

pro familia

USUNIĘCIE CIAŻY

CO MUSISZ WIEDZIEĆ –
WSZYSTKO, CZEGO POTRZEBUJESZ
DO PODJĘCIA DECYZJI

POLSKI

SCHWANGER
SCHAFTS

A B

B R U C H

Nota redakcyjna: © 2015 **pro familia** Deutsche Gesellschaft für Familienplanung, Sexualpädagogik und Sexualberatung e. V., Bundesverband, Stresemannallee 3, 60596 Frankfurt am Main, Telefon 069 / 26 95 77 90, www.profamilia.de.

Wydanie 6 zmienione 2015, 505.000 – 585.000.

Przy wsparciu Federalnej Centrali ds. Oświaty Zdrowotnej (BZgA).

pro familia realizuje w praktyce odpowiedzialne wykorzystywanie ograniczonych zasobów. Jeśli nie potrzebujesz już tej broszury, prosimy przekazać ją innym zainteresowanym.

Spis treści

Informacje podstawowe	05
Przepisy prawne	05
Doradztwo i zaświadczenie o odbyciu konsultacji	06
Jak znaleźć centrum poradnictwa?	08
Jakich terminów należy przestrzegać?	09
Gdzie jest przeprowadzane usunięcie ciąży?	10
Koszty	11
Przebieg usunięcia ciąży	13
Przed zabiegiem	13
Chirurgiczne usunięcie ciąży	14
Farmakologiczne usunięcie ciąży	17
Wybór metody	19
Po usunięciu ciąży	22
Co należy wziąć pod uwagę?	22
Płodność	23
Kondycja psychiczna	24
Kolejne usunięcia ciąży	25
Usunięcie ciąży ze wskazań medycznych	26
Koszty	27
Pytania dodatkowe	28
Czy partner lub rodzice mają prawo do współdecydowania?	28
Co zrobić w sytuacji, gdy podjęcie decyzji jest trudne?	29
Co musi wiedzieć młodzież w wieku poniżej 18 lat?	30
Czy w przypadku cudzoziemek mają zastosowanie inne przepisy? ...	32
Legalność usunięcia ciąży – podsumowanie	32
Załącznik	33
Pomoc społeczna i świadczenia dla kobiet w ciąży, rodziców i dzieci	33
Przydatne adresy	38

O TEJ BROSZURZE

Jesteś w ciąży i rozważasz jej usunięcie. W procesie podejmowania decyzji masz być może wiele pytań. Masz również prawo do uzyskania porady i wsparcia ze strony centrum doradztwa dla kobiet w ciąży.

pro familia przygotowała dla Ciebie ważne informacje. Są one oparte na pytaniach, które często mają kobiety w takiej sytuacji. Najważniejszym z nich są prawne i medyczne warunki legalnej aborcji w Niemczech.

Każda kobieta, która zdecyduje się na usunięcie ciąży, może wybrać w Niemczech chirurgiczne lub farmakologiczne usunięcie ciąży. Poniżej przedstawimy informacje o obu tych metodach, kosztach i ewentualnym pokryciu kosztów.

Decyzja o usunięciu ciąży należy wyłącznie do Ciebie. Tej bardzo osobistej decyzji nikt nie może i za Ciebie podjąć.

W niniejszej broszurze chcemy towarzyszyć Ci w procesie podejmowania decyzji i wspierać poprzez udzielanie informacji. Nie może ona jednak zastąpić rozmowy z uznanym centrum poradnictwa. Prosimy omówić wszystkie pytania także ze swoją doradczynią/lekarzką lub swoim doradcą/lekarzem.

INFORMACJE PODSTAWOWE

Przepisy prawne

Stosownie do uregulowań¹ prawnych usunięcie ciąży w Niemczech jest legalne:

1. po spełnieniu warunków konsultacji
2. ze wskazań medycznych
3. ze wskazań kryminologicznych

1. Usunięcie ciąży po spełnieniu warunków konsultacji

Około 96,4 % aborcji w Niemczech odbywa się zgodnie z tą zasadą.

Muszą być spełnione następujące warunki:

- Od momentu zapłodnienia nie może upłynąć więcej niż dwanaście tygodni.
- Kobieta skorzystała z ustawowych konsultacji oraz otrzymała odpowiednie **zaświadczenie o odbyciu konsultacji**
- Usunięcie ciąży następuje najwcześniej w czwartym dniu po zakończeniu konsultacji.
- Usunięcie ciąży przeprowadza lekarka/lekarz.

2. Usunięcie ciąży ze wskazań medycznych

Jeżeli życia lub zdrowie fizyczne lub psychiczne kobiety jest poważnie zagrożone przez ciążę, można przeprowadzić usunięcie ciąży ze wskazań medycznych (więcej informacji na stronie 26).

3. Usunięcie ciąży ze wskazania kryminologicznych

Jeśli ciąża jest bardzo prawdopodobnie wynikiem przestępstwa, na przykład gwałtu, można usunąć ciążę ze wskazań kryminologicznych (więcej informacji na stronie 27).

¹ Wyciągi z kodeksu karnego dotyczące usunięcia ciąży, które można znaleźć na stronie internetowej pod adresem <http://dejure.org/gesetze/StGB/218a.html>



Doradztwo i zaświadczenie o odbyciu konsultacji

Podczas konsultacji możesz porozmawiać o przyczynach, które skłoniły Cię do przerywania ciąży. W ramach konsultacji masz prawo omówić wszystkie pytania i problemy, które są dla Ciebie ważne. Jeśli chcesz, możesz przyjść na konsultację ze swoim partnerem lub innymi osobami.

Doradztwo stanowi element wsparcia, a w przypadku usunięcia ciąży zgodnie z zasadą doradztwa jest wymagane ustawowo. Celem ustawowym doradztwa jest zachęcenie Cię do kontynuowania ciąży. Nie musisz się jednak obawiać, że będziesz się musiała usprawiedliwiać, albo, że zostaniesz zmuszona do zmiany już podjętej decyzji². Decyzja o kontynuowaniu lub przerwaniu ciąży należy wyłącznie do Ciebie.

Doradztwo pomaga w rozwiązywaniu problemów, które skłaniają Cię do rozważania usunięcia ciąży — masz do tego prawo. Na życzenie będziesz otrzymywać informacje o wszelkiej pomocy i prawach, które ułatwią Ci kontynuowanie ciąży i stworzą perspektywy do życia z dzieckiem. Obejmuje to także wsparcie w zakresie pomocy finansowej

i innej, poszukiwania mieszkania, poszukiwania opieki nad dzieckiem oraz kontynuowania kształcenia zawodowego.

W ramach konsultacji możesz również porozmawiać o problemach osobistych, rodzinnych i dotyczących relacji z partnerem, które wynikają z ciąży.

Rozmowa podczas konsultacji jest poufna i bezpłatna! Konsultacja może również obejmować kilka spotkań, jeśli chcesz.

Pracownicy centrum doradztwa są zobowiązani do zachowania poufności. Nikomu bez Twojej zgody nie mogą nikomu przekazywać informacji na temat Twojego spotkania, Twojej osoby lub treści rozmowy. Inne osoby (np. ojca dziecka, ekspertów, bliskich krewnych) można włączyć w konsultację, jeśli wyrażasz na to zgodę.

Jeśli chcesz podczas umawiania terminu spotkania oraz w trakcie konsultacji możesz zachować anonimowość. Konsultanci są jednak ustawowo zobowiązani do dokumentowania swojej pracy i jej oceny bez podawania nazwiska.

Po zakończeniu konsultacji otrzymasz zaświadczenie o **odbyciu konsultacji** od swojej doradczynie lub swojego doradcy. Jeśli porada ma przebiegać w trybie anonimowym, inny pracownik może wystawić zaświadczenie — nie musi to być ta sama osoba, która przeprowadzała konsultację.

Nawet jeśli doradczynie lub doradca są zdania, że kontynuacja rozmowy byłaby wskazana lub konieczna, nie mogą Ci odmówić wystawienia zaświadczenia, jeśli potem nie będziesz mogła spełnić wymogu dwunastego tygodnia ciąży.

