



Regione Toscana

Diritti Valori Innovazione Sostenibilità

**UDHËZUES MBI
SHËNDETIN NGA
MUM HEALTH**



UDHËZUES MBI SHËNDETIN NGA MUM HEALTH

Falenderohen të gjithë gratë dhe burrat emigrantë, ndërmjetësit, përkthyesit, dhe gjithë punonjësit e shëndetësisë për ndihmën dhe për bashkëpunimin.

Ideazione e testi

L'Albero della Salute,
Struttura di riferimento per
la Mediazione culturale in Sanità

Regione Toscana

Direzione generale Diritto alla salute
e politiche di solidarietà

Referee

Michele Grandolfo, Angela Spinelli,
Serena Donati, *Istituto Superiore di Sanità*

Traduzione: Alketa Kosova

Revisione: Laureta Hodaj

© 2007 L'Albero della Salute

www.alberodellasalute.org/mh.asp

Tutti i diritti riservati

Coordinamento comunicazione ed eventi

Direzione generale della Presidenza

Settore Comunicazione istituzionale

e pubblicitaria

Grafica e stampa: Centro stampa

Giunta Regione Toscana

Marzo 2009

TREGUESI

3

Konsultorja

6

**Proçesi i lindjes/ shtatëzania
dhe lindja**

11

**Asistenca e pas-lindjes dhe ajo
pediatrike**

14

Masat e kundër fekondimit

17

**Ndërprerja e vullnetshme
e shtatëzanie (IVG)**

20

Parandalimi onkologjik



Ç'është konsultorja?

Është një shërbim i pranishëm në territor, i krijuar për të tuteluar dhe për të nxitur shëndetin psiko-fizik dhe shoqëror,- d.m.th. lidhur me trupin, me mënyrën e perceptimit dhe të krijimit të marrëdhënieve me ambientin rrethues,- të grave, të çifteve, të adoleshentëve, të

fëmijëve, qofshin italianë/e apo të huaj/a.

Edhe gratë e huaja pa lejë qëndrimi kanë të drejtë të bëjnë vizita në konsultore. Hyrja në konsultore, vizitat dhe shërbimet e tjera që jepen aty, janë gratis, ndërsa mund të parashikohet një taksë shëndetsore për disa shërbime gjinekologjike specifike.

Për çfarë nevojash mund të shkoj në konsultore?

- Shtatëzani
- Asistencë pas lindjes dhe gjatë dhënies së gjirit për fëmijën
- Kontraceptivë
- Ndërprerje e vullnetshme e shtatëzanisë (IVG)
- Parandalim i tumoreve (pap-test)
- Edukim afektiv dhe seksual
- Shqetësime të procesit ushqyes
- Ndërmjetësi familjare në raste ndarjeje ose divorci
- Pjellshmëri apo jopjellshmëri
- Afidament apo adoptim
- Dhunë ose keqtrajtim ndaj grave dhe fëmijëve, jo vetëm keqtrajtimet fizike, por edhe për mënyrën e të menduarit, të të ndjerit, për emocionet dhe për ndjenjat (p.sh.detyrimi kundër dëshirës të bësh ose të pësosh akte seksuale të çdo mënyre, ose forma dhe lloje të ndryshme kontrolli ose frikësimi)
- Përkrahje çifteve dhe familjeve në kushte të vështira ekonomike dhe shoqërore
- Shqetësime psikologjike, d.m.th. dobësi, ankth dhe vuajtje në raport me vetveten ose me të tjerët, në

momente të veçanta të jetës (adoleshencë, shtatëzani)

- Vaksinime pediatrike dhe pediatria e komunitetit
- Sëmundje infektive seksuale
- Menopauza
- Konsulencë legale
- Konsulencë për lidjet anonime. (Nëna e fshehtë) (**Mamma Segreta**).

Kush punon në konsultore?

Në konsultore mund të gjesh një grup pune të kompetencave të ndryshme: shëndetsore, psikologjike e shoqërore. Në disa konsultore janë të pranishëm edhe ndërmjetësit kulturorë që ndihmojnë të huajt në orientimin mbi shërbimet shëndetsore dhe praktikat terapeutike që mund të jenë të ndryshme nga ato të vendeve nga të cilët vijnë dhe thjeshtëzojnë kuptimin reciprok me operatorët shëndetsorë.

Ç' duhet bërë për të shkuar në konsultore?

Çdo person mund të shkojë në konsultore pa takim dhe pa recetë mjekësore. Mund të bësh një bisedë me personelin e konsultores po atë

ditë dhe të marrësh përgjigjen e duhur për nevojat e tua, gjithashtu, po të jetë e nevojshme, mund të caktosh edhe vizita të tjera.

Është i garantuar anonimiteti, fshehtësia dhe sekretet profesional. Gjithashtu ligji ndalon personelin të denoncojë persona pa leje qëndrimi. Pra, mund të shkosh në konsultore edhe kur nuk i njeh rregullat e shërbimit: personeli i pranishëm

do të të ndihmojë të kuptosh të drejtat dhe detyrat e tua. Listat e konsultorëve të Toskanës janë në fund të udhëzuesit.

