



**Nderprerja e deshiruar  
e shtatezanise (NDSH)**



## **JU JENI SHTATEZANE DHE JENI E DYSHIMT ME VAZHDUAR SHTATEZANINE?**


Kjo gjëndje ngrenë ne juve pyetje,  
emocione, frikë, dhe pasiguri?

Ju ndiheni e hidheruar, vetëm me vështi-  
resitë e juaja?

Besoni ju një personi që e keni të  
afërm. Kjo do të ju ndihmoj me sqaruar  
gjëndjen e juaj.

Mjeku i juaj apo një këshilltar i planing familjalit  
munden të degjojnë, te ju informojnë dhe te ju  
shoqërojnë në zgjidhjen tuaj, profesional të  
tjerë mund te ju ofrojnë ndihmen e tyre.  
*SHiqoni listën në vazhdim.*

**Vendimi i juaj është marrë: ju dëshironi  
me ndërpre shtatëzaninë.**

- 1. Cilat janë drejtat e juaja?**
  - 2. Si duhët të bëni?**
  - 3. Cilat janë pasojat për shëndetin  
e juaj?**
- 

# NDERPRERJA E DESHIRUAR E SHTATEZANISE (NDSH)

## NDSH a është ajo e lejuar? denuar?

Sipas ligjit federal, ndërprerja vullnetare e shtatëzaniës nuk është e denuar nëse ajo bëhet gjatë dymbëdhjetë jave duke vazhduar që nga fillimi i menstruacioneve të fundit me kërkesën me shkrim të fëmres e cila gjendet në gjëndje të vështirë. Me kalimin e këtij afati të 12 jave, NDSH është e denuar, vetëm nëse mendimi medical tregon që është i nevojshëm për me largu rrezikun nga prekja e rëndë të integritetit fizik apo psikik të fëmres shtatëzanië.

## Cilën zgjidhje, kujt duhet me ju drejtuar?

Ju duhet te bisedoni me një mjek i cili ju informon në mënyrë më të hollësishme. Ju duhet të nënshkruani një lutje me shkrim që ju gjendeni në një gjëndje të vështirë. Nëse ju i keni më pak se 16 vjeq, ju jeni e detyruar te bisedoni me një këshilltare te shërbimit te planing familjalit.

## Pajtimi i prindërve, i bashkë- hortit, a është i nevojshëm?

Jo, vendimi i takon fëmres e cila ka të bëj me këtë. Sidoqoftë, me zgjedhë me ruajtë apo me ndërprerë shtatëzaniën nuk është kurrë lehtë as banale. Me bisedu me një person që për ju është i afërm do te ju ndihmoj që te merreni një vendim të qartë dhe të prerë.

## Cilat janë metodat per me bërë NDSH?

- **Metoda me ilaçe:** E mundur deri në javen e 7-të të shtatëzaniës.
  - Pa anestezi
  - Hapat abortive që jepen nën mbikqyerjen medikale
- **Metoda qirurgjikale:**  
nën anestezi.

Mosha e një shtatëzanie vendoset që nga data e ditës së parë të menstruacioneve të fundit. Mjeku e bënë një ultrasun (ekografi) për me caktu datën e shtatëzaniës.

## **A ka dhimbje?**

Ilaget kunder dhimbjeve shkruhen nese është e nevojshme.

## **A mund te kemë fëmijë më vonë?**

Një NDSH në princip nuk ka pengesë në shtatëzaninë e ardhëshme por disa komplikime, megjithse te rralla nuk mund të përjashtohen.

## **A duhet te frikohem nga pasojat psikike?**

Ju mund te jeni e pikëlluar. Nëse jeni e pikëlluar e jeni lodhur nga rrethanat e jetës, kërkoni ndihmë, bisedoni më të afërmit apo drejtohuni të profesionelet.

## **Jam e huaj, pa letra, a e kam te mundur ta ndërprej shtatëzaninë në zvicër?**

Po, Fri-santé, bisedimi me infermier per persona në gjëndje pasigurie, mund te ju drejtoj në zgjidhjen e një spitali edhe ju informon mënyrat dhe qmimin e intervenimit.  
*SHiqoni listen në vazhdim*

## **Sa kushton një NDSH?**

Sikurse NDSH me ilaqe ashtu edhe qirurgjikale janë në ngarkesën e sigurimit mjeksor të obliguar. Per personat e pa siguruar, qmimi shkon prej 1'000 franga mvaret nga koha e shtatzanisë, nga mënyra dhe vendi i intervenimit.

## **Ju deshironi ta ruani shtatëzaninë deri ne fund dhe të japni fëmijun e juaj prinderve adoptive?**

Sherbimi i femierisë dhe rinisë (sektori i vendpriftjes) ju informon, ju këshillon dhe ju ndihmon ne proceduren e adoptimit.  
*SHiqoni listen ne vazhdim*  
Planing familial ose mamia keshilltare e spitalit kantonal mund gjithashtu te ju drejtoj në fillim te kësaj procedure e me ju vënë në kontakt me një asistente sociale të SHERbimit fëminor dhe te rinisë.

## Si te mbroheni ne te ardhmen nga një shtatzani e pa dëshiruar?

Përmes një mënyre të kontracepcionit efikase. Biseda me nje profesionel (mjeku i juaj planing familiali) do te ju ndihmojnë me zgjedhë mënyren më të mirë qe i perket nevojave tuaja:

### Mënyrat hormonale

*Pëngojnë ovulacionin*

- Hapat
- Paqat
- Rrethi vaginal
- Ngulja nën lekurë
- Spiralet qe përhapin hormone

### Mënyrat mekanike

*Bëjnë pengimin e spermatozoideve*

- Mbrojtësit mashkullor (prezervativet)
- Mbrojtësit femror
- Spiralet e nje lloj metali (MA-Mbrenda anit)
- Diafragma dhe koka e qafes

### Praktikat tjera te kontracepcionit:

#### Metodat kimike

*Prishin mundesinë qe spermatozoidet te fekondohen*

- Disa sperma(fara), në gjëndje korrekte te perdorimit.

