Jean Hailes for Women's Health

Abortion

Kutoa mimba

Mimba zisizopangwa hutokea kwa wanawake wa umri na asili zote. Karibu nusu ya mimba nchini Australia hazijapangwa. Baadhi ya wanawake huchagua kuwa na mtoto wao, huku wengine wanachagua kukomesha mimba kwa kutoa mimba.

Kutoa mimba ni nini?

Utoaji mimba ni utaratibu salama wa matibabu unaokomesha mimba. Inaweza pia kujulikana kama 'kukomeshwa' au 'kukomeshwa kwa mimba'. Inakadiriwa kuwa karibu theluthi moja ya mimba zisizopangwa huisha au kutolewa.

Je, kutoa mimba ni halali nchini Australia?

Utoaji mimba nchini Australia ni halali tu iwapo unafanywa na mtaalamu wa matibabu aliyesajiliwa. Lakini sheria za kutoa mimba zinatofautiana kati ya majimbo na wilaya (k.m. sheria kuhusu jinsi na lini wanawake wanaweza kupata utoaji wa mimba).

Sababu za kutoa mimba

Kutoa mimba ni chaguo la kibinafsi. Inaweza kuwa uamuzi mgumu wa kufanya. Kuna sababu nyingi kwa nini unaweza kuchagua kutoa mimba. Bila kujali sababu, ikiwa unataka kumaliza mimba yako, ni chaguo lako.

Aina za utoaji mimba

Kuna aina mbili za utoaji mimba: utoaji mimba wa matibabu na utoaji mimba wa upasuaji. Aina zote ni salama na ufanisi.

Utoaji mimba kwa sababu za kimatibabu

Utoaji mimba wa matibabu unamaanisha unachukua dawa ili kusababisha bahati mbaya ya mimba. Chaguo hili linapatikana hadi wiki tisa za ujauzito.

Ikiwa umetoa mimba kwa njia ya matibabu, utakuwa na masaa kadhaa ya kubana sana, lakini maumivu yanapaswa kupungua mara tu umepata bahati mbaya ya mimba. Daktari wako anaweza kuagiza dawa yenye nguvu ya kupunguza maumivu ili kusaidia. Unapaswa kuwa na uwezo wa kusimamia nyumbani.

Utoaji mimba wa upasuaji

Ikiwa una mimba ya zaidi ya wiki tisa, au hutaki kutoa mimba kwa matibabu, unaweza kuchagua kutoa mimba kwa upasuaji badala yake.

Utoaji mimba kwa upasuaji kwa kawaida hufanywa kama utaratibu wa siku moja tu.

Ikiwa umetoa mimba kwa upasuaji chini ya dawa ya usingizi (wakati unapopata usingizi), hutapata maumivu yoyote. Lakini unaweza kuwa na kubanwa sana kwa siku chache baadaye. Iwapo utatoa mimba kwa upasuaji chini ya dawa za kutia ganzi, kuna uwezekano wa kuhisi kubanwa kati ya kidogo na kali wakati wa utoaji mimba.

Pia ni kawaida kuwa na kubanwa na maumivu ambayo inafanana na hedhi kwa siku chache zijazo.

Ili kupunguza maumivu, unaweza kutumia pakiti za joto, dawa za kutuliza maumivu na kupumzika.

Ikiwa una maumivu makali, zungumzia na daktari wako.

Je, ni lini unaweza kurudi kwa shughuli za kawaida?

Unaweza kurudi tena kwa shughuli za kawaida kesho yake ya kutoa mimba ikiwa unajisikia vizuri kiwili na kihisia. Lakini kwa wiki moja hadi mbili zifuatazo, unapaswa kuepuka:

- kunyanyua vitu vizito, kazi ya kimwili na shughuli za kuhitaji nguvu nyingi
- kufanya ngono, kutumia visodo (tampons) na kuingiza chochote kwenye uke wako
- kuoga na kwenda kuogelea.

Dalili za kawaida za kihisia ni pamoja na:

- mabadiliko ya hisia
- usahaulifu
- wasiwasi.

Je, kutoa mimba kuna gharama kiasi gani?

Gharama ya utoaji mimba inategemea:

- aina ya utoaji mimba
- hatua yako ya ujauzito
- mahali unapopata utoaji mimba (k.m. zahanati ya umma au ya kibinafsi)
- ikiwa unastahiki Medicare
- ikiwa una bima ya afya ya kibinafsi.

Ikiwa una kadi ya Medicare na unatembelea kliniki ya kibinafsi:

- utoaji mimba wa kimatibabu unaweza kugharimu $100 hadi $500
- utoaji mimba wa upasuaji unaweza kugharimu $400 hadi $600.

Baadhi ya kliniki au hospitali za umma zinaweza kuwa na ada za chini. Ikiwa unastahiki, huenda hatakuwa na malipo. Daktari wako anaweza kukupa maelezo zaidi.

Je, unahitaji rejelea ili kutoa mimba?

Huhitaji rufaa kutoka kwa daktari wako ili kupata miadi nafasi ya utoaji mimba - isipokuwa katika Australia Magharibi ambapo inahitajika kwa kisheria.

Je, unahitaji kupata ushauri nasaha kabla ya kutoa mimba?

Si lazima kuwa na ushauri nasaha, lakini unapatikana ikiwa unataka kuzungumza na mtu au unahitaji habari zaidi.

Taarifa zaidi

Unaweza kupata maelezo zaidi kuhusu kutoa mimba kutoka kwa daktari wako, shirika la uzazi wa mpango la mtaani au kituo cha afya cha wanawake. Unaweza pia kuwasiliana na huduma ya afya ya kingono na mpango wa uzazi katika jimbo lako au Huduma ya Kimatibabu ya Aboriginal na Wanavisiwa wa Torres Strait ya mtaa wako.

Unaweza pia kupata maelezo zaidi kutoka mashirika mashuhuri hayo:

- MSI Australia (zamani ilijulikana kama Marie Stopes Australia)
- 1800MyOptions (Vic)
- Children by Choice (Qld)
- Pregnancy Choices Helpline (NSW)
- Kituo cha Ushauri wa Ujauzito (SA)

Ili kupata maelezo zaidi, nyenzo na marejeleo tembelea jeanhailes.org.au/healtha-z/sex-sexual-health/abortion

Jean Hailes for Women's Health

Simu 03 9453 8999
jeanhailes.org.au

Jean Hailes kwa Afya ya Wanawake inatambua kwa shukurani usaidizi wa Serikali ya Australia.

Ilisasishwa Mei 2023

Kanusho: Habari hii haichukui nafasi ya ushauri wa matibabu. Ikiwa una wasiwasi kuhusu afya yako, zungumza na daktari wako au timu yako ya afya.

Tunaandika habari za afya kwa watu wenye asili, uzoefu na utambulisho tofauti. Tunatumia neno 'wanawake', lakini tunakubali kwamba neno hili halijumuishi watu wote ambao wanaweza kutumia maudhui yetu.

© Jean Hailes kwa Afya ya Wanawake 2023