

Türkçe



Aile planlamasi



Interreg

ITALIA-SLOVENIJA



UNIONE EUROPEA
EVROPSKA UNIJA



INTEGRA

Progetto standard co-finanziato dal Fondo europeo di sviluppo regionale
Standardni projekt sofinancira Evropski sklad za regionalni razvoj

Interreg



UNIONE EUROPEA
EVROPSKA UNIJA

ITALIA-SLOVENIJA



INTEGRA

Progetto standard co-finanziato dal Fondo europeo di sviluppo regionale
Standardni projekt sofinancira Evropski sklad za regionalni razvoj

Rete transfrontaliera per le donne migranti: integrazione sociale, salute sessuale e riproduttiva

Čezmejna mreža za priseljene ženske: socialna integracija, spolno in reproduktivno zdravje

Lead partner / Vodilni partner



Partner di progetto / Projektni partnerji



Partner associato / Pridruženi partner



Progetto finanziato a valere sul bando per progetti standard n. 4/2016 nell'ambito del Programma INTERREG V A Italia-Slovenia 2014-2020

Projekt je sofinanciran v okviru razpisa za standardne projekte št. 4/2016 - Programa INTERREG V A Italija-Slovenija 2014-2020



Aile planlamasi

Aile planlamasi servislari, eğitici,tıbbi ya da sosyal faaliyet olup kişilerin ocuk sayısını özgürce belirlemelerine ve uygulamak istedikleri yöntemleri seçmelerine izin verir. Aile planlamasi aynı zamanda ocuk sahibi olmamayı tercih etmeyi de içerebilir, sahip olunan yaştan dolayı istememe gibi. İtalya'da ve Slovenya'da her kadın özgürce kendi doğum kontrol yöntemini ve ayrıca ne zaman ocuk sahibi olup olmayacağını seçebilir.

İndeks-dizin

Kadın reme sistemi

Erkek reme sistemi

Döllenme

Doğum kontrol yöntemleri

Erkek prezervatifi

Kadın prezervatifi

Spiral

Progesteron-estro içerikli doğum kontrol hapı

Progesteron doğum kontrol hapı-mini hap

Gebelik nleyici bant

Gebelik nleyici deri altı çubuk(implant)

Tp ligasyonu,tbal sterilizasyon,tüpleri bağlama(kadın kısırlığı)

Vazektomi(erkek kısırlığı)

Acil doğum kontrol yöntemi

Kendi isteđi ile gebeliği sonlandırma (Kürtaj)

Doğum sonrası doğum kontrolü

Yararlı numaralar

İtalya

Slovenya

Kadın üreme sistemi

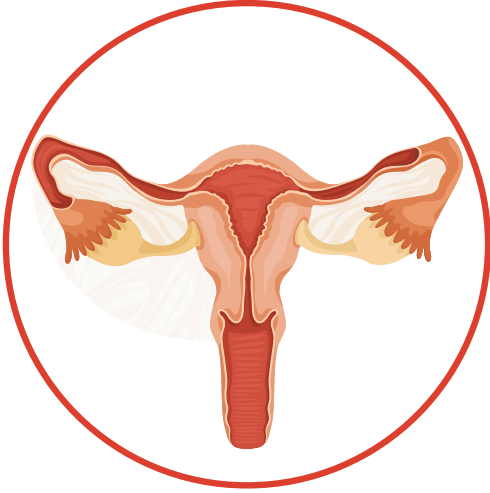
Vajina: Dış genital bölgelerden rahime uzanan kas kanalı

Rahim: Rahim hamilelik sırasında fetüse ev sahipliği yapan ve besleyen bir organdır.Rahimin alt kısmının vajinanın içinde bittiği yere Serviks (rahim boynu) adı verilir.

Endometrium(rahim iç zarı): Rahimi içten kaplayan hormonlara karşı duyarlı rahim iç zarı..

Tüpler: Yumurtanın ve spermin buluştuğu ve döllendiği bir çift uzun kanal

Yumurtalık: Yumurta ve kadınlık hormonu üreten (östrojen ve progesteron) bir çift bez



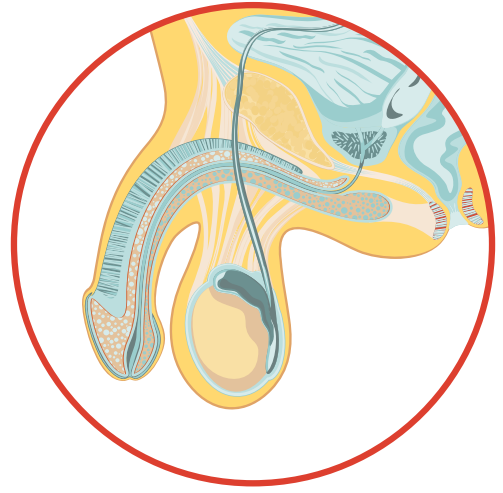
Erkek üreme sistemi

Penis: Cinsel ilişki sırasında vajinaya spermi bırakan(boşaltan) organ.

Sünnet derisi (penis üst derisi): Penis başını bir başlık gibi kaplayan cilt kısmı. Bazı kültürler kaldırılmasını öneriyorlar. Bu gibi durumlarda operasyonun, oluşabilecek enfeksiyon,kanama ya da daha kötü durumlarla karşılaşmamak için doktor tarafından yapılması gerekmektedir.