#### Mënyrat e vetshiqimit

*Bëjnë vlerësimin e ditëve te lindjes*

- SHiqimi i hollsishtem i shenjave qe tregon kohen e lindjes.

### Praktikat e tjera,qe nuk këshillohen se janë pak efikase:

- raporti seksual i ndaluar ose "tërheqja" qe do te thot me largu penisin para derdhjes. Deri sa mashkulli është i lagur, është një lëng i lëmuar i cili përbën spermatozoidet te cilet munden te lëjnë femren shtatzanë gjatë hyrjes.
- larjet vaginale qe bëjnë te lajnë vaginen nga sperma mënjehere pas derdhjes Spermatozoidet per disa sekonda hyjne në anin (uterus); është e pa mundur për femren qe t'i largoj.

Vetem mbrojtësit (prezervativet) ju mbrojnë nga SIDA dhe nga infektimet tjera te transmetuara seksualisht.

Pas një mardhenje seksuale pa mbrojtje, mundohuni ta bëni një analizë qe tregon se nuk ka kurrfare infeksioni.

## Qka duhet bërë ne rast te mardhenjës pa mbrojtje, harrimi i hapit, deshtimi i prezervativit?

**Kontraceptimi i emergjences  
= «hapi i te nesermes» ose  
«kontraceptimi post kyital»**

Bëhet fjalë për 2 hapa që merren në një dozë, ose më mirë gjatë 24 orëve, por jo më vonë se 72 orëve pas një mardhënie seksuale pa mbrojtje, në qfarëdo momenti të ciklit.

Për femrat 16 vjeçe ose më teper, ajo mund të mirret në farmaci pa recept ose në planingun familjal.

Për femrat më pak se 16 vjeçe mund të mirren në planingun familjal ose te mjeku i juaj.

Hapi kontrceptiv i emergjences mund ta pengoj zhvillimin e një shtatzanie por nuk e nderprenë shtatzaninë e cila tani është vendosur. Ajo nuk e rrezikon shëndetin e embrionit nëse shtatzania tani ka filluar.

**Ka të bëj gjithashtu me një mënyre të veçantë e cila nuk e zëvendëson mënyren e kontrceptimit bazë.**

## Listat e vendeve për ndihmë:

### GJinokologu i juaj ose mjeku i juaj

#### SHerbimi i planing familjal dhe qendra e shtatzanisë

Ju ofron: mbështetje dhe përcjellje qfardo qoft vendimi i juaj, informatat mbi pyetjet medikale, psikosociale, financiare informatat mbi zgjedhjet e detyruara dhe ndihmate mundshme, një ndihmë për me qartësuar zgjedhjen e juaj.

Grand-Fontaine 50, 1700 Friburg,  
tel. 026 305 29 55, [planingfamilial@fr.ch](mailto:planingfamilial@fr.ch)

#### SHerbimet sociale regionale

Adresa e sherbimit social regional mund te merret ne komunen e juaj ose ne SHerbimin e aksionit social.

Rte des Cliniques 17,  
1700 Friburg, tel 026 305 29 92.

#### SHerbimi psiko-social

Av. Général-Guisan 56, 1700 Friburg,  
tel 026 460 10 10  
Rue de la Lécheretta 1, 1630 Bulle,  
tel 026 305 63 73.

### SHerbimi i pedopsikiatrisë

Ch. des Mazots 2, 1700 Friburg, tel 026  
305 30 50.

#### Adoptimi

#### SHerbimi i fëmijerisë dhe i rinisë/Jugendamt

Sektori i vendeve te pritjes Bd de Pérolles 30,  
1700 Friburg, tel 026 305 15 30.  
Anëtar i zgjedhur i mbrojtjes dhe ndihma ne procedurave te pelqimit te adoptimit.

#### Fri-Santé (shëndeti i lirë)

Bisedimi me infermiere për persona ne gjëndje pasigurie. Te hënen nga 9h deri ne 17hte enjten nga 8h deri ne 12h pa termime.

Rue François Guillimann 12, Friburg,  
tél. 026 341 03 30.

#### Hapësira e femrave

SHoqeria femrore dhe interkulturore, këshillat juridike (veqanerisht te drejten e punës dhe familjes) Rue Hans-Fries 2, 1700 Fribourg,  
tel 026 424 59 24.

<http://admin.fr.ch/dsas>



### SHoqeria SOS future mamans (nënat e ardhëshme) Friburg

Telefoni i përhershëm 24h mbi 24h,  
tel 026 322 03 30

Qendra e pritjes ne Friburg, Ependes,  
Domdidier, Bulle dhe Dütingen.  
Ofron një ndihmë morale, materiale medikale  
e juridike.

Case postale, 1701 Fribourg,  
[www.sosfuturesmamans.ch](http://www.sosfuturesmamans.ch)

*Kjo listë e shoqërive dhe e organizatave e cëkur me larte mund te sjellin ndihmen morale ose materiale femres ne gjendje te vështire, është vendosur nga Drejtoria e shëndetit dhe gjërave sociale te kantonit te Friburgut.  
Kjo dosje e informimit përgjigjet në obligimin legal i përbër në Drejtorinë e shëndetit dhe gjërave sociale te kantonit te Friburgut me vëndosë dosjen e paraparë ne artikullin 120 al. 1 let. b te CPS, duke u kujdesur qe informatat qe janë këtu te jënë te verteta dhe asnjëjse.*

<http://admin.fr.ch/dsas>