² W ustawie określono to w następujący sposób: »oczekuje się, że kobieta w ciąży poda osobie przeprowadzającej konsultację powody, dla których rozważa usunięcie ciąży; charakter konsultacji wyklucza wymuszanie u kobiety gotowości do rozmowy i współpracy.«, ponieważ »porada ta ma charakter otwarty. Jest ona oparta na odpowiedzialności kobiety. Konsultacja ma zachęcać i budzić zrozumienie, a nie pouczać lub narzucać swoją wolę«. (§ 5 niem. ustawy o konfliktach związanych z ciążą)

Jak znaleźć centrum poradnictwa?

Konsultacja musi być przeprowadzona przez uznane centrum poradnictwa w zakresie konfliktów związanych z ciążą. Centrum takie można znaleźć w internecie lub w książce telefonicznej, szukając haseł »pro familia«, »Arbeiterwohlfahrt«, »Diakonisches Werk«, »Donum Vitae«, »Deutsches Rotes Kreuz« lub »Beratungsstellen« bądź »Schwangerenberatung« lub w lokalnych ośrodkach zdrowia. Często również Twój ginekolog zna ośrodki poradnictwa w Twojej okolicy. Informacji o niewielu lekarzach zatwierdzonych jako organ doradczy udziela właściwa Izba Lekarska. Ośrodki dla kobiet mogą również dostarczać informacji na temat centrów poradnictwa.

www.familienplanung.de

Strona internetowa Federalnej Centrali Informacji Zdrowotnej (BZgA), na której są podane wszystkie ośrodki poradnictwa w zakresie ciąży na terenie całych Niemiec, włącznie z informacją, czy jest wystawiane zaświadczenie o odbyciu konsultacji

W wielu miastach istnieje centrum poradnictwa pro familia, w którym można uzyskać dokładne, kompetentne i bezpłatne informacje. Adresy są dostępne na stronie internetowej pod adresem www.profamilia.de.

Z konsultacji możesz także skorzystać w innym kraju związkowym, jeżeli oferta pomocy w Twojej okolicy nie spełnia Twoich oczekiwań.

Jakich terminów należy przestrzegać?

Aby móc legalnie przeprowadzić **usunięcie ciąży po spełnieniu warunków konsultacji**,³ od momentu zapłodnienia nie może upłynąć więcej niż dwanaście tygodni. Odpowiada to 14 tygodniowi ciąży, licząc od pierwszego ostatniej miesiączki.

Niektóre kobiety mają krwawienia, choć są już w ciąży. Stąd termin ostatniej miesiączki podawany przez kobietę nie jest miarodajny. Czas trwania ciąży określa się w trakcie badania USG. Osobą odpowiedzialną za poprawne określenie wieku ciąży jest lekarz ginekolog przeprowadzający usunięcie ciąży.

Usunięcie ciąży metodą farmakologiczną jest możliwe w Niemczech tylko do końca siódmego tygodnia po zapłodnieniu (odpowiada to dziewiętemu tygodniowi ciąży od rozpoczęcia ostatniej miesiączki).

Niektóre placówki medyczne i praktyki lekarskie dokonują ambulatoryjnego, chirurgicznego usunięcia ciąży tylko w okresie od dziesiątego do dwunastego tygodnia od rozpoczęcia ostatniej miesiączki (osiem lub dziesięć tygodni od zapłodnienia). Dowiedz się przy rejestracji, czy jesteś w przyjętym przez te placówki okresie ciąży. Jeśli nie, poproś o wskazanie innych placówek.

Zgodnie z prawem konsultacja musi odbyć się co najmniej trzy dni przed usunięciem ciąży. W okresie pomiędzy datą konsultacji a datą zabiegu muszą upłynąć pełne trzy dni kalendarzowe. Innymi słowy usunięcie ciąży może nastąpić najwcześniej czwartego dnia po terminie konsultacji wskazanym na zaświadczeniu o odbyciu konsultacji. Jeśli konsultacja odbyła się na przykład w poniedziałek, usunięcia ciąży nie można przeprowadzić przed najbliższym piątkiem.

³ Terminy obowiązujące w przypadku wskazań, patrz str. 27



Gdzie jest przeprowadzane usunięcie ciąży?

Usunięcie ciąży może zostać przeprowadzone w placówkach, które zapewniają niezbędną opiekę pozabiegową.

Należą do nich:

- kliniki lub ambulatoryjne ośrodki chirurgiczne
- odpowiednio wyposażone gabinety lekarskie
- placówki medyczne pro familia lub ośrodki planowania rodziny
- szpitale

Lekarki lub lekarze, którzy przeprowadzali ustawowe konsultacje, nie mogą sami przeprowadzać usunięcia ciąży.

Informacje na temat placówek w Twojej okolicy możesz uzyskać w uznanych ośrodkach poradnictwa w zakresie konfliktów związanych z ciążą. Jeśli chcesz wybrać między chirurgicznym lub farmakologicznym usunięciem ciąży, dowiedz się najpierw, jakie możliwości są dostępne w konkretnej placówce. Nie zawsze do dyspozycji są wszystkie opcje w najbliższej okolicy. Możesz jednak udać się do innego miejsca, w którym usunięcie ciąży jest przeprowadzane tak, jak sobie tego życzysz.

Jeśli zdecydujesz się na usunięcie ciąży w **szpitalu**, dowiedz się wcześniej, czy musisz być hospitalizowana. Z hospitalizacją mogą wiązać się koszty, które będziesz zmuszona sama ponieść.

W szpitalach często chirurgiczne usunięcie ciąży jest przeprowadzane tylko w znieczuleniu ogólnym. Sprawdź również metody stosowane w szpitalu. Na metoda odciągania (aspiracja próżniowa) jest dużo bezpieczniejsza i mniej bolesna niż wyłyżeczkowania jamy macicy.

Jest wiele szpitali, które przeprowadzają usunięcie ciąży jedynie po przedstawieniu zaświadczenia o wskazaniach i które zastrzegają sobie prawo do sprawdzenia tych wskazań.



Zdjęcie modelek zrobione do celów ilustracyjnych.

Koszty

Wymagana ustawowo konsultacja w uznanym centrum poradnictwa, na przykład w pro familia, jest bezpłatna dla Ciebie i ewentualnie towarzyszących Ci osób.

To, czy będziesz musiała ponieść koszty usunięcia ciąży oraz jaka jest ich wysokość, zależy od różnych czynników: na przykład od zastosowanej metody, jeżeli jesteś ubezpieczona oraz od Twoich dochodów. Przygotowaliśmy dla Ciebie najważniejsze zasady dotyczące **usunięcia ciąży po spełnieniu wymogu konsultacji** (regulacje dotyczące kosztów w przypadku usunięcia ciąży ze wskazań, patrz str. S. 28).

1. Jeśli jesteś ubezpieczona ustawowej Kasie Chorych:

Musisz sama ponieść koszty faktycznego usunięcia ciąży, jeżeli Twoje dochody przekraczają określone limity (patrz punkt 3). Koszty porady lekarskiej przed usunięciem ciąży, świadczeń medycznych i leków przed i po zabiegu oraz leczenia ewentualnych powikłań pokryje Twoja Kasa Chorych.

Jeśli sama płacisz za usunięcie ciąży, wolno w takim przypadku naliczyć nie więcej niż 1,8-krotność podstawowej stawki opłat medycznych. Jest to koszt 200 – 570 euro, w zależności od gabinetu, metody oraz ubezpieczenia. Farmakologiczne usunięcie ciąży zazwyczaj kosztuje mniej niż chirurgiczne, znieczulenie miejscowe mniej niż znieczulenie ogólne. W przypadku kilkudniowego pobytu w szpitalu musisz sama zapłacić stawkę dzienną za pobyt.

2. Jeśli jesteś ubezpieczona w prywatnej Kasie Chorych:

Prywatne Kasy Chorych nie pokrywają kosztów usunięcia ciąży po spełnieniu warunków konsultacji. Jednakże zasada pokrywania kosztów przy braku dochodów lub niskich dochodach dotyczy także kobiet z prywatnym ubezpieczeniem⁴ (patrz punkt 3).