Testisler: Sperm içeren bezler, yani erkek tohumları.

Üretra(ıdrar borusu, idrar kanalı): İdrarın ve spermin içinden geçtikleri kanal



Döllenme

Cinsel ilişki sırasında sperm vajinanın içine bırakılır, bırakılan spermeler rahim içine girerler ve rahim içerisinde yukarı doğru ilerleyerek yumurta ile buluşacağı tüpün içine girerler. Sperm ile yumurtanın buluşmasına Döllenme denir ve hamileliğe yol açar.

Normalde kadın, adet döngüsünün ortasında yumurta üretir, hamile kalmak için en uygun zaman adet kanamasının başladığı günden itibaren sayılarak 8. ve 20.günler arasında kalan dönemdir.Bazen kadınlar öngörülemeyen değişik zamanlarda yumurtalayabilirler.



Doğum Kontrol Yöntemleri

Erkek Prezervatifi (Kondom,Kılıf)

Doğum kontrol yöntemlerinin bir parçasıdır. Prezervatif yada diğer adı ile kondom ince bir kılıftır, genelde lateksten yapılır,spermin vajinaya girmesini ve istenmeyen hamilelikleri önler.

Prezervatif cinsel yollarla bulaşan hastalıklardan koruyan tek yöntemdir(ÖRN. Frengi,belsoğukluğu,hepatit, HIV gibi)

Sadece cinsel ilişkiden önce takılırsa doğru ve düzgün çalışır.



Erkekler için prezervatif nasıl kullanılır?

Paket içeriğine zarar vermemek için makas ya da başka kesici alet kullanılmadan açılır. Vajina ile temasa girmeden önce ereksiyon halindeki penise takılır, daha sonra işaret parmağı ve başparmak yardımı ile havası alınarak geriye doğru sıyılır. Bu duyarlılığı ortadan kaldırabilir ya da yırtılmasına sebep olabilir. Boşaldıktan hemen sonra ereksiyon halindeki penis vajinadan dışarı çıkarılır, prezervatifin ucundan spermin dökülmesini önlemek için iki parmakla sıkıca tutulur.

Aynı prezervatifi birden fazla kullanmak mümkün mü?

Kesinlikle hayır, prezervatif yıkanmaz ve yeniden kullanılamaz. Bir kere kullanıldıktan sonra spermin dışarı çıkmasını önlemek için bağlamak ve güvenli bir yere atmak en iyisidir.

Güvenli bir doğum kontrol yöntemi midir?

Eğer doğru bir şekilde kullanılırsa evet, gebeliği önlemek için doğum kontrol hapından ya da spiralden daha az etkili olmasına rağmen, **cinsel yollarla bulaşan hastalıkları önlemek için tek yöntemdir.**

Prezervatifi çok sıcak yerlerde tutmamayı ve son kullanma tarihini kontrol etmeyi unutmayınız.



Kadın Prezervatifi

Kadın prezervatifi mekanik (ya da engelleyici) bir doğum kontrol yöntemidir, kadın tarafından takılır ve her iki ucunda esnek halka bulunan prezervatif, vajina içine yerleştirilip, sperm ısı geçirmez bir kılıf içine toplanmasına izin verir. Bu yöntem yani kadın prezervatifi çift yönlü bir koruma sunuyor: istenmeyen hamilelikten koruyor ve cinsel yollarla bulaşan hastalıkları sınırlıyor. (ÖRN. belsoğukluğu, frengi, hepatit, HIV gibi)

Kullanımı zor mudur?

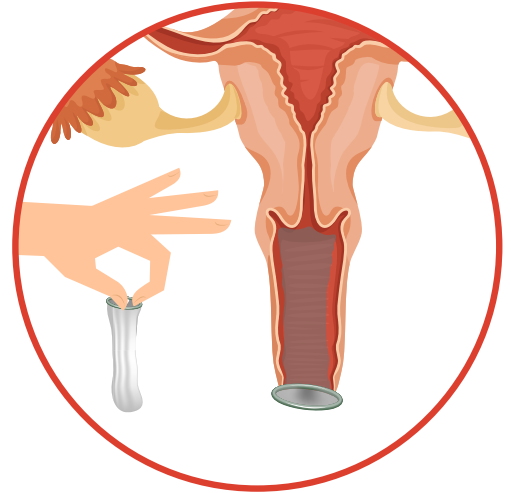
Hayır, biraz sabırlı olmak ve yerleştirmeyi öğrenmek için pratik yapmak gerekiyor.

Aynı anda hem erkek prezervatifini hemde kadın prezervatifini kullanmak mümkün müdür?

Hayır. Kadın ve erkek prezervatifi kesinlikle birlikte kullanılmamalıdır. Birlikte kullanılmaları, sürtünmeden kaynaklı prezervatiflerin yırtılmasına sebebiyet verebilir.

Adet döneminde kadın prezervatifi kullanmak mümkün müdür?

Adet dönemi boyunca kullanılabilir ama yerleştirmeden önce varsa vajina içindeki hijyen ürünlerini çıkarmak gerekir.



Spiral

Spiral ya da rahim içi araç(RİA) küçük, yumuşak plastikten bir nesnedir ve esnektir. Adet döneminde jinekolog tarafından rahimin içine yerleştirilir.

