizat și să aibă puține efecte secundare. Pe lângă vârsta femeii și dorințele personale, alți factori sunt, de asemenea, importanți atunci când alegeți metoda contraceptivă potrivită. Aceștia includ considerente medicale, în special tolerabilitatea și posibilele efecte secundare. Medicul dvs. ginecolog va verifica, printre altele, prezența factorilor de risc, care exclud utilizarea anumitor metode contraceptive. Nu în ultimul rând, comportamentul sexual individual este, de asemenea, decisiv. În cazul actului sexual regulat în cadrul unei relații permanente, ar trebui să se acorde o importanță deosebită unui grad ridicat de siguranță a contracepției. În cazul schimbării frecvente a partenerilor sau în cazul contactelor sexuale neregulate, este de preferat un contraceptiv care protejează împotriva sarcinilor nedorite și a bolilor cu transmitere sexuală. În aceste cazuri, se recomandă utilizarea prezervativelor (resp. Femidom), în special din cauza riscului de boli cu transmitere sexuală (cum ar fi gonoree sau sifilis, HIV, Chlamydia, HPV).

### **Ce metode contraceptive există?**

Există o serie de metode contraceptive cunoscute și mai puțin cunoscute care oferă protecție împotriva unei sarcini nedorite. Este important să alegeți una care se potrivește situației dvs. de viață. Există o serie de opțiuni contraceptive, dintre care unele au principii de acțiune foarte diferite:

- ✦ Metode contraceptive chimice
- ✦ Spirală
- ✦ Contracepție hormonală
- ✦ Metode contraceptive mecanice
- ✦ Metode contraceptive naturale
- ✦ Contracepție de urgență
- ✦ Metode contraceptive chirurgicale

### **Ce sunt metodele contraceptive chimice?**

Metodele contraceptive chimice conțin substanțe care omoară spermatozoizii. Ele constau dintr-o substanță cleioasă sau asemănătoare gelului care se dizolvă în vagin datorită căldurii corpului. Există creme, geluri, supozitoare vaginale, peliculă vaginală și spumă. Ele nu sunt foarte sigure și trebuie utilizate numai împreună cu metodele contraceptive mecanice.

Metodele contraceptive chimice trebuie introduse în vagin cu cel puțin zece minute înainte de actul sexual (citiți prospectul!). Efectul este suficient doar pentru o ejaculare. Metodele contraceptive chimice sunt disponibile fără rețetă în farmacii sau online. Aplicarea lor este simplă și nu intervin în echilibrul hormonal. Pot fi utilizate și în timpul perioadei de alăptare.

### **Ce tipuri de spirale există?**

La spirale există o distincție de bază între:

#### Spirale fără hormoni:

Acestea includ spirala de cupru, spirala de aur, lanț și bilă cu conținut de cupru. Acestea conțin toate un fir de cupru, iar ionii de cupru eliberați îngroașă mucusul cervical și astfel împiedică sperma să urce. Spirala de cupru crește sângerarea menstruală la majoritatea femeilor, iar uneori sporește și durerea menstruală. De aceea, spirala de cupru nu este potrivită pentru sângerări care sunt deja abundente.

#### Spirale cu conținut de hormoni:

Spirala hormonală are un mic cilindru hormonal care eliberează continuu o cantitate mică de progesteron (hormon sexual) direct în uter – doar cantități foarte mici ajung în fluxul sanguin, cum este cazul pastilei, de exemplu. Prin urmare, eliberarea de hormoni din spirală este semnificativ mai mică decât în cazul tuturor celorlalte metode contraceptive hormonale. Spirala hormonală acționează prin îngroșarea mucusului din canalul colului uterin. Astfel spermatozoizi nu pot pătrunde în uter și creșterea mucoasei uterului este suprimată. Spirala hormonală oferă contracepție fiabilă și eficientă timp de trei, respectiv cinci ani (în funcție de produs).