Także w tym przypadku lekarzy obowiązuje regulacja naliczania opłat. Zapytaj o koszty jeszcze przed zabiegiem w placówce i wyjaśnij, jakie świadczenia pokrywa twoja prywatna Kasa Chorych.

3. Jeśli masz niskie dochody:

Kobiety bez dochodów lub z niskimi dochodami otrzymują pomoc ustawową przy usunięciu ciąży po spełnieniu warunków konsultacji. I to niezależnie od tego, w jakiej Kasie Chorych są ubezpieczone. Również dochód lub majątek małżonka lub rodziców nie odgrywa tutaj żadnej roli.

Otrzymasz pomoc ustawową:

- jeżeli twoje dostępne dochody osobiste wynoszą poniżej 1075 € netto (stan: od lipca 2015) w miesiącu,
- jeżeli wraz z każdym małoletnim dzieckiem mieszkającym w domu kobiety granica dochodu zwiększa się o 254 €,
- jeżeli Twój czynsz przekracza 315 €, granica dochodu zwiększa się maksymalnie o 315 €,
- jeżeli nie masz żadnych krótkoterminowych aktywów,
- jeżeli pobierasz świadczenia społeczne⁵ lub mieszkasz w ośrodku, którego koszty pokrywa placówka pomocy społecznej lub pomocy dla młodzieży.

⁴W przypadku kobiet, które nie są objęte ustawowym systemem ubezpieczenia zdrowotnego, aby uzyskać informacje należy kontaktować się z różnymi organami. W przypadku świadczeń przed usunięciem ciąży i po usunięciu ciąży są to właściwe organy (Urząd ds. Opieki Społecznej, organ udzielający zapomogi, prywatna Kasa Chorych). W przypadku świadczeń medycznych powiązanych bezpośrednio z usunięciem ciąży kobieta bez dochodów lub z niskimi dochodami może się zwrócić do dowolnej lokalnej ustawowej Kasy Chorych.

⁵Bieżąca pomoc w kosztach utrzymania zgodnie z 12 księgą niem. ustawy społecznej, świadczenia na zabezpieczenie kosztów utrzymania zgodnie z 2 księgą niem. ustawy społecznej, wspieranie kształcenia w ramach rozporządzenia Agencji ds. Pracy dotyczącego indywidualnego wsparcia kształcenia zawodowego lub wsparcia w zakresie pracy i kształcenia zawodowego osób niepełnosprawnych, świadczenia zgodnie z niem. ustawą o świadczeniach dla azylantów lub wsparcia kształcenia zgodnie z niem., federalną ustawą o wspieraniu kształcenia

Co trzeba zrobić, aby uzyskać pokrycie kosztów:

- Wniosek o pokrycie kosztów należy złożyć przed usunięciem ciąży. Koszty nie są pokrywane z mocą wsteczną.
- **Koszty pokrywa kraj związkowy, w którym mieszkasz; wniosek należy składać za pośrednictwem ustawowej Kasy Chorych. Jeśli nawet jesteś ubezpieczony prywatnie, formularz wniosku otrzymasz w każdej wybranej ustawowej Kasie Chorych.**
- Możesz zamówić ten formularz także telefonicznie i odesłać go po wypełnieniu. Aby zaoszczędzić czas, możesz osobiście poprosić o ten formularz w filii Kasy Chorych.
- Zaświadczenie o pokryciu kosztów przekazujesz lekarzowi przeprowadzającemu usunięcie ciąży.

Aby złożyć wniosek o pokrycie kosztów, nie musisz uzasadniać usunięcia ciąży. Musisz jednakże w wiarygodny sposób przedstawić swoje dochody i sytuację majątkową.

PRZEBIEG USUNIĘCIA CIĄŻY

Poniższe objaśnienia odnoszą się do usunięcia ciąży w ciągu 14 tygodni od daty ostatniej miesiączki.

Przed zabiegiem

Bez względu na wybraną metodę lekarz przeprowadzający usunięcie ciąży zgodnie z prawem ma obowiązek przeprowadzenia z Tobą rozmowy przez usunięciem ciąży.

- Lekarz musi jeszcze raz zaproponować Ci rozmowę na temat Twoich powodów usunięcia ciąży. Jest to jednak Twoja decyzja, czy chcesz o tym porozmawiać.
- Lekarz musi objaśnić Ci obszernie i zrozumiale znaczenie usunięcia ciąży, w szczególności przebieg, konsekwencje, zagrożenia oraz potencjalne skutki fizyczne i psychiczne.
- Lekarz musi zgłosić dane o usunięciu ciąży do Federalnego Urzędu Statystycznego. Twoje nazwisko nie zostanie oczywiście w tym przypadku podane. Zostaniesz jednak poproszona o podanie informacji, takich jak stan cywilny lub liczba małoletnich dzieci mieszkających w gospodarstwie domowym.



Chirurgiczne usunięcie ciąży

Formy narkozy

Chirurgiczne usunięcie ciąży jest możliwe w znieczuleniu miejscowym lub ogólnym.

W przypadku **znieczulenia miejscowego** przez pochwę zostanie wstrzyknięta substancja znieczulająca do szyjki macicy i kanału szyjki macicy. Kobieta jest przytomny podczas zabiegu. W niektórych placówkach podaje się środki uspokajające. Podczas odsysania można odczuwać ból jak przy menstruacji; uczucie bólu jest bardzo różne, w zależności od indywidualnego progu bólu.

Jako **znieczulenie pełne** przy usunięciu ciąży stosuje się zwykle krótką narkozę. Środki znieczulające są podawane dożylnie. Podczas zabiegu pacjentka nie jest świadoma. Znieczulenie wykonuje anestezjolog. Przed rozpoczęciem znieczulenia należy sprawdzić Twoją tolerancję (serce, układ krążenia, układ oddechowy, alergię). Należy również omówić z anestezjologiem spożycie alkoholu lub narkotyków. Przed znieczuleniem nie wolno palić tytoniu, jeść ani pić. Około dwie godziny po znieczuleniu przeważnie mijają jego bezpośrednie skutki (senność, zaburzenia układu krążenia). Po pełnym znieczuleniu nie wolno aktywnie uczestniczyć w ruchu drogowym.

To Ty decydujesz o wyborze znieczulenia miejscowego lub ogólnego. Pewną rolę może odgrywać fakt, czy chcesz przeżywać usunięcie ciąży świadomie, czy też nie.

Porównanie – znieczulenie miejscowe czy znieczulenie ogólne?

Znieczulenie miejscowe

- Brak wstępnego badania przed narkozą
- Brak ryzyka/skutków narkozy
- Reakcje alergiczne na środki znieczulające są możliwe, ale występują rzadko
- Zabieg jest doświadczeniem świadomym
- Zabieg może powodować wystąpienie bolesnych skurczów

Znieczulenie ogólne

- Konsultacja i w razie potrzeby badanie pod kątem tolerancji narkozy
- Ryzyko związane z narkozą: zaburzenia pracy serca, zaburzenia układu krążenia; skutki narkozy, np. senność, zaburzenia układu krążenia
- Reakcje alergiczne są możliwe, ale występują rzadko
- Zabieg nie jest doświadczeniem świadomym
- Zabieg jest bezbolesny; w fazie wybudzania mogą wystąpić bolesne skurcze
- Konieczna osoba towarzysząca po zabiegu

Zabieg

Najbardziej powszechną i najmniej destrukcyjną metodą instrumentalną jest odsysanie, zwane również aspiracją próżniową. 7 na 10 zabiegów usunięcia ciąży w Niemczech w 2013 r. było przeprowadzonych właśnie w ten sposób.

Szyjka macicy zostaje rozszerzona przez pochwę za pomocą metalowych drążków. Następnie do macicy wprowadza się cienką igłę. Przez nią jest odsysana tkanka ciążowa. Zabieg trwa od pięciu do dziesięciu minut. Może powodować ciągnące bolesne skurcze, które są porównywalne z bólem na początku obfitej miesiączki.