Diğer tüm doğum kontrol yöntemlerinden farklı olarak hormonal yumurtlamayı engellemez ve kadınların normal adet düzenlerini korur.

Piyasada iki çeşit rahim içi araç bulunmaktadır: hormonlu spiral ve bakır spiral.

İki spiral çeşidi arasındaki fark nedir?

Hangisi tercih edilmelidir?

Bakır spiral, doğum kontrolünü sperm öldürücü özelliği ile sağlar. Bakır, rahim seviyesinde iyonlarını serbest bırakarak, yumurtanın döllenesini ve sperm hareketliliğini engeller. Bu tip spiral aşırı adet kanamasına yol açabilir.

Hormonlu spiral (progesteron hormonu) küçük miktarda hormon salgılayarak çalışır ve bakır spiral ile karşılaştırıldığında avantaj olarak adet kanaması çok az gelir.

Jinekolog sana hangisinin daha uygun olduğunu söyleyecektir.

Spiral takılırken can acıtır mı?

Hayır, sadece hafif bir rahatsızlık hissedebilirsiniz. Takılma işlemi için birkaç dakika yeterlidir ve herhangi bir anesteziye gerek yoktur.

Yeni doğum yaptım, spiral taktırabilirmiyim?

Evet, doğumdan 4-6 ay sonra takılabilir.

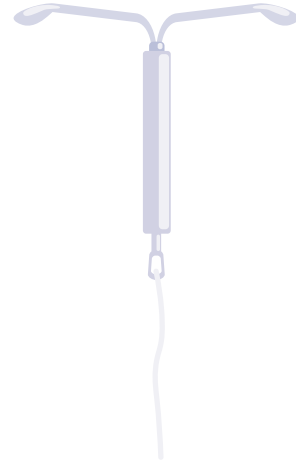
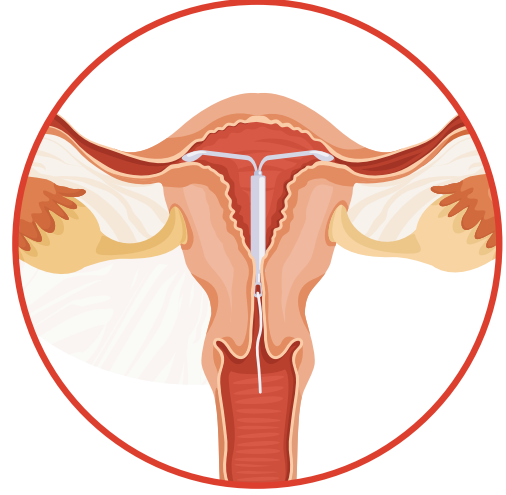
Kürtajdan sonra takılabilir mi?

İsteğe bağlı ya da kendiğiliinden kürtaj operasyonundan hemen sonra istenmeyen yeni hamilelikleri önlemek için takılır. Hastaneye yatışta ameliyathanede spiral takılması konuşulup,sorulabilir.

Ne kadar süre rahimde kalıyor?

3 yıldan 5 yıla kadar hatta daha fazla süre kalabilir.Bir rahatsızlık durumunda ya da başvuru ile öncesinde de çıkarılabilir.

Spiral taktırmak veya çıkartmak istediğinizde bir jinekoloğa başvurunuz.



Doğum kontrol hapi östrojen- progesteron

Doğum kontrol hapi östrojen ve progesteron hormonlarının birleşiminden oluşur. Yumurtlama sürecini geçici olarak durdurarak, yumurtaları dinlenmeye alır. Doğum kontrol hapi hergün aynı saatte alınmalıdır. ilk kutuya adet kanamasının birinci günü başlanır.

Diğer kutulara nasıl başlanır?

24+4 haplı kutular : ilk kutuyu bitirdiğinizde ertesi gün yeni bir tane alın. Yani hiç ara vermeden hergün alınır.

21 haplı kutular : 21 gün boyunca hap hergün aynı saatte alınır. Kutu bittikten sonra 7 gün ara verilir,yeni kutunun ilk hapi haftanın hep aynı günü alınır. (örn. Eğer Pazartesi başladysan hep Pazartesi)

Doğum kontrol hapının hergün düzenli olarak alınması çok önemlidir. 1 tane doğum kontrol hapının alımını unutmak bile hamile kalma riskini arttırır.

Bir süre doğum kontrol hapi kullandıktan sonra ara vermem gerekiyor mu?

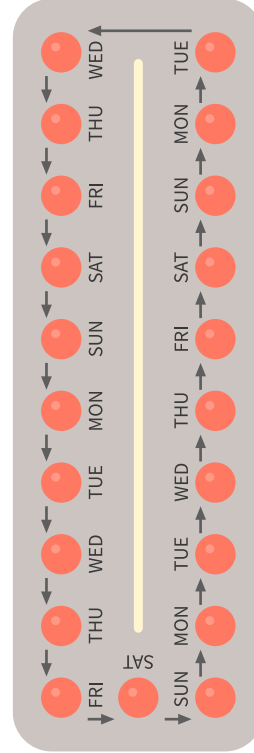
Hayır . Doğum kontrol hapının alımına ara vermenin yararı olduğunu gösteren hiçbir bilimsel kanıt yoktur. Aksine hap kullanmayı bırakmak istenmeyen hamilelik riski getirir. Doğum kontrol hapi(östrojen,progesteron) periodik olarak bırakmadan rahatlıkla uzun yıllar kullanılabilir.

