



# تنظيم الأسرة يخدم مصلحتك أنت الخيار بيدك. لتنظيم وقتك.

## خدمات تنظيم الأسرة والصحة الجنسية السرية

### الأسئلة المتكررة للمراهقين تحت سن 18 عامًا في مدينة نيويورك

ربما تعرف شخصًا تلقى المساعدة عندما ظنَّ أنه مصاب بعدوى منقولة جنسيًا (STI)، أو عندما كان حاملًا. ربما زار هذا الشخص واحدة من العيادات الكثيرة التابعة لبرنامج تنظيم الأسرة (Family Planning Program) في ولاية نيويورك. نحن نقدم خدمات تنظيم الأسرة والعديد من الخدمات الأخرى.

لا يقتصر تنظيم الأسرة على صحتك الإنجابية أو التخطيط لتكوين أسرة فحسب، بل يتعلق الأمر بصحتك الجنسية أيضًا. إذا كنت بحاجة إلى نصيحة سرية، فيمكننا مساعدتك.

تتضمن خدماتنا:

- وسائل تنظيم النسل
- الفحوصات الصحية المنتظمة
- الواقيات الذكرية المجانية
- الاختبارات المتعلقة بالعدوى المنقولة جنسيًا (STI) والعلاج منها
- اختبارات الحمل



## 1. كيف يمكنني الحصول على نصيحة سرية؟

قُم بزيارة أحد مكاتب برنامج تنظيم الأسرة أو استخدم خدمة الرعاية الصحية عن بُعد. تتيح لك خدمة الرعاية الصحية عن بُعد التواصل مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بك دون الذهاب إلى مكتبه. يوفر العديد من مكاتب تنظيم الأسرة في ولاية نيويورك هذا الخيار، فعند الاتصال بالعيادة، يمكنك الاستفسار عما إذا كانت خدمة الرعاية الصحية عن بُعد متوفرة أم لا. وفي أثناء جلسة الرعاية الصحية عن بُعد، تستطيع التحدث إلى مقدم الرعاية الصحية عبر الهاتف أو الكمبيوتر، ويمكنك استخدام الفيديو أيضًا.



يمكنك العثور على برنامج تنظيم الأسرة القريب منك على [health.ny.gov/familyplanning](http://health.ny.gov/familyplanning) أو مسح رمز الاستجابة السريعة (QR) ضوئيًا:

## 2. هل يمكنني الحصول على هذه الخدمات إذا لم يكن لدي تأمين صحي؟ هل هناك برامج يمكن أن تساعدني في الدفع؟

لست بحاجة إلى تأمين صحي للحصول على خدمات برنامج تنظيم الأسرة في ولاية نيويورك. تقدّم الخدمات مجانًا أو بتكلفة منخفضة حسب دخلك. ويمكنك أيضًا التحدث إلى مقدم الرعاية الصحية في منطقتك حول خيارات التأمين المتاحة. ويشمل هذا برنامج مزايا تنظيم الأسرة (Family Planning Benefit Program)، الذي يوفر تغطية للعديد من خدمات تنظيم الأسرة.

## 3. كيف يمكن للبرنامج أن يدعم حالتي الصحية؟

يقدم لك البرنامج الدعم دون إطلاق أي أحكام. ونحن نسدي مشورة موثوقة وسرية وغير متحيزة حول كل ما يتعلق بالصحة الجنسية والإنجابية. توفر العيادات استشارات خاصة بالصحة الإنجابية معدّة خصيصًا لتلبية احتياجاتك الشخصية. إذا كانت لديك أي أسئلة أو شواغل، فاتصل بأقرب عيادة لتنظيم الأسرة للحصول على مزيد من الإرشادات.

## 4. ما خيارات تنظيم النسل المتاحة للمراهقين؟

نقدم العديد من الوسائل، بما يشمل:

- حبوب تنظيم النسل
- الواقيات الذكرية
- لاصقة منع الحمل
- اللولب الرحمي (Intrauterine Device, IUD)
- وسائل منع الحمل الطارئة، والمعروفة باسم "حبوب صبيحة الجماع"

## 5. هل تظل زياراتي ومعلوماتي سرية عن والديّ أو أولياء أمري؟

في ولاية نيويورك، لا يحتاج المراهقون دون سن 18 عامًا إلى إذن من الوالدة(ة) أو ولي(ة) الأمر لإجراء اختبارات الحمل، أو الحصول على وسائل تنظيم النسل، أو إجراء اختبار العدوى المنقولة جنسيًا (STI)، أو تلقي خدمات تنظيم الأسرة أو خدمات الصحة الجنسية والإنجابية. لذا، دائمًا ما نتصّحك العيادات باستشارة شخص بالغ موثوق به، ولكن القرار في ذلك قرارك.

