गर्भपात

गर्भपात कराने का अर्थ है कि आप अपनी गर्भावस्था को समाप्त करने का चयन करती हैं। सभी गर्भधारण योजना के अनुसार नहीं होते हैं। सभी आयु और पृष्ठभूमियों से आने वाली महिलाओं को अनियोजित गर्भधारण होता है। ऑस्ट्रेलिया में गर्भधारण के लगभग आधे प्रकरण अनियोजित होते हैं। कुछ महिलाएं अपने शिशु को जन्म देने का चयन करती हैं, जबकि अन्य महिलाएँ गर्भपात के माध्यम से अपनी गर्भावस्था को समाप्त करने का चयन करती हैं ।

गर्भपात क्या होता है?

गर्भपात एक सुरक्षित चिकित्सा प्रक्रिया है, जिससे गर्भावस्था समाप्त हो जाती है। इसे 'टर्मिनेशन' या 'प्रेग्नेंसी टर्मिनेशन' भी कहा जाता है। यह अनुमानित है कि लगभग एक-तिहाई अनियोजित गर्भधारण समाप्त कर दिए जाते हैं।

क्या ऑस्ट्रेलिया में गर्भपात वैध है?

ऑस्ट्रेलिया में गर्भपात केवल तभी वैध होता है, जब यह किसी पंजीकृत चिकित्सा पेशेवर द्वारा किया जाता है। लेकिन राज्यों और राज्य-क्षेत्रों के बीच गर्भपात के कानून अलग-अलग होते हैं। अलग-अलग कानून इस बारे में हैं कि महिलाएं कैसे और कब गर्भपात करा सकती हैं।

गर्भपात के कारण

गर्भपात एक व्यक्तिगत चयन है। यह निर्णय लेना कठिन हो सकता है। गर्भपात कराने के कई कारण हो सकते हैं। कारण चाहे जो भी हो, अपनी गर्भावस्था को समाप्त करना आपका चयन है।

गर्भपात के प्रकार

गर्भपात दो प्रकार के होते हैं: चिकित्सीय गर्भपात और सर्जिकल गर्भपात। दोनों तरीके सुरक्षित और प्रभावी होते हैं।

चिकित्सीय गर्भपात

चिकित्सीय गर्भपात का अर्थ है कि आपको गर्भपात के लिए दवाइयाँ लेनी होती हैं। यह अधिकतम नौ सप्ताहों की गर्भावस्था तक किया जा सकता है।

आप क्या उम्मीद कर सकती हैं

यदि आप चिकित्सीय गर्भपात कराती हैं, तो आपको कई घंटों तक तीव्र ऐंठन होगी, लेकिन गर्भपात होने के बाद दर्द कम हो जाना चाहिए। सहायता के लिए आपके डॉक्टर अधिक प्रभावी दर्दनिवारक का नुस्खा दे सकते हैं। आपको घर पर ही इसका प्रबंध करने में सक्षम होना चाहिए।

सर्जिकल गर्भपात

यदि आप नौ सप्ताहों से अधिक समय के लिए गर्भवती हैं, या आप मेडिकल गर्भपात नहीं कराना चाहती हैं, तो आप इसके बजाय आप सर्जिकल गर्भपात कराने का चयन कर सकती हैं।

सामान्य रूप से सर्जिकल गर्भपात एक दिवस कालीन प्रक्रिया के रूप में किया जाता है।

आप क्या उम्मीद कर सकती हैं

यदि आप **संपूर्ण संवेदनाहारी** के तहत (जब आप सो रही होंगी) सर्जिकल गर्भपात कराती हैं, तो गर्भपात के दौरान आपको दर्द का बिल्कुल भी अनुभव नहीं होगा। लेकिन बाद में आपको कुछ दिनों तक ऐंठन हो सकती है।

यदि आप **स्थानीय संवेदनाहारी** के तहत सर्जिकल गर्भपात कराती हैं, तो गर्भपात के दौरान आपको हल्के से तीव्र स्तर की ऐंठन महसूस होने की संभावना रहती है। अगले कुछ दिनों के दौरान मासिक चक्र के समान ऐंठन और दर्द होना भी सामान्य है।

दर्द से राहत के लिए आप:

- हीट पैक का उपयोग कर सकती हैं
- दर्द निवारक दवाई ले सकती हैं
- अपने पेट के निचले हिस्से की मालिश कर सकती हैं
- आराम कर सकती हैं।

यदि आपको बहुत तेज दर्द होता है, या दर्दनिवारक दवाई लेने पर भी दर्द बेहतर नहीं होता है, तो अपने डॉक्टर से बात करें।

आप फिर से सामान्य गतिविधियाँ कब कर सकती हैं?