Eğer uzun zamandır hap kullanıyorsam, hap kullanımını bıraktıktan sonra da yinede hamileliğe karşı korunuyor olacağımı mı?

Hayır. Hamilelikten korunma sadece hap düzenli olarak alınıyorsa mümkündür.

Eğer hap almayı unutursam?

Eğer bir hap almayı unutursan, hatırladığın anda hapi al, ama eğer gecikme 12 saati geçerse hapın içindeki prespektüsteki talimatları takip edin.



Progesteron Bazlı Doğum Kontrol Hapı ya da Mini Hap

Sadece progesteron bazlı hormonal doğum kontrol hapıdır. Ayrıca mini hapta denir. İçinde sadece progesteron olduğundan emzirme döneminde ya da östrojen alımının sakıncalı olduğu diğer durumlarda mini hap kullanılabilir.

Nasıl Çalışır?

Yumurtlamayı ve yumurtalıkların faaliyetlerini engeller. Her gün aynı saatte almak zorunludur, ara vermek gerekmemektedir. Bir kutu bittiğinde, hemen diğer kutuya başlamak gerekir.

Hergün aynı saatte almak zorundayım?

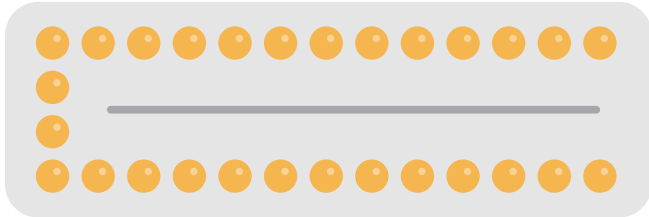
Evet. Mini hap içinde çok az dozda hormon bulundurur ve 3 saatten fazla gecikme ile mini hapı almak etkisini azaltır.

Eğer hapı almayı unutursam, ne yapacağım?

Hatırladığınız anda hapı alın. Diğerlerini normal düzeninde almaya devam edin. Aynı saatte ya da aynı gün içinde iki hap almak zorunda kalabilirsiniz. Sonraki 7 gün başka bir doğum kontrol yöntemi kullanın. (Örn. Prezervatif)
Eğer hapı almayı unutmadan önceki 5 gün içerisinde cinsel ilişkiye girdiyse acil doğum kontrol hapı (ertesi gün hapı) alınması önerilir.

Yeni doğum yapmış olsamda alabilir miyim?

Evet, hemen başlayabilirsiniz. Bebeğinizin doğumundan 6 ay sonrasında beklemeye gerek yoktur.



Gebelik Önleyici Bant

Düşük dozlu hormonal bir gebelik önleyicidir (içerisinde östrojen ve progesteron var). Cilt yoluyla emilme özelliğine sahiptir. Yumurtaların faaliyetlerini ve yumurtlamayı engeller.

Nasıl Kullanılır?

Adet kanamasının ilk günü yapıştırılır ve her 7 günde bir değiştirilir, 3 hafta böyle devam eder ve 4. hafta ara verilir, bantı takmanıza gerek yoktur. Yapışkan bant vücuda her dakika, her an, her gün ve her gece yapışık olmalıdır. Banyodan sonra çıkıp çıkmadığını kontrol etmek önemlidir.

Bandı nereye yapıştırmalıyım?

Band, göğüs haricinde, karına, kalçaya, kolunuzun üst dış tarafına, sırtta, kuru ve temiz deriye yapıştırılabilir.



Gebelik önleyici HALKA

Hormonal bir gebelik önleyicidir (içinde ostrejen ve pregesteron var). Vücut tarafından iyi tolere edilen , halka şeklinde esnek ve saydam bir yapısı vardır. Kişi tek başına vajinasına yerleştirebilir. Hergün düşük miktarda hormon salarak yumurtlamayı engeller. 3 hafta yerleştirilen yerde kalır, 1 hafta çıkartılır. İlk yerleştirme zamanı adet ilk günüdür.

Nasıl Yerleştirebilirim?

Rahat bir pozisyon seçip, örneğin bacağını kaldırıp, çömelerek ya da yatarak yerleştirebilirsin.

Doğru bir şekilde yerleştirmek için parmaklarınızla halkanın iki yanına bastırın ve halkayı vajinanıza itin. Halkanın tam pozisyonunun nasıl olduğu önemli değildir, ama derinlemesine yerleştirmek halkayı yerinde tutmaya yardımcı olur ve daha az farkedilir. Vajinanın kasları doğal olarak yerleştirilen yerde tutmaya yardım ediyorlar.

Nasıl Çıkarılır?

Halkayı çıkarmak için, parmaklarınızla tutun ve dışarı çekin.

Eğer halka yerinden çıkarsa?

Eğer halka dışarı kayarsa, akan suyun altında yıkayın ve hemen yerine yerleştirin.



Gebelik Önleyici Deri Altı Çubuk (İmpilant)

Hormonal bir gebelik önleyicidir ve sadece progesteron içerir. İnce, esnek, plastik bir çubuk şeklinde olup, küçük bir enjeksiyon yoluyla kol derisinin altına yerleştirilir. Yerleştirme işleminin adet döneminde yapılması gerekmektedir.

