

# الحمل: دليل عملية اتخاذ القرار

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

## ما هي خياراتكم؟

عند اتخاذ قرارٍ، قد تودون التفكير في كافة خياراتكم. إذا كنتم تريدون دعماً ونصيحةً غير متحيزٍ، فإن استشارة خيارات الحمل متاحةً.

للمزيد من المعلومات بشأن استشارة خيارات الحمل  
1800 My Options [1800myoptions.org.au](http://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 الإناء. ثمة نوعان من الاجهاض:

#### اجهاض طبيٌ مبكرٌ

يشمل ذلك تناول دواعين لإيقاف الحمل. يسبب ذلك التزف والمغص، مما يشبه الإسقاط. 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 مبكراً لكي تكون جميع الخيارات متاحةً لكم.

الاجهاض آمنٌ وقانونيٌ في فكتوريا.

### التبني

قد تفكرون بالاستمرار بالحمل وتدعون عائلةً أخرى تربى طفلكم. التبني دائمٌ.

### الرعاية البديلة

إذا اخترتم الاستمرار بالحمل ولكنكم شعرتم بعدم القدرة على رعاية الطفل، قد تكون ترتيبات رعايةٍ بديلةٍ خياراً 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 الجراحي

- غالباً ما يتم اجراؤه حتى الأسبوع 12 من الحمل. قد يتم اجراؤه بعد ذلك، ولكن عدد الخدمات التي توفر الاجهاض بعد 12 أسبوع هو أقل، فقد يكون من الأصعب ايجاد خدمة تساعدك.
- ستخضعين لعملية لإزالة الحمل من جسمك.
- سيكون عليك التواجد في مستشفى أو عيادة.
- قد يتم اجراء العملية تحت تأثير مخدر موضعي (فتشرعي بألم أقل) وأحياناً مع بعض الادوية لجعلك تشعرين بالنعاس. يمكن أيضاً اجراؤها تحت تأثير مخدر عام (وأنتِ نائمة).
- لا تستغرق العملية الكثير من الوقت. يذهب معظم الناس إلى المنزل في يوم اجراء العملية ذاته.
- ستحتجين إلى أن يأخذك أحدهم إلى المنزل بعد العملية.
- لا يرجح أن تشعري بأي ألم أثناء العملية، ولكنك قد تشعرين ببعض الألم والمغص حتى أسبوع بعد العملية.
- قد تساعد الأدوية المسكنة كذلك التي تتناولينها لدورتك الشهرية.

### للمزيد من المعلومات بشأن الاجهاض

1800 My Options  
[1800myoptions.org.au](http://1800myoptions.org.au)

### الاجهاض

- يتم قطع الحمل وانهاؤه.
- يُتخذ هذا القرار غالباً في المراحل المبكرة من الحمل، عادةً بين الأسبوعين 5 و12.

• لا تحتاج معظم خدمات الاجهاض إلى حالة طبيب صحة عامة محلي.

الاجهاض آمنٌ وقانونيٌ وشائع في ولاية فكتوريا. ثمة طرائقتان متاحتان للاجهاض.

### الاجهاض الطبيعي

- متاح حتى الأسبوع التاسع من الحمل.
- يعطي الشعور بالاسقاط الطبيعي.
- يتم تناول دواعين مختلفين يفصل بينهما يوم إلى يومين.

• يسبب هذان الدواعان سلخ أنسجة الحمل عن الرحم.

• يحدث عادةً بين 1 و6 ساعاتٍ بعد تناول الدواء الثاني.

• يمكن اجراؤه في المنزل.

• النزف والمغص طبيعيان ومتوقعان.

• يُتوقع نزيفٌ أخف وألم مغصٌ أقل بعد الاجهاض.

• من المهم تناول دواء مسكنٍ قبل تناول أدوية الاجهاض وأثناءها وبعدها.

• من الضروري متابعة الأمر مع طبيبك بعد العملية للتأكد من انتهاء الحمل.

## الرعاية البديلة

ثمة شكلان للرعاية البديلة هما رعاية القرابة ورعاية الحضانة.

### رعاية القرابة

- تستمرون بالحمل ولكن توفر رعاية الطفل العائلة الكبرى، مثل الأجداد والعمات/الحالات 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](http://services.dffh.vic.gov.au/kinship-care)

### رعاية الحضانة

- تستمرون في الحمل ولكن تشعرون بعدم القدرة على تقديم الرعاية لطفلكم آنذاك وتخاربون أن تقوم عائلة أخرى برعايته مؤقتاً.
- 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](http://services.dffh.vic.gov.au/foster-care)

## التبني

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

- تكلمين بالحمل ولكن عائلة أخرى تربى الطفل قانوناً.

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

- ما إن تسيراوا بالبني، بعد مهلة انتظار مبدئية، لا يمكنكم العودة عن قراركم.

• استشارة البني مروضة كجزء من العملية وهي لمساعدتكم في التفكير في خياراتكم. يمكن أن تبدأ قبل ولادة الطفل أو بعدها.

### للمزيد من المعلومات بشأن التبني

وزارة العدل والأمان  
[/justice.vic.gov.au/your-rights-adoption](http://justice.vic.gov.au/your-rights-adoption)

## الأبوة/الأمومة

- تقررون الاستمرار بالحمل وتربية طفلكم.