Me cilat shërbime të tjera shoqërore dhe shëndetsore është e lidhur konsultorja?

Konsultorja bashkëpunon me të gjitha shërbimet territoriale dhe spitalore



PROÇESI I LINDJES/SHTATËZANIA DHE LINDJA



Ç'duhet të bëj kur kuptoj që pres një fëmijë?

N.q.s menstruacionet nuk vijnë kur i pret, n.q.s janë të pakta ose sidoqoftë, janë ndryshe nga herët e tjera, mund të mendosh që pret një fëmijë. Nganjëherë mund të ketë edhe shenja të tjera si p.sh. të vjellat në mëngjes ose të urinuarit e shpeshtë. Por për të qenë të sigurtë,

duhet bërë një test shtatëzanie në laborator. Çdo grua gëzon të drejtën e tutelimit të shtatëzanisë.

Kujt mund t'i drejtohem n.q.s. pres një fëmijë?

Mund të shkosh në konsultore ku, duke paraqitur çertifikatën e shtatëzanisë, të dhënë nga gjinekologu ose nga mjeku i

familjes, të pajisin me librezën e shtatëzanisë. Libreza është e nevojshme për të bërë vizitat dhe analizat periodike, ndër të cilat edhe 3 ekografi. Të gjitha analizat e përfshira në librezë janë gratis dhe sigurojnë tutelën e shtatëzanisë. Është e rëndësishme të mbash me vete librezën gjatë vizitave dhe të ruash të gjitha rezultalet e analizave në kartelë.

Si duhet të sillem gjatë shtatëzanisë?

Gjatë shtatëzanisë duhet të shmangësh stresin e tepërt, punët e rënda, sidomos gjatë natës, të çlodhesh dhe të flesh më shumë. Është i rëndësishëm një ushqim i shëndetshëm dhe i shumëllojshëm, me fruta dhe perime të freskëta e të lara mirë, mish dhe peshk të pjekur mirë, duke evituar ushqimet e paketuara, të skuqurat dhe ëmbëlsirat. Është thelbësore të pish shumë ujë, të evitosh duhanin dhe alkolin. Ilaçet duhen marrë vetëm kur janë të këshilluara nga mjeku.

Mund të vazhdoj punën gjatë shtatëzanisë?

Ligi italian (d.lgs. 151/2001) tutelon punëtorët me kontratë të rregullt dhe parashikon që:

- nuk mund të pushojnë nga puna gjatë shtatëzanisë dhe deri sa fëmija të mbushë një vjeç;
- kanë të drejtë të mungojnë nga puna dhe t'u pagohet qëndrimi në shtëpi gjatë dy muajve të fundit të shtatëzanisë dhe tre muajt e parë pas lindjes (ose muajin e fundit dhe katër muajt e parë pas lindjes);
- mund të marrin para kohe lejën e lindjes, n.q.s kushtet e punës janë të rrezikshme për shëndetin e nënës dhe të fëmijës, ose n.q.s. gjatë shtatëzanisë krijohen probleme për shëndetin e tyre.

Ç'duhet bërë nëse kam dyshime gjatë shtatëzanisë?

Trupiyt, qënëfillim, pësonndryshime: n.q.s. ke dyshime mos prit, drejtohu mamisë së konsultores.

Ç'është diagnoza e 'para-lindjes' d.m.th. një sërë analizash që, në gjuhën mjekësore, përmbledh analizat e villi coriali, duo-test, amniocentesi?

Janë analiza që kryhen në muajt e parë të shtatzënisë për të zbuluar para kohe anomali dhe keqformime të mundshme të fëmijës. Nuk janë të detyrueshme për t'u kryer dhe janë falas vetëm në disa raste. T'u nënshtrohesh këtyre analizave mund të shkaktojë pa dashje edhe humbjen e fëmijës, megjithëse ky rrezik është shumë i ulët.

Mund të frekuentoj kurse përgatitjeje për lindjen?

Konsultorja organizon kurse falas për lindje dhe paslindje, që mund të frekuentosh edhe pse je e huaj pa lejë të rregullt qëndrimi. Këto kurse të japin informacione të vlefshme lidhur me lindjen nga këndvështrimi fizik dhe psikologjik, me teknika që mund të të ndihmojnë në përbalimin e dhimbjeve të lindjes, të ushqimit, të dhënies së gjirit dhe gjithçka që ka të bëjë me kujdesin për fëmijën. Është e çmueshme pjesmarrja tënde në këto kurse, që janë një

vend takimi ku nënat shkëmbejnë informacione dhe krijojnë miqësi të reja.

Ku dhe si mund të lind?

Mund të zgjedhësh ku të lindësh, falas, në siguri dhe duke respektuar kulturën dhe traditën tënde, në një nga Pikat e lindjes (**Punti Nascita**) të pranishme në Toskanë, që janë struktura spitalore të pajisura për lindje.

Ka disa mënyra lindjeje: lindja shtrirë në krevat, lindja aktive, gjatë së cilës mund të zgjedhësh pozicionin që preferon dhe që të lejon të kufizosh dhembjen e lodhjen; lindja në ujë dhe lindja në analgjezi (epidurale), që të lejon të kontrollosh dhembjen duke qenë e vetëdijshme gjatë lindjes. Mund t'i kërkohesh personelit të konsultores ose Pikës së Lindjes, cilat janë mundësitë aktive në vendin ku do të lindësh.