Gebelikten Nasıl Korur?

Yumurtlamayı önler ve rahim ağzındaki salgıyı koyulaştırarak spermelerin rahim içine girmesini engeller.

Nasıl yerleştirilir?

İmpilant (Çubuk), sağlık merkezinde bir jinekolog tarafından derialtına, aktif olarak kullanılmayan kolun içine tek kullanımlık bir aplikatör ile yerleştirilir kesme işlemi yapmak gerekli değildir. Toplam işlem süresi 2 yada 3 dakikadır.

Yerleştirme sırasında can acır mı?

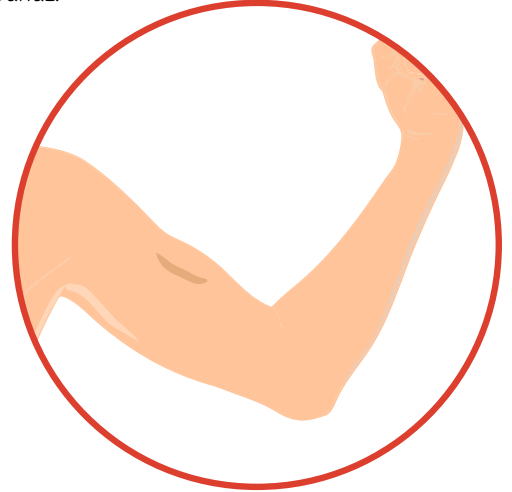
Hayır, eğer gerekirse doktor size biraz anestezi uygulayabilir.

Yeni Kürtaj oldum, bende İmpilant taktırabilirmiyim?

Kendiliğinden yada isteğe bağlı kürtajtan (birinci 3 ay) hemen sonra yatış sırasında direk olarak yerleştirilebilir.

Ne kadar sürede bir değiştirmeliyim?

Yerleştirildikten sonra gebelik önleyici etkisi 3 yıla kadar sürer. Değiştirmek ya da çıkarmak istediğinizde jinekoloğa başvurunuz.



Tüplerin Bağlanması-Tübal Sterilizasyon (Kadın Kısırlığı)

Geri dönüşümü olmayan, kalıcı cerrahi tipteki gebeliği önleyici tek yöntemdir. Daha çocuk sahibi olmak istemeyen tüm kadınlar için uygundur.

Tüplerin bağlanması olarak adlandırılır.

İşe yarar bir yöntemdir çünkü tüpler bloke olur, kesilir ya da çıkarılır. Yumurtlama sırasında yumurtalıklardan salınan oosit (yumurta hücresi) tüpler boyunca hareket edemez ve böylece rahim içinde spermle karşılaşamaz.

Uygulama acı vericimidir?

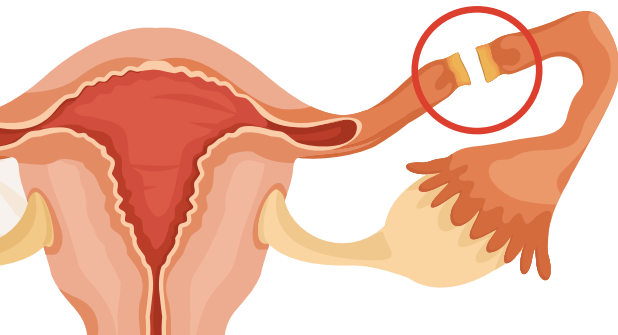
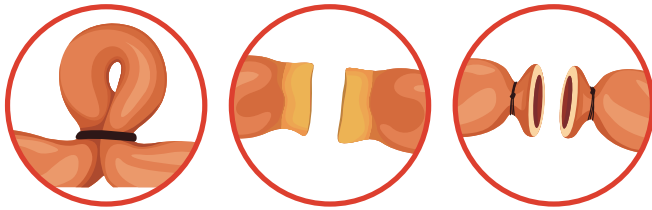
Uygulama ameliyathanede laparoskopi ile yapılır. Cerrahi operasyon ile genel anestezi gerçekleştirilir.

Adet kanaması bitecek mi?

Hayır, adet kanamanın normal düzeninde gelmeye devam edecektir.

Ne zaman yapılabilir?

Genel olarak uygulama belirli bir yaştan sonra ve kadının zaten çocukları varsa önerilir. Çünkü geri dönüşümü ve tersine çevirmek mümkün değildir. Bu yüzden kesinlikle emin olmak gerekir. Slovenya = 35 yaşını doldurduktan sonra jinekoloğa başvuru yapılabilir, doktor etik kuruluna yazılı talepte bulunur. O andan itibaren ameliyat zamanına kadar 6 ay beklemek gerekmektedir.



Vazektomi (erkek kısırlığı)

Çocuk sahibi olmak istemeyen erkekler için tek kalıcı doğum kontrol yöntemidir. Erkek kısırlığı ya da cerrahi erkek doğum kontrolü adı da verilmektedir.

Nasıl uygulanır?

Vazektomi, sağlık merkezinde, hastanede, uyutmaya gerek olmadan bölgesel (lokal) anestezi ile gerçekleştirilir.