To, czy przed zabiegiem, w jego trakcie lub po zabiegu będziesz przyjmować leki, zależy od Twojego samopoczucia oraz konkretnego przypadku medycznego. Omów ze swoim lekarzem, jakie leki i na co otrzymasz.

Po usunięciu ciąży kobiety z grupą krwi Rh- otrzymują zastrzyk przeciwko tworzeniu przeciwciał, aby nie narażać ewentualnych przyszłych ciąż. Z tego względu przed usunięciem ciąży konieczne jest ustalenie grupy krwi.

Zabieg ambulatoryjny lub hospitalizacja

Zabieg ambulatoryjny oznacza: po zabiegu, po krótkiej fazie odpoczynku, możesz wrócić do domu. Większość kobiet w Niemczech decyduje się na zabieg ambulatoryjny: w 2013 r. wybrało go 97 na 100 kobiet.

Czasami podczas ambulatoryjnego usunięcia ciąży może być obecna osoba towarzysząca. Zapytaj o to podczas rejestracji.

Z medycznego punktu widzenia pobyt w szpitalu **w przypadku usunięcia ciąży przed 14** tygodniem ciąży (licząc od pierwszego dnia ostatniej miesiączki) rzadko jest konieczny. Powodem hospitalizacji mogą być niektóre choroby, które trzeba kontrolować w klinice.

Zagrożenie dla zdrowia

Jak w przypadku każdego zabiegu medycznego mogą również podczas usunięcia ciąży mogą wystąpić powikłania. W praktyce jednak dochodzi do nich jedynie u bardzo niewielu kobiet.

W przypadku instrumentalnego usunięcia ciąży może dojść do krwawień pozabiegowych i stanów zapalnych, które z reguły dobrze się leczą. Ważne tylko, aby nastąpiło to w odpowiednim czasie. Jeśli nie można szybko i całkowicie wyleczyć stanu zapalnego, może dojść do dodatkowych komplikacji. Na przykład sklejenie jajowodów może negatywnie wpływać na płodność.

W bardzo rzadkich przypadkach podczas zabiegu dochodzi do urazu macicy lub nietolerancji narkozy. W przypadku silnego krwawienia wywołanego urazem macicy, w bardzo rzadkich przypadkach konieczne może być przeniesienie do szpitala.

W przypadku bardzo wczesnych zabiegów (do piątego tygodnia od początku ostatniej miesiączki) bardzo rzadko może wystąpić, że ciąża trwa nadal. Jeżeli dwa tygodnie po zabiegu nadal czujesz się w ciąży, musisz bezwzględnie ustalić, czy usunięcie ciąży zostało przeprowadzone całkowicie.

Ogólnie zaleca się odbycie badania kontrolnego po 14 dniach od usunięcia ciąży.

Do najrzadszych powikłań dochodzi podczas usuwania ciąży między siódmym a dziewiątym tygodniem ciąży i gdy lekarz ma praktykę w stosowaniu metody odsysania.

Farmakologiczne usunięcie ciąży

W 2013 r. 16,6% usunięć ciąży w Niemczech przeprowadzono przy użyciu Mifepristonu. Po farmakologicznym usunięciu ciąży — z badaniem kontrolnym — konieczne są wizyty w ciągu około 14 dni. Z tego względu placówka medyczna, która przeprowadzała usunięcie ciąży, w okresie leczenia powinna być łatwo dostępna.

Jaki działa Mifepriston?

Mifepriston to sztuczny hormon. Jest on podobny do naturalnego progesteronu (hormon ciała żółtego), który ma istotny wpływ na rozwój i utrzymanie ciąży. Dzięki podobnej strukturze Mifepriston⁶ blokuje działanie progesteronu.

Bez działania progesteronu nie można utrzymać ciąży. Dochodzi do krwawienia i następuje koniec ciąży — podobnie jak w przypadku spontanicznego poronienia. Mifepriston powoduje również rozpułchnienie i otwarcie szyjki macicy oraz skurcze macicy.

Procedura w przypadku Mifepristonu

- **Pierwszy krok:** ustalenie, czy możliwe jest farmakologiczne usunięcie ciąży. Jeśli nic nie stoi na przeszkodzie, przyjmujesz Mifepriston w postaci tabletki pod nadzorem lekarza. Potem możesz opuścić gabinet lub klinikę. U 3 na 100 kobiet do krwawienia dochodzi następnego dnia po przyjęciu tabletki. Krwawienie to przypomina silną lub normalną miesiączkę i zwykle trwa od siedmiu do dwunastu dni.

⁶Nazwa produktu w Niemczech: Mifegyne®

- **Drugi krok:** 36 – 48 godzin po przyjęciu Mifepriston należy przyjąć doustnie dodatkowe hormony (prostaglandyny) lub wprowadzić do pochwy tabletkę lub czopek. Spowoduje to napinanie macicy i usunięcia tkanki ciąży podczas krwawienia. W większości przypadków trzy godziny po podaniu prostaglandyny dochodzi do krwawienia powodującego usunięcie ciąży. Jeżeli po trzech godzinach nie wystąpi krwawienie, można podać drugą dawkę prostaglandyny. U co czwartej kobiety krwawienie występuje po ponad 24 godzinach.
- **Trzeci krok:** podczas badania kontrolnego, ok. 7 – 14 dni później, bada się, czy usunięcie ciąży jest całkowite.

Skuteczność Mifepristonu

Zastosowanie Mifepristonu z prostaglandyną prowadzi w ok. 96% przypadków do całkowitego usunięcia ciąży. Po podaniu drugiej dawki prostaglandyny wartość ta wzrasta do 98%. W pozostałych przypadkach usunięcie należy przeprowadzić instrumentalnie lub usunąć pozostałości tkanek.

Zagrożenie dla zdrowia

Po podaniu prostaglandyny często występują bóle podbrzusza. U zdecydowanej większości kobiet są one porównywalne z bólem miesięczkowym. 20 na 100 kobiet z powodu tych dolegliwości bólowych stosuje środki przeciwbólowe. Prostaglandyna może również powodować dolegliwości żołądkowo-jelitowe, takie jak mdłości, biegunka i wymioty. Możliwe są dłuższe i silniejsze krwawienia przez ponad dwanaście dni. W bardzo rzadkich przypadkach silne krwawienia wymagają leczenia medycznego. Mifepristonu nie można stosować w pewnych warunkach i przy występowaniu wcześniejszych chorób. Prosimy wyjaśnić w ramach konsultacji, czy te ograniczenia mogą dotyczyć także Ciebie. Przed użyciem Mifepristonu należy usunąć spiralę.



Zdjęcie modelek zrobione do celów ilustracyjnych.

Wybór metody

Usunięcie ciąży instrumentalne bądź farmakologiczne: obie metody mają swoje zalety i wady i żadna z tych dwóch metod zasadniczo nie jest przeznaczona w równym stopniu dla wszystkich kobiet. Ważny jest raczej, aby każda kobieta samodzielnie zdecydowała, którą metodę preferuje.

Świadome uczestnictwo podczas farmakologicznego usunięcia ciąży jest różnie oceniane. Dla wielu kobiet pomocne jest aktywne uczestnictwo i działanie podczas usunięcia ciąży. Inne kobiety z kolei wolą doznawać go w jak najmniejszym stopniu.

Porównanie – usunięcie ciąży instrumentalne lub farmakologiczne.