Gjatë procesit të para-lindjes dhe gjatë lindjes mund të të qëndrojnë pranë personi që dëshiron. Në disa raste është e mundur lindja në shtëpi, por duhen vlerësuar mirë rreziqet së bashku me personelin shëndetsor.

Mund të verifikohet rreziku i lindjes me operacion?

Nëse krijohen rrethana që pengojnë lindjen natyrale të fëmijës, mund të bëhet e nevojshme lindja me operacion, një ndërhyrje kirurgjike në barkun e nënës, që bëhet me narkozë të përgjithshme ose lokale që të lejon të rrish zgjuar. Një grua që ka lindur me operacion, mund të provojë në të ardhmen edhe lindjen natyrale. Lindja me operacion mund të evitohet në disa raste, nëpërmjet ndërhyrjeve të veçanta, disa prej të cilave vijnë nga mjekësia tradicionale kinesë (moxibustione, agopuntura e përmbysja e jashtme, që kryhen vetëm në disa struktura. Mami të dhe gjinekologët e shërbimit mund të të shpjegojnë çfarë janë dhe mundësitë që ato të japin.

Çfarë ndodh pas lindjes në spital?

Në disa spitale është e mundur që fëmija të qëndrojë me ty 24orë mbi 24(rooming in), situatë kjo, që favorizon afrimin nënë-fëmijë dhe dhënien e gjirit. Fëmija vizitohet rregullisht nga pediatri, edhe kur qëndron me ty. Nëse nuk ka ndërlikime, kthimi në shtëpi

parashikohet midis 48 ose 72 orësh pas lindjes.

Në shumë konsultore parashikohet të paktën një vizitë falas të mamisë në shtëpi për të regjistruarat në Shërbimin Shëndetsor Kombëtar (SSN); në të gjitha konsultoret mund të kërkohet vizita e parë e pediatri që duhet të bëhet brenda muajit të parë të jetës.

Çfarë mund të bëj në rast dyshimesh kur kthehem në shtëpi pas lindjes?

Pranë Pikës së Lindjes dhe konsultores do të gësh personel të kualifikuar dhe të gatshëm që të jep përgjigje të qarta dhe sugjerime. Është e rëndësishme të kthehesh në konsultore rreth një muaji pas lindjes, mund të marrësh takim që nga momenti kur del nga spitali. Nëse pranë teje banojnë nëna që kanë lindur fëmijë, konsultohu me ato dhe informohu n.q.s. në zonën tënde gjendet një grup ndihme për nënat që japin gji.

Çfarë të drejtash kam si nënë e huaj?

Nëse je një jo-komunitare pa lejë qëndrimi, mund të tërheqësh një lejë qëndrimi për vete dhe për burrin, të vlefshme për gjithë periudhën e shtatëzanisë dhe për gjashtë muajt e parë pas lindjes, duke paraqitur në kuesturë certifikatën e shtatëzanisë që vërteton muajin e shtatëzanisë dhe kohën e mundshme të lindjes. Me këtë lejë qëndrimi mund të regjistrohesh në shërbimin shëndetsor, por nuk mund të rinovohet pas muajit të gjashtë pas lindjes. Të gjitha gratë e huaja, edhe pse vetëm në zotërim të taserës I HUAJ PERKOHESISHT I PRANISHEM (Tesera STP), kanë të drejtë që gjatë shtatëzanisë të bëjnë pranë konsultoreve, spitaleve publike dhe

strukturave të akredituara, analizat klinike dhe të laboratorit, vizitat e specializuara, kurset e shoqërimit drejt lindjes shtrimi në spital dhe kurimin nga sëmundjet e mundshme që mund të shfaqen pas lindjes.

Nëse je komunitare ose jo-komunitare me lejë të rregullt qëndrimi dhe jeton në kushte të vështira ekonomike, mund të verifikosh, pranë shërbimeve shoqërore të komunës ose të Entit Shëndetsor Lokal (AUSL), nëse ke të drejtë të përfitosh një ndihmë ekonomike. Nëse je komunitare ose jo-komunitare me leje qëndrimi te Komunitetit Europian (permesso di soggiorno CE) për kohë të gjatë, mund t'i drejtohesh shërbimeve shoqërore për të verifikuar nëse ke të drejtë për çekun e maternitetit.

ASISTENCA E PAS-LINDJES DHE AJO PEDIATRIKE



Është më mirë të japësh gjiri?

Qumështi i gjirit është ushqimi më i mirë për fëmijën, bën mirë për shëndetin, rritjen dhe zhvillimin e tij. Dhënia e gjirit forzon raportin nënë-foshnjë. Dhënia e gjirit bën mirë edhe për shëndetin e nënës.

Është i mjaftueshëm qumështi i gjirit për fëmijën?