• من المهم زيارة طبيب الصحة العامة المحلي في أقرب وقت ممكن 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](http://thewomens.org.au/hi-pregnancy-and-birth)

## ما الأمر الأكثر أهمية بالنسبة لكم؟

مدرجة أدناه بعض النقاط التي قد تودون التفكير فيها عند اتخاذ قراراتكم. هذه المعلومات مصممة لمساعدتكم على التوصل إلى القرار الأفضل لظروفكم الحالية.

### خذوا في الحسبان أحالمكم وأهدافكم في الحياة

أريد أن أصبح أباً/أمّا

نعم لا لست متأكداً/متأكدةً

### فكروا في توقفت هذا الحمل

أنا جاهزٌ/جاهزةٌ لأصبح أباً/أمّا

نعم لست مستعداً/مستعدةً لست متأكداً/متأكدةً

### فكروا في أمانكم الحالي

أنا حالياً في أمانٍ لكي اتخاذ هذا القرار

نعم لا لست متأكداً/متأكدةً

لدي أمانٌ كافٍ في حياتي لأكون أباً/أمّا

نعم لا لست متأكداً/متأكدةً

### فكروا في رفاهيتكم الجسدية والنفسية

أشعر أنني بخيرٍ جسدياً لأكون أباً/أمّا

نعم لا لست متأكداً/متأكدةً

أشعر أنني بخيرٍ نفسياً لأكون أباً/أمّا

نعم لا لست متأكداً/متأكدةً

## ما الأمر الأكثر أهميةً بالنسبة لكم؟ (تتمة)

فکروا في علاقتكم مع شريك الحمل

## علاقتي صحية مع شريك الحمل

نعم  لست متأكداً/متأكدة لا

لست متأكداً/متأكدةً

نعم

فکروا في الاستقرار في حياتكم

لدي مكان أعيش فيه إذا استمررت بالحمل

نعم  لست متأكداً/متاكدةً  لا

لست متأكداً/متأكدةً

نعم

لدى أموال كافية لأكون أباً/أمّا

نعم  لست متأكداً/متاكدةً  لا

لست متأكداً/متأكدةً

نعم

## وضع اقامتی مضمون

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

نعم  لست متأكداً/متاكدةً  لا

لست متأكداً/متأكدةً

نعم

فكروا في سبل الدعم الرسمية وغير الرسمية التي قد تكون لديكم

لدى أصدقاء و عائلة يدعمونني

نعم  لست متأكداً/متاكدةً  لا

### لست متأكداً/متأكدةً

نعم

## لدى وصول للدعم المهني

نعم **لمست متأكداً/متأكدةً** لا

### لست متأكداً/متأكدةً

نحو

ما الأمر الأكثر أهمية بالنسبة لكم؟ (تنمية)

فكروا في قيمكم واعتقاداتكم بشأن الحمل وخياراتكم

ما الذي أشعر به حيال فكرة اجراء الاجهاض؟

ما الذي أشعر به حيال الاستمرار بالحمل واعطاء الطفل للتبني؟

ما الذي أشعر به حيال الاستمرار بالحمل ووضع الطفل تحت رعاية بديلة؟

ما الذي أشعر به حيال فكرة انجاب الطفل وأصبح أباً/أمّا؟

ما الأمر الأكثر أهمية بالنسبة لكم؟ (تتمة)

ما الذي تشعرون به الآن حيال قراركم؟

أعلم ما أريد فعله

لا، لم أقرر بعد

اعتقد بأنني أعلم ما الذي سوف أفعله

نعم، لقد قررت ما الذي سأفعله

إلى أين الآن؟

أنا على استعدادٍ للتصرف وفقاً لقراري

أريد مناقشة خياراتي مع الآخرين

أريد معرفة المزيد عن خياراتي

اكتبوا أية أسئلةٍ أو مخاوف أو خطواتكم التالية.

### تذكر/تذكري

أنك الخبر/الخبيبة 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.

للمزيد من المعلومات

المستشفى الملكية للنساء

المعلومات بشأن الحمل غير المخطط له

[thewomens.org.au/wm-unplanned-pregnancy](http://thewomens.org.au/wm-unplanned-pregnancy)



إذا احتجتم إلى مترجم، تذكروا أن بإمكانكم أن تطلبواه.

دعم العنف الأسري

**1800 Respect**

دعم للمتأثرين بالاعتداء الجنسي والعنف المحلي أو المنزلي والاساءة.

1800 737 732

(خدمة الدعم 24 ساعة)

[1800respect.org.au](http://1800respect.org.au)

التعليقات

تهدف المستشفى الملكية للنساء إلى تطوير معلومات الصحة المفيدة لمرضانا وعائلاتهم والمستهلكين الآخرين. نرحب دائمًا بتعليقاتكم. إذا كنت تودون إبلاغنا بأي شيء بشأن هذه المعلومات، يُرجى التواصل مع المستشفى على [rwh.publications@thewomens.org.au](mailto:rwh.publications@thewomens.org.au)

**1800 My Options**

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

1800 696 784

(الإثنين حتى الجمعة 10 ص - 4 م)

[1800myoptions.org.au](http://1800myoptions.org.au)

الصحة الجنسية في فكتوريا

لسلسلةٍ من موارد الصحة الجنسية

[shvic.org.au](http://shvic.org.au)

أخلاقيات المسؤولية

ورقة الاسترشاد هذه تعطي معلومات عامةً 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