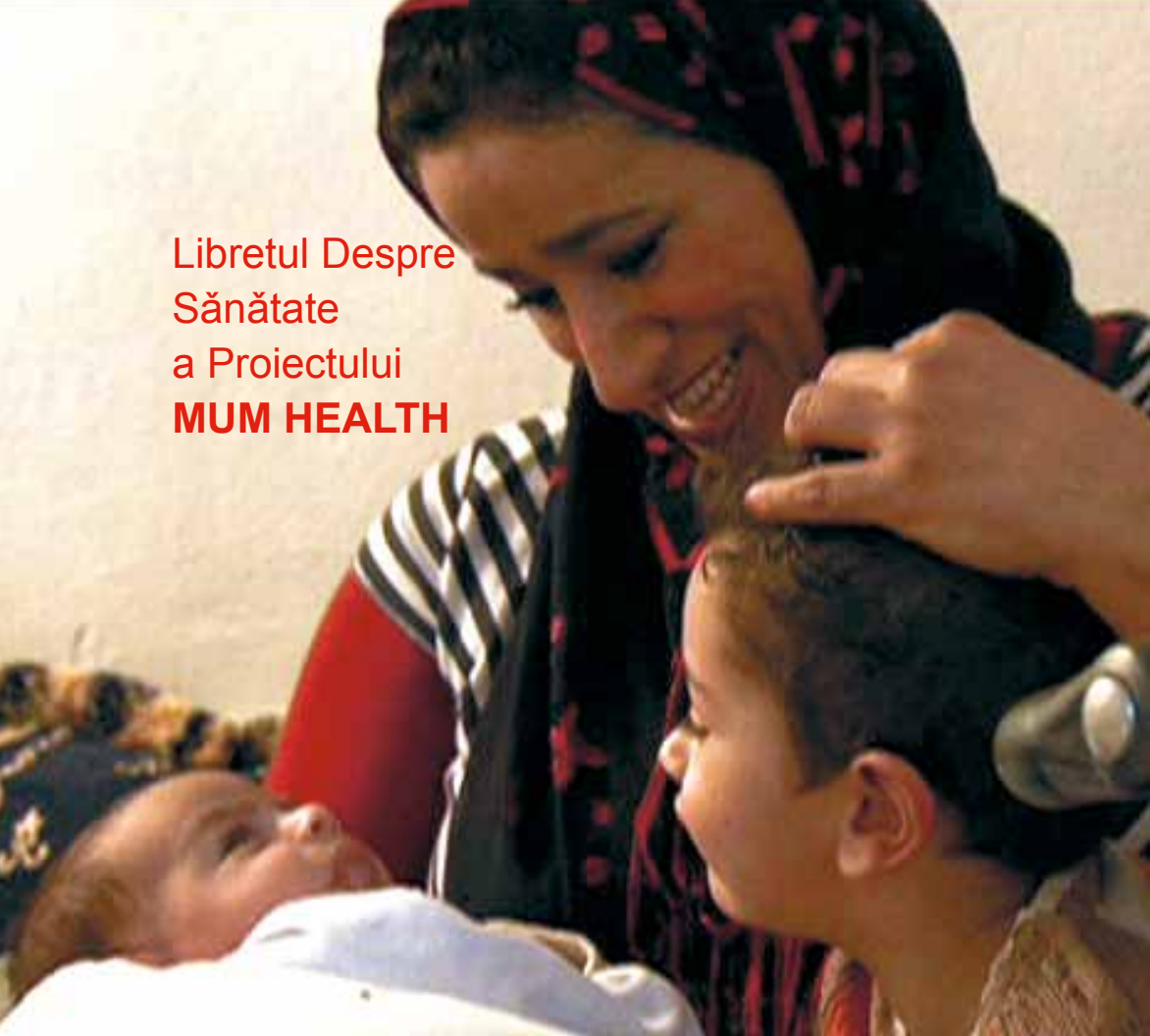




Regione Toscana

Diritti Valori Innovazione Sostenibilità

Libretul Despre  
Sănătate  
a Proiectului  
**MUM HEALTH**



**LIBRETUL DESPRE  
SĂNĂTATE A  
PROIECTULUI  
MUM HEALTH**

Mulțumiri femeilor și bărbaților migranți,  
mediatorilor, traducătorilor și operatorilor  
regiilor sanitare pentru colaborare.