### **Ce metode contraceptive hormonale există?**

Metodele contraceptive hormonale conțin hormoni produși artificial, care au efect aproape identic cu hormonii proprii ai organismului estrogen și progesteron. Acești hormoni sunt responsabili de controlul ciclului menstrual. Cea mai cunoscută și cea mai des folosită metodă contraceptivă hormonală este pastila. Alte opțiuni de contracepție hormonală sunt inelul vaginal, plasturi și bețișoarele contraceptive, spirala hormonală și preparatele cu eliberare prelungită, cum ar fi injecția contraceptivă la trei luni.

**Pastila** (pilula anticoncepțională) este încă una dintre cele mai sigure metode contraceptive. Există diferite tipuri de pastile – de la diferiți producători și în diferite dozaje. Fetele și tinerele, în special, preferă adesea pastila. Condiția principală pentru o protecție sigură este să fie luată zilnic la aceeași oră, cu excepția perioadei de pauză.

**Injecția contraceptivă la trei luni** este una dintre metodele contraceptive hormonale și trebuie readministrată la fiecare trei luni. Injecția contraceptivă la trei luni conține o doză mare de progesteron (hormon sexual) cu acțiune prelungită. În primul rând, injecția contraceptivă la trei luni împiedică ovulația. În al doilea rând, progesteronul determină o modificare a mucoasei uterului. Acest lucru împiedică pătrunderea spermatozoidelor în uter.

**Implantul hormonal** este un bețișor moale din plastic. Are aproximativ 4 cm lungime și 2 mm grosime. Bețișorul este fabricat dintr-un plastic, care nu se dizolvă în corp și nu conține silicon. Protejează împotriva unei sarcini nedorite pentru o perioadă de trei ani. Implantul hormonal este una dintre cele mai moderne metode contraceptive. Oferă o protecție bine tolerată pe termen lung și poate fi scos în orice moment.

**Inelul vaginal** este un inel flexibil din plastic, care eliberează hormonii sexuali feminini, estrogen și progesteron, în mod uniform, în sânge. Acționează la fel ca pastila combinată: Hormonii sunt absorbiți prin vagin și previn ovulația lunară. Prin hormoni se modifică lichefierea lunară a mucusului din canalul colului uterin. Astfel spermatozoizi nu pot pătrunde în uter. Inelul moale este strâns, introdus în vagin la fel ca un tampon și împins în sus cât mai mult posibil. În ceea ce privește eficiența nu contează unde se află exact inelul în vagin. Singurul lucru important este ca acesta să nu deranjeze. Inelul rămâne apoi în vagin timp de trei săptămâni.

Când planificarea familială este finalizată sunt recomandate metode contraceptive pe termen lung, cum ar fi spirale, implanturi hormonale, injecții contraceptive la trei luni, sterilizare/vasectomie.

### **Ce metode contraceptive mecanice există?**

**Prezervativul** este încă – alături de prezervativul pentru femei (femidom) – singura metodă contraceptivă care protejează împotriva bolilor cu transmitere sexuală și a unei sarcini nedorite, în același timp. Prezervativul este fabricat din latex și, înainte de actul sexual, este pus și rulat pe penisul aflat în erecție. Astfel lichidul seminal este colectat și nu mai ajunge în vagin.

**Diafragma** este un capac elastic din latex sau silicon. Diafragma este disponibilă într-o singură dimensiune. Diafragma blochează accesul spre uter și astfel împiedică întâlnirea ovulului cu spermatozoizi. Pentru a face acest lucru, diafragma trebuie introdusă în vagin înainte de actul sexual. Diafragma trebuie utilizată întotdeauna împreună cu o cremă spermicidă. Diafragma durează aproximativ unul până la doi ani. Dar atunci când devine fragilă și fărâmicioasă, trebuie înlocuită cu una nouă.