Ushqimi vetëm me qumështin e gjirit është mënyra më e mirë e të ushqyerit në gjashtë muajt e parë të jetës së fëmijës, sipas të dhënave të Organizatës Botërore të Shëndetit (OMS) dhe të UNICEF-it; më pas mund t'i shtohet një

ushqim plotësues, por është mirë të vazhdosh t'i japësh gji fëmijës deri sa të jetë e mundur. OMS këshillon dhënien e qumështit të gjirit deri në dy vjeç.

Kur duhet të jap gji?

Është e mira t'i japësh fëmijës mundësinë e marrjes së gjirit sipas nevojave të tij, sepse kjo i garanton nënës që fëmija arrin të marrë të gjithë sasinë e qumështit që ka nevojë. Është e rëndësishme të dish që dhënia e gjirit stimulon prodhimin e qumështit.

Për ç'kurime ka të drejtë fëmija?

Fëmija ka të drejtë të kurohet nga pediatri si në rastin kur je e regjistruar në Shërbimin Shëndetsor Kombëtar (SSN), ashtu edhe kur ke taserën I Huaj Përkohësisht I Pranishëm (Tesera STP). Deri në moshën gjashtë vjeçare fëmija gëzon të drejtën për vizitat e specializuara, analizat laboratorike dhe analiza të tjera falas n.q.s. të ardhurat e tua ekonomike brute nuk kalojnë shifrën e përcaktuar nga ligji, shifër për të cilën mund të interesohesh pranë zyrës së taksimeve të ENTIT

SHENDETSOR LOKAL (AUSL-it.) Nëse ndodhesh në vishtirësi të mëdha ekonomike mund t'i drejtohesh asistencës sociale.

Përse duhet të zgjedh një pediatër?

Pediatri viziton falas fëmijën me kontrollë periodike, që nga momenti i lindjes dhe gjatë gjithë periudhës së rritjes. Të gjithë fëmijët në moshën 0-14 vjeç kanë të drejtë për asistencë pediatrike.

Si mund të zgjedh pediatrin/en?

Nëse ke një lejë qëndrimi të rregullt, për të zgjedhur pediatrin, mjafton që një nga prindërit, i pajisur me një dokument identiteti, të paraqitet pranë njësisë së vet shëndetsore dhe të vetëdeklarojë të dhënat e fëmijës. Në momentin e zgjedhjes së pediatrit, fëmija regjistrohet automastikisht në SSN dhe i jepet një kod shëndetsor personal ku shkruhet edhe pediatri që është zgjedhur.

Duke qenë e rëndësishme që raporti me pediatrin mbështetet në mirëbesim, prindërit mund të zgjedhin një ndër mjekët e shënuar

në listat e AUSL-it. Nëse je pa lejë qëndrimi të rregullt, nuk mund të formalizosh zgjedhjen e pediatrit, megjithatë fëmija yt ka të drejtë të kurohet në çdo ambulator, pranë çdo pediatri falas, duke fiksuar një takim.

Kur mund të kontaktoj pediatrin/en?

Pediatri viziton fëmijët në studion e tij pesë ditë në javë. Në rast se fëmija i sëmurë, që është i regjistruar në SSN dhe ka zgjedhur pediatrin, nuk mund të dalë nga shtëpia, është e mundur të kërkojë vizitën mjekësore në shtëpi. Në këtë rast, është pediatri që vlerëson domosdoshmërinë reale të kësaj vizite. Vizitat pediatrike në shtëpi, të mundura edhe ditën e shtunë, duhet të prenotohen brënda orës 10 në mënyrë që të kryhen gjatë gjithë ditës, nëse kërkesa bëhet pas orës 10, vizita kryhet brënda orës 12 të së nesërme. Sidoqoftë kërkesat urgjente kryhen mundësisht në një kohë të shpejtë.

Kush është roli i pediatrit lidhur me shëndetin e fëmijës tim?

Pediatri kujdeset tërësisht për shëndetin e fëmijës tënd, për këtë ai ka jo vetëm detyrën e diagnostikimit dhe kurimit të sëmundjeve, por edhe për detyrën shumë të rëndësishme të parandalimit. Për këtë arsye janë parashikuar disa vizita të quajtura 'peshore të shëndetit', që përmbledhin përveç vizitave normale, edhe kryerjen e disa analizave të veçanta (screening). Peshoret e shëndetit janë gjithsej 9 që duhen kryer në afate të caktuara për të cilat pediatri informon prindërit e fëmijëve që kuron.

Cilat janë vaksinat që duhet të bëjë fëmija im?

Vaksinimi këshillohet me forcë me qëllim që të ruhet shëndeti i fëmijës dhe ai i komunitetit. Në Itali ekziston një kalendar vaksinimi për fëmijët dhe për personat e regjistruar në SSN, që lajmërohen për kryerjen e vaksinave të parashikuara. Vaksinimi është falas edhe për imigratët e parregullt. Për informacione më të sakta drejtohu në konsultore.

MASAT E KUNDER FEKONDIMIT



Si mund të evitohet shtatëzaninë e padëshiruar?

Përdorimi i rregullt i kontraktivëve lejon të evitosh shtatëzaninë e padëshiruar, në këtë mënyrë mund të vendosësh kur dëshiron të kesh një fëmijë. Ekzistojnë mënyra të ndryshme kontraktivi dhe kanë efekt vetëm në periudhën që aplikohen rregullisht dhe nuk kanë pasoja negative për fekondimin e ardhshëm.