	Chirurgiczne usunięcie ciąży za pomocą aspiracji.	Farmakologiczne usunięcie ciąży przy użyciu Mifepristonu
W jaki sposób jest przeprowadzane usunięcie ciąży?	<ul style="list-style-type: none"> • Medyczny zabieg chirurgiczny (odessanie) • Możliwe znieczulenie miejscowe lub ogólne • Ambulatoryjnie lub hospitalizacja 	<ul style="list-style-type: none"> • Dwukrotne doustne przyjęcie leku pod nadzorem lekarza w ciągu 36 – 48 godzin. Przyjęcie pierwszej dawki zawsze pod nadzorem lekarza. • Ambulatoryjnie
Do jakiego okresu możliwe jest usunięcie ciąży?	• Do 12. tygodnia po zapłodnieniu (14. tydzień od ostatniej miesiączki)	• Do 7. tygodnia po zapłodnieniu (9. tydzień od ostatniej miesiączki)
Jak długo trwa usunięcie ciąży?	<ul style="list-style-type: none"> • Z przygotowaniem i późniejszą fazą odpoczynku kilka godzin; sam zabieg trwa tylko kilka minut • Zalecane badanie kontrolne po około dwóch tygodniach 	<ul style="list-style-type: none"> • Konieczne są dwie wizyty i badanie kontrolne po około 1 – 2 tygodniach
Jaka jest skuteczność metody?	• Całkowite usunięcie ciąży w niemal 100% przypadków	• Całkowite usunięcie ciąży w 96 – 98% przypadków; w przeciwnym razie przeprowadza się zabieg chirurgiczny

	Chirurgiczne usunięcie ciąży za pomocą aspiracji.	Farmakologiczne usunięcie ciąży przy użyciu Mifepristonu
Potencjalne korzyści	<ul style="list-style-type: none"> • Zabieg jest krótki, prawie bez żadnych dolegliwości fizycznych 	<ul style="list-style-type: none"> • Możliwość bardzo wczesnego przeprowadzenia zabiegu (w 5. tygodniu ciąży) • Bez znieczulenia
Ewentualne wady i powikłania	<ul style="list-style-type: none"> • Często przeprowadzany dopiero od 6 – 7 tygodnia ciąży • Ewentualne nudności po znieczuleniu, bóle podbrzusza, krwawienia przypominające menstruację • Ryzyko związane z narkozą i nietolerancja narkozy • Rzadkie powikłanie: stan zapalny z późniejszą utratą płodności; urazy macicy 	<ul style="list-style-type: none"> • Leczenie trwa kilka dni • Bolesne skurcze i ból podbrzusza, nudności, rzadko wymioty, biegunka; silne krwawienie • Metoda nieskuteczna w 2 – 4% przypadków: konieczność przeprowadzenia zabiegu chirurgicznego

PO USUNIĘCIU CIĄŻY

Co należy wziąć pod uwagę?

Po **chirurgicznym** usunięciu ciąży krwawienia i bóle brzucha są zjawiskiem normalnym. Nie występują one jednak u wszystkich kobiet. Często krwawienia zaczynają się w dniu zabiegu i odpowiadają w przybliżeniu normalnej miesiączce. U niektórych kobiety dopiero w 3 – 5 dniu po zabiegu występuje silne krwawienie. Następnie często przez kilka dni występuje plamienie.

Jeśli krwawienia lub ból są silniejsze i temperatura ciała utrzymuje się powyżej 38 stopni Celsjusza dłużej niż jeden dzień, skontaktuj się z lekarzem. Może to oznaczać, że w macicy pozostało trochę błony śluzowej. Zazwyczaj wystarczy leczenie farmakologiczne i rzadko jest wymagane dodatkowe odsysanie.

Silne krwawienia i bóle, gorączka powyżej 38,5 stopnia Celsjusza, a także upławy o przykrym zapachu mogą świadczyć o stanie zapalnym, który należy niezwłocznie leczyć.

W przypadku **farmakologicznego** usunięcia ciąży krwawienia są przeważnie dłuższe i bardziej obfite niż po zabiegu chirurgicznym. W bardzo rzadkich przypadkach może wystąpić krwawienie uwarunkowane leczeniem. Dlatego w ciągu kilku pierwszych dni po usunięciu ciąży gabinet lekarza lub klinika — najlepiej ten/ta, w którym/której przeprowadzono usunięcie ciąży — powinny być w Twoim zasięgu. Podwyższona temperatura ciała również w przypadku farmakologicznego usunięcia ciąży sygnalizuje nietypowy przebieg.

Niezależnie od wybranej metody leczenia po usunięciu ciąży powinnaś się oszczędzać i unikać wysiłku fizycznego. Począwszy od dnia zabiegu powinnaś obserwować wszystkie objawy i kontrolować temperaturę ciała.

W celu zapobieżenia stanom zapalnym w pierwszych dniach po usunięciu ciąży nic nie powinno dostać się do pochwy.

Dlatego:

- Używaj podpasek zamiast tamponów
- Zrezygnuj ze współżycia seksualnego
- Bierz prysznic zamiast kąpeli
- Nie pływaj

Po usunięciu ciąży możesz otrzymać zwolnienie lekarskie. Masz prawo do kontynuacji wynagrodzenia. Nie musisz podawać swojemu pracodawcy powodu nieobecności w pracy.



Zdjęcie modeli zrobione do celów ilustracyjnych.

Płodność

Nowy cykl rozpocznie się natychmiast po usunięciu ciąży, a w przypadku farmakologicznego usunięcia ciąży po podaniu prostaglandyny. Następna owulacja występuje zwykle 2 – 4 tygodnie po zabiegu, kolejne krwawienie miesiączkowe po około 4 – 6 tygodniach. Ponieważ zaszłaś w ciążę, może się to również powtórzyć w przyszłości. Jeśli tego nie chcesz, musisz się odpowiednio zabezpieczać. Lekarz lub uznane ośrodki poradnictwa mogą udzielić Ci porady jak uniknąć kolejnej niechcianej ciąży.

Kondycja psychiczna

To, w jaki sposób kobieta radzi sobie psychicznie z usunięciem ciąży, zależy również od konkretnej sytuacji życiowej. Rodzaj i przebieg samego zabiegu stanowią tylko dwa z wielu czynników.

Poczucie ulgi lub smutku, dobry nastrój lub depresja — wszystko to jest możliwe. Zaraz po usunięciu ciąży mogą występować nastroje depresyjne, bezsenność i zachwianie równowagi psychicznej. Reakcje te są związane również z przemianami hormonalnymi.

W badaniach nie wykazano długotrwałych skutków usunięcia ciąży dla zdrowia psychicznego kobiety.

Sporadycznie u kobiet usunięcie ciąży powoduje trwałe obciążenie psychiczne. Ten problem może wystąpić, gdy usunięcie ciąży jest moralnie silnie odrzucane lub dokonane pod presją, albo gdy chciana ciąża została usunięta z przyczyn medycznych. Podobne obciążenia występują, jeśli usunięcie ciąży było wynikiem szczególnie nieprzyjemnego sporu lub rozstania.

Rozmowy z innymi kobietami w podobnej sytuacji lub z konsultantami, którzy dobrze znają ten problem, mogą być pomocne. W wielu ośrodkach pro familia oraz ośrodkach poradnictwa dla kobiet możesz poprosić o spotkanie i rozmowę.

Możesz zwrócić się do uznanych centrów poradnictwa ciążowego nawet po usunięciu ciąży.



Zdjęcie modelki zrobione do celów ilustracyjnych.

Kolejne usunięcia ciąży

Jeżeli usunięcie ciąży zostało przeprowadzone fachowo i delikatnie, nie wpływa negatywnie na kolejne ciążę. Należy jednak pamiętać o ryzyku wystąpienia stanu zapalnego, które występuje w przypadku każdego chirurgicznego usunięcia ciąży.

Przepisy ustawowe nie przewidują żadnych ograniczeń w zakresie powtarzających się usunięć ciąży. Wcześniejszego usunięcia ciąży nie można później już stwierdzić — nie jest to możliwe nawet przez lekarza. W przypadku każdego usunięcia ciąży masz prawo do poważnego traktowania i właściwej opieki medycznej.

Okolo jedna trzecia kobiet nie pozostaje na jednym usunięciu ciąży.

Usunięcie ciąży nie jest rutynowym środkiem planowania rodziny. Z tego względu w ramach wymaganych ustawowo konsultacji w sytuacjach konfliktowych omawia się również zagadnienie zapobiegania ciąży.

USUNIĘCIE CIĄŻY ZE WSKAZAŃ

Usunięcie ciąży ze wskazań różni się prawnie od usunięcia ciąży po spełnieniu warunków konsultacji. Usunięcie ciąży ze wskazań jest nie tylko legalne, ale także uzasadnione dodatkowo w sensie prawnym.