ستظل معلوماتك سرية، ما لم ترغب في مشاركتها مع شخص آخر، مثل الوالدة(ة) أو ولي(ة) الأمر أو شريك(ة) أو أي شخص بالغ موثوق به، أو إذا كان مقدم الرعاية قلقًا بشأن سلامتك



أو صحتك. إذا كان لديك تأمين صحي من خلال الوالدة) أو ولي(ة) الأمر، ولكنك لا ترغب في استخدامه لأسباب تتعلق بالخصوصية، فتحدث إلى موظفي العيادة. فبإمكانهم أن يخبروك بكيفية الحصول على خدمات تنظيم الأسرة بنفسك، وكيفية الحفاظ على سرية زيارتك.

## 6. هل يمكنني الحصول على وسائل تنظيم النسل دون موافقة الوالدين؟

نعم، يمكن للمراهقين دون سن 18 عامًا الحصول على وسائل تنظيم النسل من دون موافقة الوالدين في ولاية نيويورك. وينطبق هذا أيضًا على أي عيادة لتنظيم الأسرة ممولة من برنامج الباب العاشر الفيدرالي المعني بشؤون تنظيم الأسرة.

## 7. ماذا يجب أن أفعل إذا كانت تراودني شكوك بأنني مصاب بعدوى منقولة جنسيًا (STI)؟

احجز موعدًا لإجراء اختبار العدوى المنقولة جنسيًا (STI) السري في عيادة تابعة لبرنامج تنظيم الأسرة في ولاية نيويورك. إذا لم تكن هناك عيادة قريبة منك، فيمكنك الحصول على المساعدة من خدمات الرعاية الصحية الجنسية والإنجابية (Sexual and Reproductive Health Care Services). يمكن العثور على هذه الخدمات في صفحة دليل مقدمي خدمات الرعاية الصحية الجنسية (NYS Sexual Health Care Provider Directory) في ولاية نيويورك عبر الرابط [nyc.gov/site/doh/health/health-topics/sexual-health.page](http://nyc.gov/site/doh/health/health-topics/sexual-health.page)

## 8. ما نوع خدمات العدوى المنقولة جنسيًا (STI) المقدمة؟

يمكنك إجراء مجموعة كاملة من اختبارات العدوى المنقولة جنسيًا (STI) في إحدى عيادات برنامج تنظيم الأسرة. سيتحدث إليك مقدمو الرعاية حول خيارات الوقاية والحماية، مثل الواقيات الذكرية ودواء PrEP الذي يقي من الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية (HIV)، أو العلاج الوقائي قبل التعرض (pre-exposure prophylaxis). هذا هو الدواء الذي يمكنه الوقاية من فيروس نقص المناعة البشرية (HIV) عند تناوله بانتظام. ويمكنهم أيضًا التحدث إليك بشأن دواء PEP الذي يقي من فيروس نقص المناعة البشرية (HIV) أو العلاج الوقائي بعد التعرض (post-exposure prophylaxis). هذا هو الدواء الذي يمكنه الوقاية من فيروس نقص المناعة البشرية (HIV) عند تناوله في غضون 72 ساعة من التعرض.

يمكنك أيضًا أن تسأل طاقم العيادة عن الوقاية بعد التعرض باستخدام دوكسيسيسكلين (Doxycycline Post-Exposure Prophylaxis, Doxy-PEP) ومعالجة الشريك المُستعجلة (Expedited Partner Treatment, EPT).