Cilët janë kontraktivët e disponueshëm në Itali?

- Preservativi
- Kontraktivi hormonal
- Spiraloja (kontraktivi IUD)
- Mënyrat natyrore

Çfarë është prezervativi dhe si përdoret?

Bëhet fjalë për një mënyrë kontraktive penguese, që është në formën e një farë këllëfi prej gome natyrore dhe që vesh organin mashkullor para marrëdhënies

seksuale për të evituar që sperma të derdhet në qafën e mitrës. Preservativi është i këshilluar veçanërisht për personat që kanë raporte seksuale të rastit dhe nuk kanë relacione të qëndrueshme. Preservativi është e vetmja mënyrë kontrceptive që përbën një mbrojtje të vlefshme nga sëmundje që trasmetohen seksualisht, nga të cilat; AIDS, epatite, sifilidi, gonorre. Përdorimi i prezervativit zvogëlon deri në 90% mundësinë e shtatëzisë. Para blerjes së prezervativëve, është e rëndësishme të kontrollohet cilësia, duhet bërë kujdes për datën e scadencës dhe mënyra e mbajtjes duke evituar mjediset me temperaturë të lartë.

Çfarë është kontrceptivi hormonal?

Bëhet fjalë për një mënyrë kontrceptive të përbërë nga doza të vogla hormonesh të marra në mënyrë të vazhdueshme dhe që, rregullisht të përdorura, zvogëlojnë deri në 99.9% mundësinë e një shtatëzanie. Bëjnë pjesë në këtë grup:

- kokrrat (pillola) që duhet të pihet çdo ditë. Mund të informohesh në konsultore si mund ta marrësh.

Çdo lloj ilaçi kokrre ka mënyrën e vet të përdorimit. Ekziston një lloj kokrre që mund të merret edhe në kohën kur i jepet gji fëmijës, pa asnjë efekt negativ për prodhimin e qumështit dhe për shëndetin e fëmijës. Shumica e kokrrave blihen me pagesë, ekzistojnë disa lloje kokrrash falas, receta e të cilave merret në konsultore;

- leukoplasti (cerotto), që ngjitet në lëkurë dhe ndërohet një herë në javë;
- unaza që vendoset në mitër dhe ndërohet një herë në muaj.

Për të blerë në farmaci llojet e ndryshme të kontrceptivëve hormonalë, është e nevojshme receta mjekësore, që mund ta kërkosht si në konsultore, ashtu dhe te mjeku i familjes falas.

Çfarë është spiralja (IUD) dhe si përdoret?

Spiralja (IUD) është një mjet plastik që gjinekologu vendos në mitër. Ka përmasa të vogla dhe një grua nuk e ndjen praninë e saj edhe gjatë marrëdhënieve seksuale. Vepron duke irrituar mukozën e mitrës në mënyrë që të pengojë implantimin

në mitër të vezës së fekonduar (embrionit). Nuk këshillohet për gratë e reja që nuk kanë lindur ende dhe nuk mbron nga sëmundje që trasetohen seksualisht. Spiralja ka një afat nga 3 deri në 5 vjet dhe zvogëlon deri në 98 % mundësinë e shtatëzisë. Për vendosjen, heqjen dhe për kontrollet periodike të nevojshme mund të drejtohesh në konsultore.

Çfarë janë mënyrat kontrceptive natyrale ?

Kjo mënyrë bazohet në ndërprerjen e marrëdhënieve seksuale tradicionale gjatë periudhës së ovulacionit të çdo cikli menstrual, pra në ditët afër ovulacionit. Llogaritja e ovulacionit mund të bëhet në mënyra të ndryshme, por jo gjithmonë është e besueshme edhe për shkak të ndryshimit të ciklit të menstruacioneve tek gratë. Për këtë arsye mënyrat natyrale kanë një efektshmëri të ulët si kontrceptive.

Edhe ndërprerja e bashkimit seksual para ‘prishjes’ është një mënyrë kontrceptive?

Ndërprerja e bashkimit seksual para

‘prishjes’, pra nxjerrja e organit mashkullor nga qafa e mitrës në momentin e ‘prishjes’, ka një efekt të dobët si masë kundër fekondimit, sepse në vetë lëngjet e lubrifikimit prodhuar nga mashkulli, në çastet e para të marrëdhënieve seksuale, mund të ndodhen spermatozomë të vlefshëm për fekondim.

Ç’duhet bërë nëse kam pasur marrëdhënie seksuale me rrezik shtatëzanie?

Duhet të shkosh sa më parë në konsultore (ose në urgjencë, ose tek mjeku i familjes) për një vizitë dhe për një recetë të mundshme të një kontrceptivi të ‘urgjencës’. Ka dy mënyra : a) kokrra (pillola) e ditës së nesërme (me përmbajtje ormonale) që duhet pirë maksimumi brënda 72 orëve nga raporti me rrezik shtatëzanie, që falimenton vetëm në 3% të rasteve dhe mund t’i jepet receta edhe një vajze nën 18 vjeç pa pasur nevojë që të informohen prindërit ; b) spiralja, që duhet vendosur brënda pesë ditëve nga raporti me rrezik shtatëzanie.