1. Wskazanie medyczne zgodnie z paragrafem 218a niem. kodeksu karnego wymaga, aby usunięcie ciąży wyeliminowało zagrożenie dla życia lub poważne zagrożenie dla zdrowia kobiety ciężarnej. Wskazanie medyczne jest rozważane również wówczas, gdy po wykonaniu badań prenatalnych należy się liczyć ze znacznym uszczerbkiem zdrowia u dziecka. W takiej sytuacji ważne jest, czy donoszenie ciąży poważnie zagraża Twojemu zdrowiu fizycznemu lub psychicznemu.

Wskazanie musi być orzeczone przez lekarza. Ten, kto orzeka o wskazaniu medycznym, jest zobowiązany szczegółowo poinformować o tym kobietę ciężarną, przekazać jej informację o możliwościach pomocy i w porozumieniu z nią skontaktować się z centrum poradnictwa.

Jeśli badania prenatalne wskazują na uszczerbek zdrowia u dziecka, kobiecie ciężarnej należy zapewnić możliwość doradztwa w kwestiach medycznych, psychologicznych i społecznych, które wiążą się z ewentualną chorobą dziecka. Lekarz musi skontaktować się z grupami samopomocy lub organizacjami dla osób niepełnosprawnych, jeśli kobieta wyrazi na to zgodę. Porada lekarska jest dobrowolna i kobieta ciężarna może z niej zrezygnować.

W przypadku wskazania medycznego w odniesieniu do wieku ciążowego ustawa nie wskazuje konkretnego terminu. Jednakże lekarz musi odczekać trzy dni zanim wyda zaświadczenie o wskazaniu medycznym. W przypadku wyniku badania prenatalnego liczy się dni od momentu przekazania diagnozy; w przypadku innych wskazań medycznych od momentu konsultacji z lekarzem wystawiającym zaświadczenie o wskazaniu medycznym. Termin ten nie obowiązuje w przypadku nagłego zagrożenia dla życia kobiety ciężarnej.

2. Wskazanie kryminologicznych występuje wtedy, gdy po rozpoznaniu medycznym pilne powody przemawiają za tym, że ciąża jest wynikiem napastowania seksualnego. Dotyczy to na przykład sytuacji, gdy w ciążę zaszła kobieta w wyniku z gwałtu lub dziewczyna, która nie ukończyła jeszcze 14 lat. Również w tym przypadku o wskazaniu decyduje lekarz, a nie prokuratura lub policja. W przypadku wskazania kryminologicznego nie ma znaczenia fakt, czy przestępstwo zostało zgłoszone. W przypadku wskazania kryminologicznego brak obowiązku odbycia konsultacji. Kobieta ciężarna może jednak skorzystać z oferty konsultacyjnej ośrodków doradztwa.

W przypadku wskazania kryminologicznego ciążę można usunąć tylko do końca 12 tygodnia od zapłodnienia (14. tydzień ciąży).

Zarówno w przypadku wskazania medycznego, jak i kryminologicznego obowiązuje zasada: przed zabiegiem konieczne jest okazanie zaświadczenia o wskazaniu. **Zaświadczenie o wskazaniu nie może zostać wystawione przez lekarza przeprowadzającego usunięcie ciąży.**

Możesz wziąć zaświadczenie o wskazaniu i sama zadbać o terminowe przedstawienie go lekarzowi, który przeprowadza usunięcie ciąży.

Koszty

1. Jeśli jesteś ubezpieczona w ustawowej Kasie Chorych, masz prawo do wszystkich świadczeń, które są niezbędne do prawidłowego usunięcia ciąży.
2. Prywatne Kasy Chorych pokrywają koszty często tylko w przypadku wskazań medycznych. Jednakże również w przypadku wskazania kryminologicznego powinnaś złożyć wniosek o pokrycie kosztów.

Jeśli pobierasz świadczenia socjalne lub koszty Twojego zakwaterowania pokrywa placówka pomocy społecznej lub pomocy młodzieży, masz prawo do wszystkich świadczeń, które są niezbędne do prawidłowego usunięcia ciąży.

PYTANIA DODATKOWE

Czy partner lub rodzice mają prawo do współdecydowania?

Kobieta w ramach uregulowań prawnych ma prawo samodzielnie decydować o ciąży. Może również przy pomocy zaufanych osób i centrum poradnictwa sprzeciwić się, gdy osoby takie jak na przykład rodzice lub partner chcą ją zmusić do donoszenia ciąży lub jej usunięcia.

Pod względem prawnym partner płci męskiej nie ma prawa współdecydowania o utrzymaniu ciąży. To, czy kobiety informują swoich partnerów seksualnych o nieplanowanej ciąży, zależy od różnych czynników. Zwłaszcza w długotrwałych relacjach decyzja o utrzymaniu ciąży lub jej usunięciu jest często podejmowana razem przez partnerów. Jest to łatwiejsze, gdy oboje postrzegają sytuację podobnej lub są jednomyślni.

Trudniej jest, gdy istnieje konflikt: jedna osoba chciałby utrzymać ciążę, a druga sobie tego nie życzy. Taka sytuacja nie jest łatwa dla kobiet i mężczyzn. W przypadku kobiet nie jest ona łatwa, ponieważ z jednej strony mają własne zdanie, a z drugiej strony w tak zasadniczej sprawie nie chcą działać wbrew woli partnera. Oprócz decyzji za lub przeciw ciąży muszą także poradzić sobie z działaniem wbrew woli partnera. Fakt, że wyłącznie kobieta ma prawo do decydowania o utrzymaniu ciąży jest niewątpliwie przydatna, ale może również ciążyć.

Sytuacja jest trudna także dla mężczyzn, jeśli mają odmienne zdanie w sprawie utrzymania ciąży niż kobieta. Wielu mężczyzn chce wspierać partnerkę — z jednej strony nie chcą wywierać na nią wpływu lub presji, z drugiej zaś strony mają także własne osobiste życzenia. Znalezienie tutaj właściwej równowagi pomiędzy sobą a partnerką, własną wolą i wolą drugiej osoby, także nie jest łatwe.

W takiej sytuacji warto skorzystać z oferty centrum poradnictwa, aby dla siebie samej lub jako pary znaleźć drogę do lepszej komunikacji, lepszego zrozumienia i podjęcia decyzji. Z konsultacji mogą skorzystać również mężczyźni.



Co zrobić w sytuacji, gdy podjęcie decyzji jest trudne?

Większość kobiet, które przychodzą do centrum poradnictwa, jest już zdecydowana na usunięcie ciąży. Myślały o tym już przed rozmową, zastanawiały się nad argumentami za i przeciw ciąży i są skłonne myśleć, że decyzja o przerwaniu ciąży jest dla nich właściwa, konieczna i odpowiedzialna.

Dla części kobiet podjęcie decyzji jest jednak bardzo trudne. Czasami zmieniają zdanie z godziny na godzinę. Czasami mają tyle samo argumentów przemawiających za dzieckiem, co kontrargumentów. Czasami uczucia i rozum są ze sobą sprzeczne. W takich sytuacjach doradztwo może wesprzeć, wyjaśnić, uszeregować argumenty i doprowadzić do podjęcia właściwej dla danej osoby decyzji.

Co musi wiedzieć młodzież w wieku poniżej 18 lat?



Zdjęcie modeli zrobione do celów ilustracyjnych.

Wiele młodych kobiet boi się powiedzieć swojej matce lub rodzicom, że jest w ciąży. Centrum poradnictwa może pomóc również w takiej sytuacji. Obawa staje się wówczas mniejsza, a odwaga większa. Większość młodych kobiet, która zwierzy się matce lub ojcu, uzyskuje wsparcie — często dużo większe, niż się początkowo wydawało.

Małoletnia ciężarna bez zgody rodziców może ustalić, czy jest w ciąży, skorzystać z konsultacji lub uzyskać wskazanie do usunięcia ciąży. Poufność konsultacji obowiązuje również w stosunku do rodziców lub innych opiekunów.

