Kutoa mimba

Kutoa mimba kunamaanisha kuwa unachagua kumaliza mimba yako. Sio mimba zote zimepangwa. Mimba zisizopangwa hutokea kwa wanawake wa umri na asili (background) zote. Takriban (karibu) nusu ya mimba nchini Australia hazijapangwa. Baadhi ya wanawake (wanawake fulani) huchagua kuwa na mtoto wao, huku wengine wakichagua kumaliza mimba kwa kutoa mimba.

Kutoa mimba ni nini?

Utoaji mimba ni utaratibu salama wa kimatibabu (procédure médicale) unaomaliza ujauzito. Inaweza pia kujulikana kama 'kumaliza' au 'kumaliza mimba'. Inakadiriwa kuwa karibu theluthi moja (un tiers) ya mimba zisizopangwa huisha.

Je, kutoa mimba ni halali nchini Australia?

Kutoa mimba nchini Australia ni halali tu iwapo utafanywa na mtaalamu wa matibabu aliyesajiliwa (enregistré). Lakini sheria za utoaji mimba hutofautiana kati ya majimbo na wilaya (states na territoires). Sheria tofauti ni kuhusu jinsi na lini wanawake wanaweza kupata utoaji mimba.

Sababu za kutoa mimba

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

Aina za utoaji mimba

Kuna aina mbili za utoaji mimba: utoaji mimba wa matibabu na utoaji mimba wa upasuaji. Wote ni salama na ufanisi (réussite).

Utoaji mimba wa kimatibabu

Utoaji mimba wa kimatibabu unamaanisha unatumia dawa za kusababisha kuharibika kwa mimba. Inaweza kufanywa kwa ujauzito hadi wiki tisa (kenda).

Nini unaweza kutarajia (utangojea kitu gani)

Ikiwa umetoa mimba kwa njia ya kimatibabu, utakuwa na masaa kadhaa ya kubana sana (ma crampe za nguvu) , lakini maumivu yanapaswa kupungua mara tu unapopoteza mimba. Daktari wako anaweza kuagiza dawa kali za maumivu ili kusaidia. Unapaswa kuwa na uwezo wa kusimamia nyumbani.

Utoaji mimba wa upasuaji

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

Utoaji mimba wa upasuaji kwa kawaida hufanywa kama utaratibu wa siku (opération ya mchana kisha unarudi nyumbani).

Nini unaweza kutarajia (utangojea kitu gani)

Iwapo utaavya mimba kwa upasuaji chini ya **anaesthesia ya jumla (anesthesie générale)** (ukiwa umesinzia), hutapata maumivu yoyote wakati wa utoaji mimba. Lakini unaweza kuwa na kubanwa sana (crampes) kwa siku chache baadaye.

Iwapo utatoa mimba kwa upasuaji chini ya **anesthesia ya sehemu (anesthesie locale)**, kuna uwezekano wa kuhisi kubanwa kati ya kidogo na kali wakati wa utoaji mimba. Pia ni kawaida kuwa na kubanwa na maumivu ambayo ni sawa kwa kipindi cha siku chache zijazo.

Ili kupunguza maumivu, unaweza:

- tumia pakiti za joto (heat packs)
- chukua dawa za kupunguza maumivu
- fanyia massage tumbo lako la chini
- pumzika.

Ikiwa una maumivu makali, au maumivu ambayo hayapunguki na dawa za kutuliza maumivu, zungumza na daktari wako.

Je, ni lini unaweza kurudi kwa shughuli za kawaida?

Unaweza kurudi kwenye shughuli za kawaida siku baada ya kutoa mimba ikiwa unajisikia vizuri kimwili na kihisia (émotionnellement). Lakini kwa wiki moja hadi mbili zifuatazo, unapaswa kuepuka:

- kunyanyua vitu vizito, kazi ya kimwili na shughuli za kutatanisha (za kuomba nguvu mingi)
- kufanya ngono (kulalana), kutumia tampons na kuingiza chochote kwenye uke wako
- kuoga au kwenda kuogelea.

Je, kutoa mimba kunagharimu kiasi gani?

Gharama ya utoaji mimba inategemea:

- aina ya utoaji mimba
- hatua yako ya ujauzito (kwenye unafika na mimba yako)
- kwenye utatolea mimba (k.m. zahanati ya umma au ya kibinafsi (clinique publique ou privée)
- ikiwa unastahiki (eligible) Medicare
- ikiwa una bima ya afya ya kibinafsi (assurance maladie)
- ikiwa unahitaji kusafiri kwenda kliniki.

Ikiwa una kadi ya Medicare na unatembelea kliniki ya kibinafsi (privée):

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

Baadhi ya zahanati (cliniques) au hospitali za umma (publics) zinaweza kuwa na ada (frais) za chini au kunaweza kuwa hakuna malipo ikiwa unastahiki. Daktari wako anaweza kukupa maelezo zaidi.

Je, unahitaji rufaa (recommendation) ili kutoa mimba?

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

Je, unahitaji kupata ushauri nasaha (counselling)kabla ya kutoa mimba?

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

Taarifa zaidi

Unaweza kupata taarifa zaidi kuhusu utoaji mimba kutoka:

- daktari wako
- shirika la uzazi wa mpango au afya ya ngono katika eneo lako
- kituo cha afya cha wanawake
- Aboriginal and Torres Strait Islander Medical Service ya eneo lako

Unaweza kutembelea pia tovuti hizi zinazotegemewa na zinazotambulika:

MSI Australia (zamani ilijulikana kama Marie Stopes Australia)

1800MyOptions (VIC)

Children by Choice (QLD)

Pregnancy Choices Helpline (NSW)

Pregnancy Advisory Centre (SA)

Kwa taarifa zaidi, tembelea **jeanhailes.org.au/health-a-z/sex-sexual-health/abortion**

Ilisasishwa (mise à jour) Septemba 2022

Karatasi hii ya ukweli imeundwa ili kuelimisha na kufundisha Haikusudiwi kutoa ushauri maalum (spécifique) wa matibabu (matunzo) au kuchukua nafasi ya ushauri kutoka kwa daktari wako.

Jean Hailes for Women's Health kwa shukrani inafahamu kwamba inaungwa mkono na Serikali ya Australia.

© Jean Hailes for Women's Health 2022

Jean Hailes inachukua mtazamo mpana na unaojumuisha mada (sujet) ya afya ya wanawake. Maneno 'wanawake' na 'wasichana' yanatumika katika nyenzo (resource) hii yote kurejelea (kuji référer ku) wanawake wote, wasichana, na watu wa jinsia tofauti.

Jean Hailes FOR WOMEN'S HEALTH

Simu 03 9453 8999
jeanhailes.org.au