NDERPRERJA E VULLNETSHME E SHTATEZANISE (IVG)



Ç'duhet të bëj kur kuptoj që jam shtatëzane dhe nuk jam e bindur të mbaj fëmijën?

Mund të shkosh në konsultore ku do të gjesh një personel që do të të dëgjojë dhe do të të ndihmojë për zgjedhjen që do të bësh. Në rast se vendimi për të ndërprerë shtatëzaniën lidhet me motive ekonomike, familiare ose shoqërore,

do të të ndihmojnë për të verifikuar nëse shërbimet shoqërore mund të të japin ndihmë edhe ekonomike në mënyrë që të mbash dhe ta rritësh fëmijën.

Sidoqoftë, n.q.s. nuk mund të mbaj fëmijën, mund të dështoj në Itali?

Ligji italian (L. 194/1978) parashikon mundësinë e ndërprerjes

së shtatëzanisë brënda 12 javë dhe 5 ditëve të para të shtatëzanisë, absolutisht në anonimata dhe pa nevojshmërinë e mirëpëlqimit të partnerit. Abortimundtë kryhet vetëm në strukturat shëndetsore publike dhe të konvencionuara. Konsultorja u garanton asistencë edhe grave pa lejë qëndrimi të rregullt. Pas ditës së 90 të shtatëzanisë parashikohet ndërprerja vetëm për arsye terapeutike, d.m.th. kur vazhdimi i shtatëzanisë sjell si rrjedhojë një rrezik të madh për shëndetin psikofizik të gruas. Dështimi ilegal dhe i fshehtë, i bërë edhe duke marrë ilaçe ose substanca të tjera, mund të jetë i paefektshëm dhe i rrezikshëm për shëndetin e gruas.

Mund të bëj ndërprerjen e vullnetshme të shtatëzanisë nëse jam më e vogël se 18 vjeç?

Nëse që të dy prindërit janë të informuar, mjafton autorizimi nga ana e tyre. Nëse nuk i ke prindërit ose nuk do t'i informosh, është e nevojshme të shkosh në konsultore ku, asistentja sociale do të të ndihmojë për praktikën e autorizimit të gjykatësit tutelor.

Ç'duhet të bëj për të ndërprerë shtatëzani (IVG)?

Pasi të kesh bërë një test shtatëzanie në laborator, mund të shkosh në konsultore për të kryer një vizitë, në mënyrë që të saktësosh javën e shtatëzanisë. Pas verifikimit të arsyeve për vendimin e marrë, vlerësimit të alternativave të mundshme dhe masave kontrceptive për të ardhmen, të jepet, në prani të një dokumenti identiteti të vlefshëm, një certifikatë për të kryer IVG. Kjo certifikatë të lejon të rezervosh ndërhyrjen pranë një strukture spitalore duke u nisur nga dita e shtatë pas lënies së saj. Ndërhyrja kryhet në anonimata absolut. Rreth një muaji pas ndërhyrjes, është e rëndësishme të kthehesh në konsultore për të bërë një vizitë kontrolli. Edhe pas lëshimit të certifikatës mjekësore e deri në çastin e ndërhyrjes, ke megjithatë mundësi, në çdo moment, të anulosh vendimin tënd e të rikthehesh në konsultore që të këshillohesh me personelin.

Çfarë rreziqesh sjell ndërprerja (IVG) për shtatëzaninë e ardhshme?

Kryerja e ndërprerjes së shtatëzanisë (IVG) nuk përjashton mundësinë për të pasur fëmijë në të ardhmen, megjithatë nuk duhet konsideruar si një mënyrë kontraceptivi, sepse përsëritja e vazhdueshme dëmton shëndetin e gruas.

Çfarë mund të bëj nëse nuk mundem dot të mbaj fëmijën, por nuk dua të dështoj?

Ligji italian (L. 127/1997) lejon

mosnjohjen e fëmijës tände pa asnjë rrezik sinjalizimi tek autoritetet dhe mund të lindësh në spital pa deklaruar emrin tënd. Fëmija do të jepet në adoptim një familjeje që shumë shpejt do të fillojë të kujdeset për të. Megjithatë ke dhjetë ditë kohë ta njohësh fëmijën, në rast se ndryshon ide dhe vendos që ta mbash. Në Toskanë ekziston Projekti Nëna e Fshehtë (**Mamma Segreta**) që ndihmon nënat që kanë vendosur mosnjohjen e fëmijës.



PARANDALIMI ONKOLOGJIK



Krahina e Toskanës parashikon 3 programe kontrollesh falas: për tumoret në qafën e mitrës (që bëhet nëpërmjet kryerjes së pap-testit); për tumoret në gji (që bëhet nëpërmjet kryerjes së mamografisë); dhe për tumoret në zorrën e trashë (që kryhet nëpërmjet analizave të gjakrave të mbledhura në jashtëqitje, parashikuar si për meshkujt edhe për femrat nga moshën 50 deri në 70 vjeç). Nëse je rezident do të marrësh direkt në shtëpi ftesën me takimin e

fiksuar për kryerjen e testit, mund të ndërrosh datën e analizës duke telefonuar numrit që është shkruar në letrën e ardhur. Në rast se je në moshën e këshilluar për kryerjen e këtyre kontrolleve dhe nuk të ka ardhur asnjë ftesë në shtëpi, mund t'i drejtoresh konsultores ose të **telefonosh direkt numrit të gjelbër 800556060**.