W przypadku małoletnich ciężarnych konieczna jest zasadniczo zgoda na usunięcie ciąży osoby sprawującej opiekę. Jeżeli małoletnia ciężarna chce przerwać ciążę bez takiej zgody, lekarz musi się upewnić, że rozumie ona istotę zabiegu i potrafi odpowiedzialnie rozważyć argumenty za i przeciw. Musi to być oceniane indywidualnie; zwykle dotyczy to kobiet, które mają ukończone 16 lat. Niektórzy lekarze dla swojego zabezpieczenia prawnego wymagają jednak zgody przynajmniej jednego rodzica.

Jeżeli rodzice bezwzględnie nie mogą dowiedzieć się o ciąży, niektórym lekarzom wystarczy także potwierdzenie zdolności do wyrażania zgody przez kogoś innego, na przykład nauczyciela lub pedagoga szkolnego.

W przypadku ciężarnych dziewczynek w wieku poniżej 14 lat zasadniczo istnieje wskazanie kryminologiczne.

Zasada dotycząca kobiet obowiązuje także w przypadku młodzieży: wbrew ich woli nie wolno usunąć ciąży.

Czy w przypadku cudzoziemek mają zastosowanie inne przepisy?

W przypadku cudzoziemek mają zastosowanie przepisy ustawowe obowiązujące w Niemczech. Także one nie potrzebują zgody męża ani rodziców (chyba, że są małoletnie). W przypadku ewentualnego pokrycia kosztów usunięcia ciąży muszą wykazać, że na stałe są zameldowane w Niemczech.

W przypadku kobiet ciężarnych niewładających językiem niemieckim lub bardzo słabo mówiących po niemiecku na konsultację trzeba przeprowadzić osobę pomagającą w tłumaczeniu lub centrum poradnictwa musi zorganizować tłumaczkę.

Legalność usunięcia ciąży – podsumowanie

- Przed usunięciem ciąży należy odbyć konsultację. Usunięcie ciąży wolno przeprowadzić najwcześniej czwartego dnia po konsultacji. Usunięcie ciąży bez konsultacji jest dozwolone tylko wtedy, jeżeli lekarz stwierdził wskazanie.
- Ciężę musi usunąć lekarz.
- Od ostatniej miesiączki nie może upłynąć więcej niż 14 tygodni.
- Po 14. tygodniu legalne usunięcie ciąży jest możliwe tylko ze wskazań medycznych.

Po 14. tygodniu usunięcie ciąży bez wskazania medycznego pozostaje legalne w przypadku kobiety (ale nie w przypadku lekarza) tylko, jeśli:

- usunięcie ciąży przeprowadzono przed rozpoczęciem 23. tygodnia od zapłodnienia
- przed usunięciem ciąży odbyła się konsultacja w uznanym centrum poradnictwa

Tak więc **w każdym przypadku** należy udać się na konsultację i uzyskać zaświadczenie o odbyciu konsultacji.

Usunięcie ciąży można przeprowadzić także za granicą. Obowiązują wówczas przepisy prawne danego kraju.

Niektóre przepisy karne dotycząc wyłącznie lekarzy. Ponadto także osoby pomagające w nielegalnym usunięciu ciąży mogą zostać włączone do postępowania karnego w sprawie usunięcia ciąży. Jeśli podczas dochodzenia jesteś przesłuchiwana przez policję, powinnaś odmówić składania zeznań w tej sprawie aż do rozmowy z adwokatem. Nawet jeśli jesteś przekonana, że Twoje postępowanie było legalne. Także ośrodki doradztwa pro familia mogą przekazać Ci informacje o tym, co musisz mieć na uwadze.

ZAŁĄCZNIK

Pomoc społeczna i świadczenia dla kobiet w ciąży, rodziców i dzieci

Praktycznie w przypadku wszystkich praw i świadczeń konieczne jest sprawdzenie, czy przysługują Ci one w Twojej konkretnej sytuacji. Nie zawsze istnieje roszczenie prawne. Twoje centrum poradnictwa pomoże Ci ubiegać się o pomoc. Tam możesz również uzyskać informację o ewentualnych regionalnych lub specjalnych możliwościach pomocy.

Alfabetyczne zestawienie zawiera najważniejsze oferty pomocy i świadczeń z zaznaczeniem właściwych organów oraz innych źródeł informacji w Internecie.

Osoby samotnie wychowujące dzieci: specjalne prawa i świadczenia:

- Zaliczka alimentacyjna: Urząd ds. Młodzieży (www.bmfsfj.de/BMFSFJ/service/publikacje,did=3150.html)
- Alimenty: drugi rodzic dziecka
- Dodatek na utrzymanie gospodarstwa domowego: Urząd skarbowy
- Dodatek dla samotnie wychowujących dzieci ALG II: Agencja ds. Pracy

Prawa i świadczenia dla osób o niskich dochodach i osób bezrobotnych:

- Urząd Spraw Społecznych, Agencja ds. Pracy, Kasy rodzinne

Wspieranie kształcenia

- Urząd ds. Wspierania Kształcenia, adresy na stronie www.bafög.de

Dodatek rodzicielski

- Właściwy organ to najczęściej Urząd Opieki lub Urząd ds. Młodzieży
- Więcej informacji można znaleźć na stronie www.familien-wegweiser.de/wegweiser/service,did=75670.html, kalkulator dodatku rodzicielskiego <http://www.familien-wegweiser.de/Elterngeldrechner>

Urlop wychowawczy

- Pracodawca
- Organ nadzorczy, w zależności od kraju związkowego, patrz www.bmfsfj.de/BMFSFJ/familie,did=88966.html

Rodziny z osobami niepełnosprawnymi i potrzebującymi opieki oraz innych świadczeń:

- Kasa Pielęgnacyjna, Urząd Spraw Społecznych, Urząd Opieki, Agencja ds. Pracy

Wczesna pomoc

- Na przykład ze strony położnej: miejscowe placówki pomocy dla młodzieży

Pomoc dla wracających do pracy

- Agencja ds. Pracy

Zasiłek na dziecko

- Kasa Rodzinna przy Urzędzie ds. Pracy, informacje i formularze na stronie www.arbeitsagentur.de

Zwrot kosztów opieki nad dziećmi

- Właściciel placówki, Urząd ds. Młodzieży

Ochrona przed zwolnieniem z pracy w okresie ciąży:

- Zwykle Inspektorat Pracy, zakres kompetencji, patrz www.bmfsfj.de/BMFSFJ/familie,did=31058.html

Zasiłek macierzyński (opieka medyczna, w tym opieka położnej)

- Ginekolog lub pediatra, Kasa Chorych i Urząd Spraw Społecznych

Ochrona macierzyńska:

- Ginekolog, pracodawca
- Więcej informacji w broszurze »Poradnik ochrony macierzyńskiej" (www.bmfsfj.de/BMFSFJ/rodzina,did=3156.html)

Zasiłek macierzyński i zasiłek macierzyński

- Kasa Chorych, pracodawca, Federalny Urząd Ubezpieczeń
- Dalsze informacje, patrz www.mutterschaftsgeld.de

Mieszkanie socjalne

- W zależności od kraju związkowego, gmina lub powiat

Poród z zachowaniem poufności

- Anonimowa konsultacja i poród z zachowaniem poufności
- Kontakt: ośrodki poradnictwa ciążyowego (www.geburt-vertraulich.de)

Dodatek mieszkaniowy

- Placówki przyznające dodatek w ramach administracji gminnej lub powiatowej

Fundacje federalne i krajowe oraz fundusze pomocowe

- Zasiłki Fundacji Federalnej »Mutter und Kind – Schutz des ungeborenen Lebens«: w zależności od kraju związkowego (www.bundesstiftung-mutter-und-kind.de)
- Zasiłki fundacji krajowych (»Familie in Not« lub inne); nie we wszystkich krajach związkowych: różne w zależności od kraju związkowego
- Zasiłki z funduszu pomocowego gmin i powiatów (tylko w niektórych gminach i powiatach): różne w zależności od gminy lub powiatu
- Zasiłki kościelnego funduszu pomocowego: kościelne ośrodki doradztwa