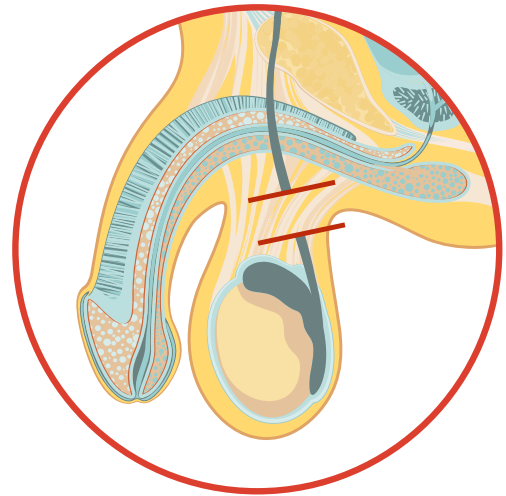
Vazektomiden sonra başka bir doğum kontrol yöntemi uygulamak gereklidir mi?

Evet, en azından 3 ay. Üroloji doktoru Vazektominin olumlu sonucunu bildirmek için basit bir test (spermiyogram) yapacaktır.

Kime Başvurmaliyim?

İTALYA: Bu uygulamayı gerçekleştirmek için androloji muayenesine sevk yapabilecek bir doktora başvuru yapılabilir. Uzman üroloğun yaptığı bir muayenedir.

SLOVENYA: 35 yaşını doldurup doktora başvuru yapılabilir, doktor etik kuruluna yazılı talepte bulunur. O andan itibaren 6 ay beklemek gerekmektedir.



Acil Doğum Kontrol Yöntemi

Sadece acil durumlar da, herhangi bir doğum kontrol yöntemiyle korunmayan ve gebelik riski bulunan birlikteliklerden sonra kullanılır.

Alışılmış rutin birdoğum kontrol yöntemi olarak kullanılmamalıdır, Sadece acil durumda kullanılabilir çünkü çok az etkilidir.

Bakır Rahim içi Spiral

Korumasız cinsel ilişkiden sonra 48 saat içinde takılır. Bu tip acil durum doğum kontrol yöntemleri için jinekoloğa başvurmak gerekmektedir.

1,5 mg lik levonorgestrel bazlı hap **"Ertesi Gün Hapı "**

Eczanelerde yetişkin kadınlar için reçetesiz şekilde bulunur , reçit olmayan genç kızlar doktor reçetesi ile alabilirler. Ertesi gün hapı hamilelik riski olan ilişkiden sonra 72 saate kadar kullanılabilir.

30 mg lik ulipristal asetat içerikli hap **"ertesi beş gün hapı"**

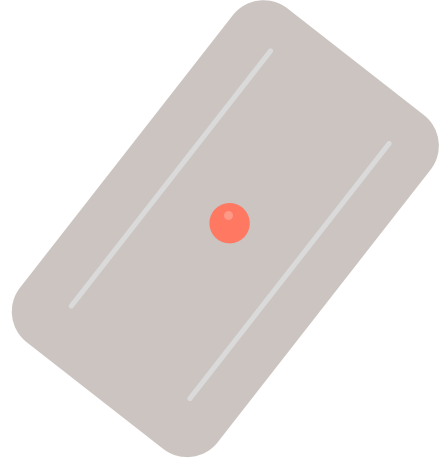
Eczanelerde yetişkin kadınlar için reçetesiz şekilde bulunur, reçit olmayan genç kızlar doktor reçetesi ile alabilirler. Bu hap hamilelik riski olan ilişkiden sonra 120 saate kadar kullanılabilir.

Ben reçit değilim, ertesi gün hapı için doktor reçetesi almak için nereye başvurabilirim?

İTALYA: Reçit olmayan genç kızlar, çalışma günleri içinde (pazartesiden cumaya tatil günleri hariç) acil durum hapı yazdırmak için aile bireyleri ya da aile bireylerinin izni olmadan aile danışmanlığı merkezlerine başvurabilirler.

Aile danışmanlığı merkezleri çalışma günleri dışında (Cumartesi,Pazar ve bayramlar) açık olmadıklarından, reçit olmayan genç kızlar, acil çocuk doktoruna ve Trieste Burlo Garofolo hastanesinin çocuk acil bölümüne aile bireyleri ya da aile bireylerinin izni olmadan başvurabilirler.

SLOVENYA: Reçit olmayan 16 yaşındaki genç kızların acil durum hapını eczanelerden almak için doktor reçetesine ihtiyaçları vardır. Bunun için hastanenin acil servisine ya da polikliniklere başvurabilirler.



Gebeliğin gönüllü sonlandırılması (KÜRTAJ)

Bir doğum kontrol yöntemi değildir ve ciddi sağlık sorunlarına sebep olabilir.İtalya'da bu operasyon son adet döneminden 90 güne kadar (1978 yılı 194 nolu yasa)devlet hastanesinde ücretsiz olarak yapılabilir.

Slovenya'da bu prosedür , 10 hafta içinde jinekoloğa başvuru yapılabilir, 10 haftadan daha fazla ise jinekolog başvuruyu etik kuruluna iletmek zorundadır.

Gebeliğimi sonlandırmak için ne yapmak zorundayım?

1. Hamilelik durumunu belgeleyen test: özel kan testi.
2. Doktor tarafından hazırlanmış hamilelik belgesi ve hamileliğin sonlanmasını talep eden rapor: aile danışmanlığı merkezi jinekoloğu, pratisyen hekim ya da klinik jinekoloğu tarafından yapılabilir.
3. Operasyon yapmadan önce rapor tarihinden itibaren 7 gün geçmek zorundadır. (slovenya' da beklenmez).