### **Ce metode naturale de planificare familială există?**

Multe femei consideră ca neplăcută intervenția hormonală în corpul lor și își doresc o metodă contraceptivă alternativă. Cu așa-numitele metode naturale de planificare familială, zilele fertile și infertile ale ciclului unei femei sunt recunoscute pe baza anumitor semne ale corpului. Nu mai este necesară nicio altă contracepție în zilele clar infertile. Trebuie doar să acordați atenție zilnic anumitor semne ale corpului:

- ✦ Măsurarea temperaturii bazale
- ✦ Observarea mucusului
- ✦ Observarea cervixului

### **Cum se aplică metoda temperaturii?**

Temperatura corpului trebuie măsurată întotdeauna la aceeași oră, înainte de a vă ridica din pat. Temperatura bazală indică momentul în care ovulația s-a încheiat. Este puțin mai scăzută în prima jumătate a ciclului – de la începutul perioadei menstruale până la ovulație – decât în a doua jumătate a ciclului. După ovulație, temperatura corpului crește ușor și rămâne ridicată până la următoarea perioadă menstruală. Dacă temperatura a crescut și rămâne la acest nivel mai înalt, a avut loc ovulația. Temperatura va fi notată zi de zi sau va fi introdusă într-un grafic de temperatură. Din evoluția graficului, femeia își poate determina ovulația.

Cea mai simplă metodă de a evalua graficul de temperatură este să folosiți așa-numita „**regula 3 pe 6**”. De îndată ce temperatura este mai mare timp de trei zile consecutive decât în ultimele șase zile, se poate presupune că ovulația a avut loc. Începând cu a treia zi după ovulație, se presupune că ovulul nu mai poate fi fecundat. Temperatura corpului poate fi măsurată oral, vaginal sau rectal.

### **Cum se efectuează observarea mucusului?**

La observarea mucusului, femeia urmărește mucusul care se formează în uter și poate fi simțit la intrarea în vagin. Acest mucus din colul uterin se modifică pe parcursul ciclului. La începutul ciclului, intrarea în vagin se simte de obicei uscată și aproape că nu există mucus. Cu câteva zile înainte de ovulație, se observă un mucus subțire și transparent – intrarea în vagin se simte umedă. Observând zilnic mucusul din colul uterin, femeia își poate determina și zilele fertile. Rezultatul observării zilnice a mucusului este introdus într-un grafic, la fel ca temperatura corpului.

### **Cum poate o femeie să observe cervixul?**

Cervixul este, ca să spunem așa, portarul uterului. El determină prin deschiderea sau contracția sa când spermatozoizii pot trece mai departe prin colul uterin către uter și ovul și când nu. Deoarece permeabilitatea se modifică ciclic, observarea cervixului oferă informații relevante despre starea de fertilitate. Femeia își examinează cervixul, care se modifică în timpul ciclului și se deschide în momentul ovulației. Mucusul clar de ovulație este apoi vizibil. Dacă această metodă este respectată cu strictețe, actul sexual neprotejat ar trebui să aibă loc numai în zilele „sigure” după ovulație până la următoarea perioadă menstruală. Doar atunci această metodă este fiabilă. Palparea cervixului este o alternativă la observarea mucusului. Majoritatea femeilor care au dificultăți în a-și observa mucusul colului uterin își examinează cervixul. În schimb, puteți examina cervixul și puteți nota fermitatea, dilatarea și poziția cervixului.

### **Ce înseamnă „act sexual întrerupt”?**

„Retragerea” sau „atenția” fac parte din practicile contraceptive tradiționale. Bărbatul își scoate penisul din vagin înainte de ejaculare, adică chiar înainte de orgasm, și atinge punctul culminant afară. Această metodă nu oferă siguranță suficientă, deoarece mulți bărbați nu reușesc să se retragă cu adevărat la timp. În plus lichidul seminal poate scăpa chiar înainte de orgasm. Și ejacularea chiar în fața intrării în vagin poate duce la o sarcină.