Porady

Istnieje wiele ośrodków poradnictwa, do których możesz się zwrócić z konkretnymi pytaniami i problemami mogącymi zaważyć na decyzji o utrzymaniu lub przerwaniu ciąży. W znalezieniu właściwego rozwiązania pomogą Ci ośrodki poradnictwa. Poniższa lista dotyczy ośrodków poradnictwa przydatne szczególnie w kontekście ciąży:

Porady — w jakim zakresie?	Gdzie?
• Partnerstwo, małżeństwo, rodzina i ogólne problemy egzystencjalne, włączając w to separację, rozwód	• Ośrodki poradnictwa w zakresie małżeństw, rodzin i życia, pro familia
• Trudności wychowawcze, zaburzenia rozwoju, problemy w relacjach rodzinnych.	• Ośrodki poradnictwa dla dzieci, młodzieży i ich rodziców (doradztwo w zakresie wychowania i rodziny)
• Długi	• Ośrodki poradnictwa dla zadłużonych
• Przemoc w partnerstwie/małżeństwie/rodzinie	• Schroniska dla kobiet, ośrodki ochrony dzieci, pro familia, poradnictwo telefoniczne przy ośrodkach poradnictwa, telefon zaufania
• (prawdopodobna) dziedziczna lub wywołana uszkodzeniami prenatalnymi choroba lub niepełnosprawność.	• Lekarz, ośrodki doradztwa ds. ciąży, pro familia, ośrodki poradnictwa genetycznego
• Problemy zdrowotne, takie jak narkotyki, uzależnienie, Aids	• Lekarz, ośrodki poradnictwa ds. narkotyków, narkomanii, AIDS
• Prawa i roszczenia cudzoziemców	• Ośrodki poradnictwa instytucji charytatywnych (Arbeiterwohlfahrt, Caritas, Deutsches Rotes Kreuz, Diakonisches Werk, Paritätischer Wohlfahrtsverband)

Przydatne adresy

Placówki medyczne pro familia i ich partnerzy

pro familia – medizinisches Zentrum

Hollerallee 24
28209 Bremen
Tel. 04 21 / 3 40 60 10

Medizinisches Zentrum

Quintinsstraße 6
55116 Mainz
Tel. 0 61 31 / 2 87 66 66

Medizinisches Zentrum pro familia GmbH

Mainzer Straße 106
66121 Saarbrücken
Tel. 06 81 / 96 81 76 77

pro familia Institut

Lahnstraße 30
65428 Rüsselsheim
Tel. 0 61 42 / 1 34 10

Internet

www.profamilia.de
www.familienplanung.de/beratung/schwangerschaftskonflikt
www.abtreibung.at
www.svss-uspda.ch
www.schwanger-in-bayern.de
www.netdoktor.de/schwangerschaft/abtreibung
www.mifegyne.at
www.dejure.org/gesetze/StGB/218.html
www.familienhandbuch.de

Zdjęcia:

fotolia.de: © Peter Atkins (str. 11), © Syda Productions (str. 29),
© Photographee.eu (str. 30)
istockphoto.com: © ByeByeTokyo (str. 6), © KatarzynaBialasiewicz (str. 8),
© Klubovy (str. 14), © MarcusPhoto1 (str. 19), © evgenyatamanenko (str. 23),
© eyecrave (str. 25), © Terry J Alcorn (str. 36)

Organizacje krajowe pro familia

Baden-Württemberg

Theodor-Heuss-Straße 23
70174 Stuttgart
Tel. 07 11 / 2 59 93 53
lv.baden-wuerttemberg@profamilia.de

Bayern

Rumfordstraße 10
80469 München
Tel. 0 89 / 29 08 40 46
lv.bayern@profamilia.de

Berlin

Kalckreuthstraße 4
10777 Berlin
Tel. 0 30 / 2 13 90 20
lv.berlin@profamilia.de

Brandenburg

Charlottenstraße 30
14467 Potsdam
Tel. 03 31 / 7 40 83 97
lv.brandenburg@profamilia.de

Bremen

Hollerallee 24
28209 Bremen
Tel. 04 21 / 3 40 60 60
lv.bremen@profamilia.de

Hamburg

Seewartenstraße 10
20459 Hamburg
Tel. 0 40 / 3 09 97 49-30
lv.hamburg@profamilia.de

Hessen

Palmengartenstraße 14
60325 Frankfurt / Main
Tel. 0 69 / 44 70 61
lv.hessen@profamilia.de

Mecklenburg-Vorpommern

Wismarsche Straße 6 – 7
18057 Rostock
Tel. 03 81 / 3 13 05
lv.mecklenburg-vorpommern@
profamilia.de

Niedersachsen

Lange Laube 14
30159 Hannover
Tel. 05 11 / 30 18 57 80
lv.niedersachsen@profamilia.de

Nordrhein-Westfalen

Kolpingstraße 14
42103 Wuppertal
Tel. 02 02 / 2 45 65 10
lv.nordrhein-westfalen@profamilia.de

Rheinland-Pfalz

Schießgartenstraße 7
55116 Mainz
Tel. 0 61 31 / 23 63 50
lv.rheinland-pfalz@profamilia.de

Saarland

Mainzer Straße 106
66121 Saarbrücken
Tel. 06 81 / 96 81 76 77
lv.saarland@profamilia.de

Sachsen

Strehleener Str. 12 – 14
01069 Dresden
Tel. 03 51 / 21 09 38 45
lv.sachsen@profamilia.de

Sachsen-Anhalt

Zinksgartenstraße 14
06108 Halle
Tel. 03 45 / 5 22 06 36
lv.sachsen-anhalt@profamilia.de

Schleswig-Holstein

Marienstraße 29 – 31
24937 Flensburg
Tel. 04 61 / 9 09 26 20
lv.schleswig-holstein@
profamilia.de

Thüringen

Erfurter Straße 28
99423 Weimar
Tel. 0 36 43 / 77 03 03
lv.thueringen@profamilia.de

Broschury pro familia

Broschürenreihe

Verhütungsmethoden

- Chemische Verhütungsmittel
- Das Diaphragma
- Das Frauenkondom
- Das Kondom
- Die Pille
- Die Portiokappe
- Die Spirale
- Hormonale Langzeitverhütung
- »Pille danach« und »Spirale danach«
- Sterilisation
- Der Vaginalring
- Das Verhütungspflaster

Broschürenreihe Körper und Sexualität

- Chlamydieninfektion
- Körperzeichen weisen den Weg
- Lustwandel. Sexuelle Probleme in der Partnerschaft
- Schwangerschaftsabbruch
- Sexualität und körperliche Behinderung
- Sexualität und geistige Behinderung
- Sexuell übertragbare Krankheiten
- Unerfüllter Kinderwunsch
- Vorgeburtliche Untersuchungen
- Wechseljahre
- Wenn Probleme auftauchen...

Für Jugendliche

- Anders ist normal
- Auf Nummer sicher mit der Pille danach
- Deine Sexualität – deine Rechte
- Mädchen, Jungen. Jungen, Mädchen
- Man(n) nehme ... ein Kondom, das passt
- Menstruation
- Sex, Respekt, Lust und Liebe

In anderen Sprachen

- Schwangerschaftsabbruch (In Englisch, Kroatisch, Polnisch, Russisch, Türkisch)
- »Pille danach« und »Spirale danach« (In Englisch, Russisch, Spanisch und Türkisch)
- Verhütung (In Arabisch-Deutsch, Englisch-Deutsch, Französisch-Deutsch, Kroatisch-Deutsch, Polnisch-Deutsch, Russisch-Deutsch, Spanisch-Deutsch und Türkisch-Deutsch)

In Leichter Sprache

- Verhütung
- Liebe und Sexualität
- Sexualität – was sind unsere Rechte?

Zu bestellen bei:

pro familia Bundesverband,
Stresemannallee 3,
60596 Frankfurt,
Tel.: 069 / 26 95 77 90
oder über www.profamilia.de

Ihre nächste Beratungsstelle

Stempel der Beratungsstelle