Hamileliği sonlandırmak için farmakolojik (ilaçlı) ve cerrahi olmak üzere iki yöntem bulunmaktadır:

Farmalojik (ilaçlı) yöntem de anesteziye gerek yoktur ve ilk 49 gün içinde yapılmalıdır: Bu işlem iki ilacın uygulanmasını içerir, Mifepriston (RU486) VE Misoprostol , birbirinden 48 saat aralıkla uygulanır.

Cerrahi yöntem ameliyathanede genel ya da lokal anestezi ile son adet tarihinden itibaren 90 gün içerisinde yapılır.

Hastaneye gitmek istemiyorum, gebeliğimi sonlandırmak için ne yapabilirim?

Hastaneye gitmek mümkün olan tek çözümdür ve sağlığınız içinde daha güvenlidir. Evde çocuk düşürmek çok tehlikeli olmasının ötesinde yasadışıdır, İtalya ve Slovenya yasalarına göre suçtur.

Kocamın ya da ailemin iznini almak zorundayım?

Hayır, evliysen bile eşinin iznini almak zorunda değilsin. İTALYA: Eğer reşit değilsen ve hamileliğini sonlandırmak istiyorsan ve ailenle konuşmıyorsan aile danışma merkezine başvurabilirsin. SLOVENYA: Eğer 15 yaşın altında bir genç kızsın, jinekolog sosyal hizmetler görevlisi ile senin için bir görüşme düzenleyecektir.

Yabancıyım , italya ya da slovenya'da hamileliğimi sonlandırmak için başvuru yapabiliyormuyum?

İtalyan ve Sloven yasalarına göre yabancı kadınlarda oturma izinleri olsun ya da olmasın kürtaj yaptırabilirler.Giriş işlemleri ve ödemelerle ilgili bütün bilgilendirmeler için İtalya'da aile danışma merkezlerine ya da Slovenya'da polikliniklere başvuru yapabilirler.

Doğum sonrası doğum kontrolü

3 kuralı

Sadece kendi sütüyle, gece de dahil emziren kadınlar : doğum kontrolü, doğumdan 3 ay sonra gereklidir.
Kendi sütüyle ve suni sütte karışık besleyen kadınlar: doğum kontrolü, doğumdan 3 hafta sonra gereklidir.
12 haftadan fazla bir hamileliği sonlandırmış olan kadın: doğum kontrolü 3 hafta sonra gereklidir.
Doğumdan sonra doğum kontrolüne başlamak için jinekoloğa başvurunuz, size uygun bir yöntem için size önerilerde bulunacaktır.

Yararlı Numaralar: Italia

Friuli Venezia Giulia Eyaleti Sağlık İşleri numarası



ÜCRETSİZ TELEFON NUMARASI
800 991170

Trieste'deki tüm halk sağlığı yapıları ve tesisleri için ücretsiz bir bilgilendirme numarasıdır.

Amaç, sağlık ve sosyal hizmetlere erişimi kolaylaştırmak; tek elden, anlaşılır, güncel ve eksiksiz bir şekilde bilgi sunmaktır. Pazartesi'den Cuma'ya saat 8:30'dan 13:00'e kadar telefon edilebilir.

İstismara karşı telefon numarası



İSTISMARA KARŞI TELEFON NUMARASI
800290290
ÜCRETSİZ-ANONİM-24 SAAT AÇIK

ANONIMO - ATTIVO 24H

Sömürü-istismar ağından kaçmak, kurtulmak için İtalyan mevzuatının sunduğu imkanlarla ulusal sınırlar içinde 24 saat boyunca hizmet veren, istismara uğrayan insanların bilgilendirme yeterliliğine sahip ücretsiz bir telefon numarasıdır. Bu ücretsiz telefon hattı istismara ve sömürüye uğramış kişilerin kendi ana dillerinde İtalyanca, İngilizce, İspanyolca, Arapça, Çince, Romence, Rusça, Boşnakça vb. gibi konuşabilen, bilgilendirme yapabilen eğitilmiş kişiler tarafından yönetiliyor. Trieste'de ' FVG istismara ve sömürüye karşı ' proje kapsamında hizmet veren bir servis bulunur. Uygulayıcı kurum:

CDCP onlus

Androna degli Orti, 4

Telefon: 040 2605685

İletişim numarası: 389 2029070

Kırmızı hat – şiddet ve tacize karşı ulusal numara

1522 NUMERO
ANTI VIOLENZA
E STALKING

Ücretsiz 24 saat boyunca hizmet veren ve anonim bir kamu telefon numarasıdır. Telefon operatörleri taciz ve şiddete uğramış kurbanlara yararlı bilgiler verip, onları sağlık ve sosyal hizmetlere yönlendirebilirler. İtalyanca, İngilizce, Fransızca, İspanyolca ve Arapça yardım sağlanabilir.

Slovenya'dan arama yapmak için belirtilen numaranın başına 00 39 yazmak gerekir.