### **Alăptarea poate înlocui o metodă contraceptivă?**

Alăptarea eliberează hormonul Prolactină care este responsabil pentru producția de lapte și fluxul de lapte. În multe cazuri, nivelul crescut de prolactină previne debutul ovulației și un ciclu menstrual – dar nu există nicio garanție în acest sens. Asta înseamnă că dacă femeia alăptează, acest lucru poate preveni ovulația, dar nu este neapărat obligatoriu. De aceea, alăptarea nu poate înlocui o metodă contraceptivă! Nu orice metodă contraceptivă este potrivită pentru perioada de după naștere. Mai ales în perioada de alăptare, trebuie aleasă o metodă contraceptivă care să nu fie periculoasă pentru copil și nici să nu afecteze calitatea laptelui sau producția de lapte. Lăsați-vă ginecologul să vă sfătuiască cu privire la avantajele și dezavantajele metodelor individuale.

### **Ce este contracepția de urgență?**

“Pastila de a doua zi” este o măsură de contracepție de urgență. Luarea unei „pastile de urgență” după sex neprotejat, de exemplu dacă o metodă contraceptivă a eșuat, cum ar fi un prezervativ rupt, poate preveni o posibilă sarcină nedorită. Cu cât este luată mai devreme „pastila de a doua zi” după sex neprotejat, cu atât sunt mai mari șansele de a putea amâna ovulația. „Pastila de a doua zi” este disponibilă în toate farmaciile din Austria fără rețetă. Nu există limită de vârstă pentru administrarea ei, iar cumpărarea poate fi făcută atât de bărbați, cât și de femei. Asta înseamnă că și tinerii o pot cumpăra. Costurile pentru „pastila de a doua zi” vor fi suportate de cei în cauză.

### **Ce metode contraceptive chirurgicale există?**

Pe lângă metodele temporare de contracepție – precum pastila, spirala, prezervativul – există și proceduri chirurgicale, care previn sarcina pe termen lung. Astfel, cu ajutorul unei operații este provocată infertilitatea permanentă. Această procedură poate fi efectuată atât la femei, cât și la bărbați. Prin sterilizare, viața sexuală nu este limitată. Nici producția de hormoni, nici plăcerea nu sunt afectate.

#### Sterilizarea la femei:

Conform Codului Penal austriac (art. 90, alin. 2), **vârsta minimă** legală pentru sterilizare în această țară este de **25 de ani**. Asta înseamnă că, în principiu, oricărei femei cu vârsta peste 25 de ani îi pot fi legate trompele uterine, pentru a preveni o sarcină, fără a fi nevoie de vreun motiv de sănătate. Condiția principală este **consimțământul scris**. Acordul altor persoane (de ex. al partenerului/ei) nu este necesar. Costurile pentru legarea chirurgicală a trompelor uterine sunt acoperite de asigurarea socială numai dacă reprezintă o necesitate din punct de vedere medical. Dacă este preferată doar ca metodă contraceptivă, costurile de aproximativ 1.400 până la 2.000 de euro (valoare orientativă) vor fi suportate pe cont propriu. Sterilizarea ar trebui să fie chibzuită îndelung și planificarea familială a femeii să fie finalizată, deoarece repararea chirurgicală cu succes a trompelor uterine și o sarcină nu pot fi garantate.

#### Sterilizarea la bărbați:

În principiu, pentru sterilizarea la bărbați (vasectomie) se aplică aceleași criterii și aceeași situație legală ca și pentru sterilizarea la femei: vârsta corespunzătoare, planificarea familială finalizată, existența copiilor etc. În principiu, orice bărbat cu vârsta peste 25 de ani poate fi supus unei vasectomii. În timpul unei vasectomii, canalele deferente sunt tăiate, lăsând bărbatul infertil pentru totdeauna. În principiu, operația microchirurgicală inversă este posibilă. Cu toate acestea, nu poate fi oferită o garanție de 100% pentru recăpătarea capacității de procreare, deoarece aceasta depinde de diverși factori (intervalul de timp de la vasectomie, starea canalului deferent etc.).