Çfarë është kontrolli' screening'?

Kontrolli screening onkologjik ka si

objektiv të zbulojë ndryshime që me kalimin e kohës, nëse nuk gjenden dhe kurohen, mund të sjellin zhvillimin e një tumori.

Cilat gra thirren për të kryer këto analiza?

Pap-test. Janë të ftuara të kryejnë pap-testin të gjitha gratë italiane dhe të huaja me lejë qëndrimi të rregullt në Itali, me moshë nga 25 deri në 64 vjeç. Pas analizës së parë, n.q.s. përgjigjia është negative, riftohesh ta përsërisësh çdo tre vjet nëse je nga 25 deri në 64 vjeç.

Mamografia. Janë të ftuara të kryejnë mamografinë të gjitha gratë italiane dhe të huaja me lejë qëndrimi të rregullt në Itali me moshë nga 50 deri në 70 vjeç.

Çfarë është kjo analizë?

Pap-test. Është një analizë e thjeshtë dhe pa dhembje. Kryhet nga operatori, i cili me anën e një shpatulle dhe të një furçe tërheq materialin e pranishëm në qafën e mitrës, e vendos në një qelq dhe e dërgon në laborator për ta analizuar.

Mamografia. Është një radiografi

e gjirit që përdor doza të rezeve X shumë të dobëta dhe aspak të dëmshme për shëndetin. Është një analizë e thjeshtë dhe e shpejtë që zgjat jo më shumë se gjysëm ore.

Ç'do të thotë në rast se më thërrasin për...?

Pap-test. Nëse testi zbulon ndryshime, ndërmarja shëndetsore lokale(AUSL.i) të rifton të kryesh një analizim më të imtë nëpërmjet një analize tjetër (kolposkopia).

Mamografia. Mund të thirresh sepse rezultati i radiografisë sygjeron që janë të nevojshme analiza të mëtejshme. Nganjëherë mjafton thjesht të përsëritësh mamografinë, në raste të tjera është e nevojshme të kryesh një ekografi ose marrje e një pjese të vogël të materialit (biopsia ose gjilpëra e “aspiruar”). Megjithatë, rithirrja nuk duhet të të alarmojë, sepse nuk nënkupton automatikisht praninë e një tumori; në fakt acarimet fillimisht të dyshimta, përjashtohen nga rezultatet e analizave të mëtejshme. Është e rëndësishme pra, të përfundosh të gjithë ciklin diagnostik për të saktësuar gjendjen e shëndetit tënd.

Kjo analizë mund të parandalojë tumorin?

Pap-test. Pap-testi i kryer rregullisht është mënyra më e mirë për të zbuluar para kohe ndryshimet në brendësi të mitrës. Zbulimi dhe kurimi në kohë parandalojnë zhvillimin e një tumori në shumicën e rasteve, por jo në të gjitha. Duhet të dish se janë disa faktorë që mund të shtojnë rrezikun e tumorit, si p.sh. marrëdhëniet me shumë partnerë, jetesa në kushte të këqija sociale dhe ekonomike etj...

Mamografia. Nënshtrimi i rregullt i mamografisë është një nga mënyrat më të mira për të zbuluar në kohë ndryshimet në gji. Gjithashtu është i rëndësishëm vrojtimi dhe vetëprekja e gjirit, duke bërë kujdes për ngurtësimet, nyjzave, ndryshimet e lëkurës apo dalja e lëngjeve nga koka e gjirit, dhembje. Lajmëroni menjëherë mjekun ose konsultoren për anomalitë që keni vërejtur. Nëse keni pasur raste të tumorit në gji në familje, është e këshillueshme të

kryhet mamografia para moshës së lartpërmëndur.

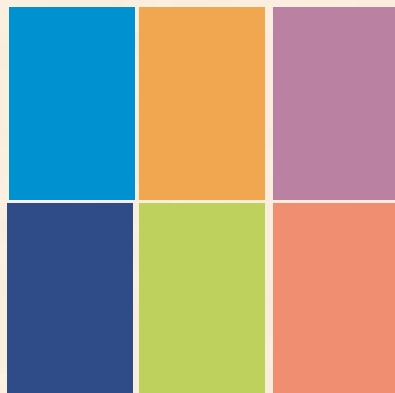
Ç'është menopauza dhe ç'duhet bërë kur shfaqet?