यदि आपको शारीरिक और भावनात्मक रूप से अच्छा महसूस होता है, तो आप गर्भपात के अगले दिन से सामान्य गतिविधियाँ शुरू कर सकती हैं। लेकिन अगले एक से दो सप्ताहों के लिए आपको ये काम नहीं करने की कोशिश करनी चाहिए:

- भारी वज़न उठाना, शारीरिक कार्य और ज़ोरदार गतिविधियाँ
- सेक्स करना, टैम्पोन का उपयोग करना और अपनी योनि में कुछ भी प्रविष्ट करना
- बाथ लेना या तैराकी करना।

गर्भपात का शुल्क क्या होता है?

गर्भपात का शुल्क इन बातों पर निर्भर करता है:

- गर्भपात का प्रकार
- आप गर्भावस्था के किस चरण में हैं
- आप कहाँ गर्भपात कराती हैं (जैसे, सरकारी या निजी क्लिनिक में)
- क्या आप Medicare के लिए पात्र हैं
- क्या आपके पास निजी स्वास्थ्य बीमा है
- क्या आपको क्लिनिक में जाने के लिए यात्रा करने की आवश्यकता है।

यदि आपके पास Medicare है और आप निजी क्लिनिक में जाती हैं, तो:

- चिकित्सीय गर्भपात का शुल्क $100–$500 हो सकता है
- सर्जिकल गर्भपात का शुल्क $400 - $600 हो सकता है।

कुछ क्लीनिकों या सरकारी अस्पतालों में कम शुल्क लग सकता है, अथवा यदि आप पात्र हैं तो कोई भी शुल्क नहीं लग सकता है। आपका डॉक्टर आपको और अधिक जानकारी दे सकता है।

क्या आपको गर्भपात कराने के लिए रेफरल की आवश्यकता है?

गर्भपात की बुकिंग करने के लिए आपको अपने डॉक्टर से रेफरल की आवश्यकता नहीं होती है – पश्चिमी ऑस्ट्रेलिया के अतिरिक्त, जहाँ यह कानूनी रूप से आवश्यक है।

क्या गर्भपात कराने से पहले आपको परामर्श की आवश्यकता होती है?

आपको परामर्श की आवश्यकता नहीं होती है, लेकिन अगर आप किसी के साथ बात करना चाहती हैं या और अधिक जानकारी प्राप्त करना चाहती हैं, तो यह उपलब्ध है।

अधिक जानकारी के लिये जाएं

आपको गर्भपात के बारे में यहाँ से और अधिक जानकारी प्राप्त हो सकती है:

- अपने डॉक्टर से कब मिलें
- आपके क्षेत्र में स्थित परिवार नियोजन या यौन स्वास्थ्य संगठन
- स्थानीय महिला स्वास्थ्य केंद्र
- आपकी स्थानीय आदिवासी और टोरेस स्ट्रेट द्वीपवासी चिकित्सीय सेवा

आप ये भरोसेमंद और प्रतिष्ठित वेबसाइटें भी देख सकती हैं:

MSI Australia (पूर्व में मैरी स्टॉप्स ऑस्ट्रेलिया के नाम से)
1800MyOptions (VIC)
Children by Choice (QLD)
Pregnancy Choices Helpline (NSW)
Pregnancy Advisory Centre (SA)

और अधिक जानकारी के लिए यहाँ जाएँ:
jeanhailes.org.au/health-a-z/sex-sexual-health/abortion

सितंबर **2022** में अपडेट किया गया

इस तथ्य पत्रक को जानकारी और शिक्षा देने के लिए तैयार किया गया है। इसका उद्देश्य कोई विशिष्ट चिकित्सीय सलाह प्रदान करना या आपके चिकित्सक द्वारा दी गई सलाह को बदलना नहीं है।

Jean Hailes for Women's Health ऑस्ट्रेलिया सरकार के समर्थन को कृतज्ञतापूर्वक अभिस्वीकृति देता है।

© Jean Hailes for Women's Health 2022

Jean Hailes महिलाओं के स्वास्थ्य के विषय के प्रति व्यापक और समावेशी दृष्टिकोण रखता है। इस संसाधन में 'महिला' और 'लड़कियां' शब्दों का उपयोग सभी महिलाओं, लड़कियों और लिंग-विविध लोगों के संदर्भ में किया गया है।

Jean Hailes FOR WOMEN'S HEALTH

फ़ोन 03 9453 8999
jeanhailes.org.au