## Tulburări de fertilitate – incapacitatea de a avea copii

Tulburările de fertilitate sunt denumite în medicină „infertilitate”, atunci când un cuplu a avut relații sexuale în mod regulat timp de un an, fără contracepție, și nu a apărut niciun urmaș. A nu putea avea copii este foarte stresant pentru majoritatea celor afectați: A avea un (alt) copil este, desigur, parte din planul de viață al multor oameni. Dacă dorința lor de a avea copii nu se îndeplinește, multe cupluri caută în cele din urmă ajutor medical. În funcție de posibilele cauze ale problemei de fertilitate, există diverse tratamente.

### Care sunt cauzele?

Motivele imposibilității de a avea copii pot fi la bărbat, la femeie și/sau la amândoi. Prin urmare, este normal ca ambii parteneri să fie evaluați. În plus, se consolidează unitatea cuplului. Stilul de viață și factorii de mediu pot avea un efect dăunător asupra fertilității. De exemplu, abuzul de alcool, nicotină sau droguri, a fi supraponderal sau subponderal. De asemenea, rolul psihicului nu trebuie subestimat.

Cauzele fizice posibile includ, de exemplu, la femei:

- ✦ tulburări hormonale
- ✦ Leziuni aletrompelor uterine sau ovarelor
- ✦ Fibroame sau o Endometrioză

Cauzele fizice la bărbați pot fi, de exemplu:

- ✦ tulburări hormonale
- ✦ calitate redusă a spermei (de exemplu, spermatozoizi prea puțini, insuficient de mobili sau malformați)
- ✦ canal deferent închis, prin care nici un spermatozoid nu iese în timpul ejaculării
- ✦ Disfuncții erectile

Există diferite posibilități pentru tratarea infertilității. Decizia de a folosi o anumită metodă depinde în primul rând de problema identificată la femeie sau la bărbat. De exemplu, preparatele hormonale sunt folosite atunci când ciclul menstrual al femeii este afectat. În cazul fibroamelor, uneori poate fi de ajutor o operație. În funcție de cauza tulburării de fertilitate, tratamentele hormonale sau chirurgicale, de exemplu, pot fi o opțiune și pentru bărbați.

### Cui mă pot adresa?

- ✦ LKH-Univ. Klinikum Graz (Spitalul Universitar din Graz) [Centru de fertilitate din Graz](#)

## Sarcină neplanificată

Sarcina neplanificată este un șoc pentru multe femei, la început. Sentimentele care apar pot varia foarte mult – fie bucuria de a avea un copil, fie o decizie împotriva sarcinii. Deoarece gândurile asociate pot fi confuze și nesigure, dorința de informare și sprijin este adesea mare.

De obicei, se simte o ușurare să poți discuta despre un astfel de conflict – există diverse centre de consiliere care oferă femeilor ajutor și informații în luarea acestei decizii importante și foarte personale. Este important să simți că ești susținut, corect și neutru, în luarea deciziei și să nu ai senzația că ești presat sau convins să iei o anumită decizie.

### Ce înseamnă o naștere anonimă?

Dacă o femeie alege să nască un copil, dar nu să-l și păstreze, ea are opțiunea de a naște **anonim** un copil în spital. Nașterea anonimă oferă unei femei posibilitatea de a fi îngrijită profesional de medici, moașe și asistente în timpul nașterii copilului ei, fără a fi nevoită să-și dezvăluie datele personale. O femeie poate beneficia de această îngrijire și înainte și după sarcină, ca parte a îngrijirii anonime prenatale și postnatale. Această posibilitate se adresează în primul rând acelor mame care se află într-o situație de urgență și pentru care o naștere anonimă este ultima soluție. Scopul este de a păstra în mare măsură bunăstarea și sănătatea mamei și a copilului. De asemenea, are scopul de a preveni ca o mamă să fie nevoită să-și nască copilul complet singură și fără îngrijiri medicale. Aproape toate spitalele din toate landurile federale austriece oferă acum nașteri anonime.