Anne bebek Hastanesi

IRCCS Burlo Garofolo – ospedale materno infantile

via dell'Istria 65/1

Telefon: 0434 223522 (centralino)

Yabancılar için Bilgi Noktası

via Giovanni Sai 7 (presso Distretto 4), 1° piano - stanza 141

Parco di San Giovanni

Telefon: 040 3997451

Bulaşıcı hastalıklar Merkezi

via Gatteri 25/1

Palazzina "Infettivi" 1° piano - Polo Tecnologico
(lato posteriore del complesso ospedaliero)

Telefon: 040 3992882

Halka açık saatler : Pazartesi 8:00-17:00; Salı-Cuma 8:00-13:30

Doktor muayeneleri: randevu almak için 040 3992882 numarası ile Pazartesi-Perşembe 8:00-13:00; Cuma ve tatil öncesi 08:00-10:00 telefon edilebilir.

Test: lun-giov 8:00 - 13:00; ven e prefestivi 8:00 - 10:00

Şiddet Karşısı Merkez / Centro antiviolenza – GOAP

Via S. Silvestro 3/5

Telefon: 040 3478827

info@goap.it

AİLE DANIŞMANLIĞI

DANIŞMA MERKEZİ, NE YAPAR?

Danışma merkezi, hamilelik, doğuma hazırlık, doğum sonrası, emzirme, doğum kontrol yöntemleri, kürtaj, cinsel sorunlar, kötü muammele ve istismar gibi durumlarda yardım ve tavsiyeler sunar. Ayrıca kadınlara, erkeklere, çiftlere, ailelere ve gençlere psikolojik ve sosyal yardım ve tavsiyeler sunar.

Hizmetler ücretsiz ve herkese açıktır.

Provincia di Trieste

Consultorio Familiare - Distretto 1

via Lionello Stock 2 e Aurisina/Nabrežina

Telefon: 040 3997831

Accoglienza diretta e telefonica:

telefon ve direk kabul:

via Stock'a telefon ya da kişisel başvurular: Pazartesi, Salı, Perşembe, Cuma 9:00-16:00 ya da Çarşamba 12:00-16:00

23 yaşına kadar Gençlik Merkezi randevusuz olarak (Rioano da ki yer)

Perşembe 14:30-17:00

Consultorio familiare - Distretto 2

via San Marco 11

Telefon: 040 3995566

telefon ve direk kabul:

telefon ile Pazartesi'den Cuma'ya 9:00-13:00

kışisel olarak başvuru Pazartesi'den Cuma'ya 9:00-16:00

23 yaşına kadar gençlik merkezi randevusuz olarak

Salı 14:30-17:30

Consultorio familiare - Distretto 3

via di Valmaura 59, Muggia e San Dorligo della Valle

Telefon: 040 3995800

telefonla kabul:

Pazartesi'den Perşembe'ye 9:30-12:30

Cuma 10:00-12:00

23 yaşına kadar gençlik merkezi randevusuz olarak

Perşembe 13:30-17:00

Consultorio Familiare - Distretto 4

via Giovanni Sai 7, Parco di San Giovanni

Telefon: 040 3997445

Telefon ve direk kabul:

Pazartesi,Çarşamba ve Cuma 9:00-12:00

23 yaşına kadar Gençlik Merkezi randevusuz olarak:

Pazartesi 14:00-17:00

Provincia di Gorizia

Consultorio familiare – Gorizia

via Vittorio Veneto 171, palazzina B

Telefon: 0481592869

Consultorio familiare – Monfalcone

via Galvani 1, presso l'ospedale San Polo

Telefon: 0481487611

Provincia di Udine

Consultorio familiare – Udine

via San Valentino 18 (3° piano)

Telefon: 0432553617

Telefon ve direk kabul: Pazartesi'den Cuma'ya saat 8:30 'dan -13:30 'a

Provincia di Pordenone

Consultorio familiare – Pordenone

Via de Paoli 21

Telefon: 0434237880

Telefon ve direk kabul: pazartesiden cumaya 8-13 arası ve Pazartesi ve

Perşembe 14'den 16:30'a

Yararlı Numaralar: Slovenia

İtalya'dan belirtilen Slovenya numarasını aramak için önce 00 386 yı yazmanız gerekir.

Slovenya'ya hastanelere ek olarak jinekoloğa başvurabileceğiniz polikliniklerde bulunmaktadır.

Ljubliana

Univerzitetni klinični center Ljubljana, porodnišnica Ljubljana

Šlajmerjeva 3 ali zaloška 11, 1000 Ljubljana

Telefon: (01) 522 50 50

www.3.kclj.si

Šempeter – Nova Gorica

Spošna bolnišnica “dr. Franca Derganca” Nova Gorica

Ulica padlih borcev 13a

5290 Šempeter pri Novi Gorici

Telefon: (05) 330 1000

www.bolnisnica-go.si

Maribor

Univerzitetni klinični center maribor, klinika za ginekologijo in perinatologijo, oddelek za perinatologijo

Ljubljanska 5, 2000 Maribor

Telefon: (02) 321 10 00

www.sb-mb.si

Izola

Spošna bolnišnica izola, ginekološko porodniški oddelek

Polje 40 a, 6310 Izola

Telefon: (05) 660 68 29

www.sb-izola.si

Postojna

Bolnišnica za ginekologijo in porodništvo

Prečna 4, 6230 Postojna

Telefon: (05) 700 07 20

www.bolnisnica-po.si

Slovenska karitas

Kristanova ulica 1, 1000 Ljubljana

Telefon: (01) 300 59 60

info@karitas.si