- DoxyPEP هو وسيلة استباقية لمنع الإصابة بالعدوى المنقولة جنسيًا (STI). يتناول الشخص جرعة واحدة قدرها 200 ملجم من المضاد الحيوي "دوكسيسيسكلين" في غضون 72 ساعة من ممارسة الجنس من دون واقٍ ذكري. يقلل هذا الدواء من خطر الإصابة بالعدوى المنقولة جنسيًا (STI) البكتيرية، مثل الكلاميديا، والسيلان، والزهري.
- تتيح معالجة الشريك المُستعجلة (EPT) لمقدمي الرعاية الصحية وصف دواء أو كتابة وصفة طبية للمرضى الذين تم تشخيص إصابتهم بالكلاميديا و/أو السيلان و/أو التريكوموناس من أجل إعطائها لشركائهم الجنسيين. وبذلك، يتمكن الشركاء من تلقي العلاج أيضًا دون الحاجة إلى إجراء فحص طبي.



## 9. كيف يمكنني اختيار وسيلة تنظيم النسل المناسبة لي؟

يمكن لمقدم الرعاية الصحية التابع لبرنامج تنظيم الأسرة مساعدتك على اتخاذ القرار المناسب. ويمكنه إرشادك بشأن طريقة استخدام كل وسيلة من وسائل تنظيم النسل، وإخبارك بالوسيلة الأنسب، وتأثيراتها الجانبية المحتملة. لحسن الحظ، معظم مقدمي الخدمات لدينا يقدمون خدمات مماثلة يوميًا لأشخاص يخوضون تجربتك ذاتها. لذا، سيكونون منفتحين جدًا للتحدث معك حول جميع الخيارات المتاحة لك.

## 10. هل تتوفر وسائل منع الحمل الطارئة في عيادات برنامج تنظيم الأسرة؟

تتوفر وسائل منع الحمل الطارئة، التي تسمى أحيانًا "حبوب صبيحة الجماع"، في العيادات والعديد من الصيدليات. وكلما كان تصرفك سريعًا، ظل بإمكانك منع حدوث الحمل حتى لو مارست الجنس دون استخدام وسائل تنظيم النسل، أو كانت وسيلة تنظيم النسل التي تستخدمينها غير فعالة، أو إذا تعرضت لاعتداء جنسي. تُعد وسائل منع الحمل الطارئة إحدى وسائل تنظيم النسل التي يمكن استخدامها خلال 3 إلى 5 أيام بعد ممارسة الجنس. يمكنك الاتصال بعيادة تنظيم الأسرة في منطقتك لمناقشة الخيارات المتاحة لك.

## 11. كيف يمكنني التحدث إلى شريكى (شركائي) حول ممارسة الجنس الآمن ووسائل منع الحمل؟

تحدث إلى شريكك (شركائك) حول الأساليب التي تناسبكما. من الضروري لضمان حياة جنسية صحية أن تتواصل بصدق وانفتاح مع شريكك حتى يفهم كل منكما احتياجات الآخر. ندرك أنه قد يكون من الصعب التحدث عن الجنس. لذا، إذا كنت بحاجة إلى مساعدة أو لديك شواغل بشأن صحتك الجنسية، فإن خدمات الاستشارة متاحة في عيادات برنامج تنظيم الأسرة في ولاية نيويورك.

## 12. ماذا يجب أن أفعل إذا كنت قلقًا بشأن سلامتي؟

إذا كنت تشعر بعدم الأمان، فمن المهم أن تطلب الرعاية أو الاستشارة. يمكنك اختيار تلقي الرعاية من عيادة برنامج تنظيم الأسرة في منطقتك أو من مقدم رعاية أولية آخر.

إذا كنت ضحية اعتداء جنسي أو إساءة جنسية، فسيتوفر لك بعض الموارد. لمزيد من المعلومات، اتصل بالخط الساخن الخاص بالعنف الجنسي والعنف المنزلي في ولاية نيويورك (NYS Sexual & Domestic Violence Hotline) على الرقم 1-800-942-6906 أو أرسل إليه رسالة نصية إلى الرقم: 1-844-997-2121.

يدعم برنامج الباب العاشر (Title X Program) الفيدرالي برنامج تنظيم الأسرة في ولاية نيويورك. إن المحتوى الوارد هنا لا يمثل بالضرورة وجهات النظر الرسمية لحكومة الولايات المتحدة.

لمزيد من المعلومات، يرجى زيارة الرابط [opa.hhs.gov](http://opa.hhs.gov)



Department  
of Health