### Ce înseamnă trapa pentru bebeluși?

Oricine nu poate sau nu vrea să-și nască copilul în mod anonim are în continuare opțiunea de a asigura supraviețuirea copilului. În multe spitale austriece există o **trapă sau un cuib pentru bebeluși**. Acesta este o instalație într-o locație ușor accesibilă din spital. Dacă deschideți trapa, veți găsi acolo un pătuț cald. Femeile își pot plasa, în mod anonim, bebelușul în acest pat, pot închide trapa și, pur și simplu, pot pleca. Odată închisă, trapa nu mai poate fi deschisă. Dacă doriți, puteți lăsa o scrisoare sau un bilețel. Trapa pentru bebeluși este încălzită și echipată cu un senzor de alarmă, astfel încât bebelușul să poată primi imediat îngrijiri medicale. Unele trape pentru copii oferă și posibilitatea de a lua cu tine amprenta piciorului sau a mâinii bebelușului, ca suvenir. Punerea unui bebeluș în trapa pentru bebeluși este scutită de pedeapsă ca și nașterea anonimă. Nu există consecințe penale de care mamele să se teamă.

În ambele cazuri, copilul este apoi preluat de către agenția de protecție a copilului și a tinerilor și plasat la părinții adoptivi.

### Cum funcționează autorizarea pentru adopție?

Practic, o naștere anonimă înseamnă autorizarea pentru adopție. După naștere, nou-născutul este plasat în grija agenției competente pentru protecția tinerilor. Oficiul pentru Minori se ocupă apoi de plasarea

copilului într-o familie adoptivă. Într-o anumită perioadă de timp (diferă de la land federal la land federal), mama are opțiunea de a-și anula decizia și de a adopta ea însăși copilul. Dacă termenul limită trece fără ca mama să se opună, copilul va fi în cele din urmă dat spre adopție.

### **Cui mă pot adresa?**

[Naștere anonimă și trapa pentru bebeluși - LKH-Univ. Klinikum Graz \(uniklinikumgraz.at\)](https://www.uniklinikumgraz.at)

LKH Universitätsklinikum Graz (Spitalul Universitar din Graz)

Auenbruggerplatz 1

8036 Graz

Trapa pentru bebeluși de la LKH-Univ. Klinikum Graz este unica din Steiermark. Dacă o femeie nu poate veni la Graz, își poate preda nou-născutul unui medic, unei asistente sau moașe de la orice alt spital din Stiria, în mod anonim, în orice moment și nu trebuie să se identifice nicăieri. Moașele pot fi găsite în acele spitale din Stiria care au o secție de obstetrică.

### **Posibilități de consiliere**

Centrele de contact Caritas, prin delegarea landului Steiermark, oferă consiliere femeilor care doresc să nască anonim.

Centre de contact pentru naștere anonimă – trapa pentru bebeluși:

Telefon: [+43 316 8015405](tel:+433168015405) sau [+43 800 838383](tel:+43800838383)

[kontaktstelle@caritas-steiermark.at](mailto:kontaktstelle@caritas-steiermark.at)

În plus, landul Steiermark oferă o [listă cu diverse centre de consiliere](#) .

## **Înterupere de sarcină (avort)**

Sarcina nu este întotdeauna un eveniment fericit. Diverse motive pot face ca femeile să se simtă incapabile să aibă un copil și să decidă dacă să ducă sarcina la termen sau să o întrerupă. O femeie poate întrerupe legal o sarcină nedorită în primele trei luni.