Menopauza (ndërprerja e menstruacioneve) nuk është një sëmundje, por përfaqëson një moment fiziologjik absolutisht normal që tek gruaja shënon pëfundimin e periudhës së fekondimit. Në fakt, pasoja më e dukshme është ndërprerja e menstruacioneve. Në shumicën e rasteve menopauza shfaqet rreth 50 vjetëve dhe normalisht moshë mesatare lëkundet nga 45 deri në 53 vjeç. Kur hyn në këtë fazë skeleti fillon të dobësohet duke të paraqitur rrezik frakturash (osteoporozë) dhe shtohet rreziku i sëmundjeve të enëve të gjakut dhe të tumoreve në gji. Është e rëndësishme t'i drejtohesh konsultores për të mbajtur nën kontroll gjëndjen tënde të shëndetit.

Shërbimi shëndetësor në Itali : për të ditur më tepër.	
SSN SHËRBIMI SHËNDETSOR NACIONAL	Shërbimi Shëndetësor Nacional është një bashkësi strukturash që tutelon shëndetin e njeriut, ku mund të gjejsh asistencë dhe kurime.
AUSL NDËRMARRJA SHËNDETSORE LOKAL	Ndërmarrja shëndetësore lokale organizon dhe drejton shërbimin shëndetësor në territore të ndryshme të krahinës, lidhur me ndërhyrjet për parandalimin, diagnostikimit dhe të terapive.
TESERA STP I HUAJ PËRKOHESI-SHT I PRANISHËM	Edhe një grua e huaj pa lejë të rregullt qëndrimi, mund të gëzojë asistencën shëndetësore duke kërkuar taserën STP. Mund të kërkoesh taserën STP në AUSL-in më të afërt ose në konsultore. Tesera STP ka vlerë për 6 muaj, mund të shtyhet afati në vendin ku është marrë për herë të parë dhe është e vlefshme për të gjithë territorin nacional. Nuk ka asnjë rrezik të shkosh në strukturat publike shëndetësore: nuk denoncohesh tek autoritetet e policisë.
PIKAT E LINDJES (Punti Nascita)	Pikat e Lindjes (Punti Nascita) janë struktura spitalore që kurojnë nënën në momentin e lindjes duke garantuar të gjithë sigurinë. Në Toskanë janë 34 Pika Lindje (Punti Nascita).

Për t'u regjistruar në SSN	
N.q.s je e huaj extra-komunitare me lejë të rregullt qëndrimi- permesso di soggiorno ose carta di soggiorno?	Mund të shkosh te ndërmarrja shëndetësore me këto dokumenta: <ul style="list-style-type: none"> • Autoçertifikatë të të dhënave personale dhe të rezidencës. • Permesso di soggiorno ose Carta di soggiorno të dorëzuara nga Questura ose në mungesë të këtyre, riçevutën e kërkesës për shtyrjen e afatit të permesso di soggiorno. • Kodi fiskal (Codice fiscale) • Librezë shëndetësore n.q.s. vjen nga një ndërmarrje tjetër shëndetësore..
Je një e huaj komunitare?	Mund të shkosh te ndërmarrja shëndetësore me këto dokumenta: <ul style="list-style-type: none"> • Autoçertifikatë të të dhënave personale • Çertifikatë e rezidencës ose autoçertifikatë në të cilën rezulton rezidenca ose vendbanimi në territorin e AUSL-it • Kontratë të punës (n.q.s je punonjëse e varur) ose regjistrimi në Dhomën e Tregëtisë (n.q.s je punonjëse e pavarur, ose regjistrimi në listat e Qëndrës së Punës si e papunë (d.m.th që ke humbur një punë të mëparshme) ose mbajtëse e një prej këtyre formularëve të dhëna nga strukturat shëndetësore të vendeve të originës: E106, E109, E121, E120. • Gjëndja familjare n.q.s qytetarja komunitare është në ngarkim të një qytetari italian ose në ngarkim të një qytetari komunitar punonjësi i varur apo i pavarur • Kodi fiskal (Codice fiscale)
N.q.s. Je e huaj në rregull me normativat e hyrjes dhe të qëndrimit?	<ul style="list-style-type: none"> • Ke të njëjtën të drejtë të shërbimeve të SSN. Rreth kësaj asistence janë të garantuara në veçanti tutelimi i shtatëzanisë dhe i fëmijëve. Për të pasur këto shërbime kërko Taserën STP.

Ndërmarrjet shëndetësore dhe të spitaleve	Numrat telefonike Pronto shëndeti
AUSL 1 Massa and Carrara	800 565509
AUSL 2 Lucca	800 869143
AUSL 3 Pistoia	800 861213
AUSL 4 Prato	800 017835
AUSL 5 Pisa	800 221290
AUSL 6 Livorno (Leghorn)	800 016009
AUSL 7 Siena	0577 586047
AUSL 8 Arezzo	0575 254000
AUSL 9 Grosseto	800 320651
AUSL 10 Firenze (Florence)	840 003003
AUSL 11 Empoli	0571 7051
AUSL 12 Viareggio	800 297211
Azienda Ospedaliera Universitaria Pisana (Pisa Hospital)	800 015877
Azienda Ospedaliera Universitaria Senese (Siena Hospital)	0577 585137
Azienda Ospedaliera Universitaria Careggi (Careggi Hospital)	840 003003
Azienda Ospedaliera Universitaria Meyer (Meyer Children's Hospital)	055 5662332



www.salute.toscana.it