Există trei metode diferite de a întrerupe o sarcină:

- ♦ Întreruperea chirurgicală prin aspirație,
- ♦ Întreruperea medicamentoasă și
- ♦ Întreruperea chirurgicală prin chiuretaj.

Niciuna dintre metode nu este fundamental mai bună sau potrivită pentru toate femeile. Pe parcursul consilierii detaliate, veți fi informată despre toate metodele și vor fi evidențiate avantajele și dezavantajele pentru fiecare metodă. Aceasta este singura modalitate de a lua o decizie individuală.

### **Cum sunt reglementate din punct de vedere legal avorturile?**

Avortul în Austria este reglementat prin lege din 1975 cu așa-numita regulă a primului trimestru de sarcină. De atunci, o sarcină poate fi întreruptă legal în primele trei luni de sarcină. Asta înseamnă perioada până la sfârșitul celei de-a 12-a săptămâni de sarcină.

În principiu, un avort poate fi efectuat numai de către un medic, după ce a avut loc o consultație adecvată. Femeia nu este însă obligată să-și dezvăluie motivele personale pentru această decizie. În anumite cazuri, un avort este posibil și după primele trei luni.

În Austria, costurile unui avort nu sunt, în general, acoperite de asigurările sociale și, prin urmare, trebuie plătite în privat. Costurile acestei proceduri sunt acoperite de asigurările sociale numai dacă motive medicale fac necesară întreruperea sarcinii.

### **Cui mă pot adresa?**

Pentru informații, respectiv pentru efectuarea unui întreruperi de sarcină, puteți contacta următoarele centre:

- ◆ medicul specialist pentru medicină generală,
- ◆ medicul specialist în ginecologie și obstetrică,
- ◆ ambulatoriul pentru întreruperi de sarcină,
- ◆ secțiile de ginecologie ale spitalelor.

Puteți găsi o listă a instituțiilor care efectuează întreruperi de sarcină pe [pagina de start a Societății Austriece pentru Planificare Familială](#).

Înainte ca femeile să ia decizia de a întrerupe o sarcină, ele pot cere sfaturi de la următoarele instituții:

- ◆ [Centre de consiliere familială din Steiermark](#)
- ◆ [Centrul pentru sănătatea femeilor din Graz](#)

## Surse

<https://www.gesundheit.gv.at/leben/sexualitaet/verhuetung.html>

[Contracepția după naștere | Portal de sănătate](#)

<https://flexikon.doccheck.com/de/Familienplanung>

[Inelul vaginal - familienplanung.de](#)

[Coitus interruptus: Cât de sigur este? - mylife.de](#)

[Tulburări de fertilitate | Gesundheitsinformation.de](#)

[Palparea cervixului: este deschis? | cyclotest](#)

<https://www.gesundheit.gv.at/leben/eltern/kinderwunsch/unerfuellter-kinderwunsch.html>

<https://fem-men.at/gesunde-infos/ungewollte-schwangerschaft/>

<https://www.schwanger.at/artikel/anonyme-geburt.html>

<https://www.gesundheit.gv.at/leben/eltern/schwangerschaft/info/schwangerschaftsabbruch.html>

## Contacte

### **Dr. Heidelinde Jakse**

Casa austriacă de asigurări de sănătate - Centrul meu de sănătate pentru ginecologie

Oficiul pentru pașaportul pentru mamă și copil

Friedrichgasse 18, 8010 Graz

Tel. +43 5 0766-155428

[heidelinde.jakse@oegk.at](mailto:heidelinde.jakse@oegk.at)

[www.gesundheitskasse.at](http://www.gesundheitskasse.at)

### **Petra Wielender, BA, MPH**

Fondul de sănătate din Steiermark (Gesundheitsfonds Steiermark)

Herrengasse 28

8010 Graz

Tel.: +43 676 / 6278802

E-mail: [petra.wielender@gfstmk.at](mailto:petra.wielender@gfstmk.at)