*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

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

Traduttore: Catalina Mihaela Diaconescu  
Revisione: Ingrid Tveleniuc  
© 2007 L'Albero della Salute  
[www.alberodellasalute.org/mh.asp](http://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

**SUMAR**

3

**Dispensarul**

6

**Parcursul pentru naștere /  
Sarcina și nașterea**

11

**Asistența de după naștere  
și pediatrică**

14

**Contracepția**

17

**Înteruperea voluntară  
de sarcină (IVG)**

20

**Prevenția oncologică**

## DISPENSARUL



### Ce este dispensarul?

Este un serviciu prezent pe teritoriu, creat pentru a tutela și promova sănătatea psiho-fizică și socială – cea care se referă la corp, la modul de a simți și de a relaționa cu mediul extern – a femeilor, a cuplurilor, adolescenților, copiilor atât italieni cât și străini.

Chiar și femeile străine care nu au un permis de ședere au dreptul să beneficieze de serviciile dispensarului. Accesul la dispensar și la serviciile sale este gratuit, cu excepția unor prestări ginecologice de specialitate pentru care poate fi prevăzut plata unui tichet.

## Pentru care probleme mă pot adresa la dispensar?

- Sarcină
- Asistența după naștere și sprijinul pentru alăptare
- Contracepție
- Întreruperea Voluntară a Sarcinei (IVG)
- Prevenirea tumorilor (testul Papanicolaou)
- Educație afectivă și sexuală
- Tulburări ale comportamentului alimentar
- Mediere familială pentru a da un sprijin în situații de separare și divorț
- Fertilitate, infertilitate
- Încredințări și adopții
- Violență și maltratamente asupra femeilor și minorilor, atât în ceea ce privește agresiunile corporale cât și cele ce privesc modul de a gândi, de a simți, de a avea emoții și sentimente (de exemplu constrângeri de a face sau de a suporta împotriva voinței proprii acte sexuale de diverse tipuri sau forme de control și intimidări)
- Sprijinirea cuplurilor și familiilor care se găsesc în condiții socio-econo-

mice dificile

- Dificultăți psihologice, adică situații în care se manifestă o suferință sau neliniști în raport cu noi înșine și/sau cu alții în anumite momente ale vieții (adolescența, sarcina, ...)
- Vaccinări pediatrice și pediatria de comunitate
- Boli cu transmitere sexuală
- Menopauza
- Consultanță legală
- Consultanță pentru nașterea în anonim (Mama Secretă)

## Cine lucrează în dispensar?

În dispensar se găsește o echipă de muncă ce are competențe diverse: sanitare, psihologice și sociale. În anumite dispensare sunt prezenți mediatorii culturali ce ajută persoanele străine să se orienteze în serviciile sanitare și practicile terapeutice diverse de cele prezente în țările de origine și să faciliteze reciproca înțelegere cu operatorii socio-sanitari.

## Ce trebuie făcut pentru a putea avea acces la dispensar?

Toate persoanele pot să meargă la dispensar fără rezervare și fără o pre-

scriere medicală. Este posibil să se efectueze un colocviu cu personalul dispensarului în aceeași zi și să găsiți un răspuns adecvat propriilor nevoi, având posibilitatea să fixați și vizite dacă sunt necesare.

Anonimatul este garantat ca și secretul profesional. În plus, legea interzice personalului să denunțe situațiile de clandestinitate.

Este posibil să vă adresați dispensarului chiar și dacă nu cunoașteți

normativa și regulile de funcționare: personalul prezent vă va ajuta să înțelegeți propriile drepturi și îndatoriri. (Lista dispensarelor care se găsesc în Toscana este prezentată la sfârșitul documentului.)

### **Care sunt serviciile socio-sanitare cu care dispensarul colaborează?**

Dispensarul colaborează cu toate serviciile teritoriale și spitalicești.



## PARCURSUL PENTRU NAȘTERE/SARCINA ȘI NAȘTEREA



### **Ce trebuie să fac dacă cred că aștept un copil?**

Dacă menstruațiile nu ajung în perioada prevăzută, dacă pierderile sunt foarte reduse sau în orice fel diverse față de cele precedente, este posibil ca tu să fii însărcinată. Uneori pot fi și alte semnale, ca de exemplu starea de greață de dimineață, voma și stimulul frecvent de a urina.

Pentru a avea confirmarea, trebuie să faci testul de sarcină în laborator. Tutela sarcinii este un drept al tuturor femeilor.

### **La cine mă pot adresa dacă aștept un copil?**

Poți să mergi la dispensar unde îți va fi dat carnetul de sarcină, prezentând certificatul de sarcină eliberat de că-

tre medicul ginecolog sau de către medicul de familie. Carnetul de sarcină este necesar pentru efectuarea vizitelor și examenelor periodice prevăzute pe toată perioada gestației, între acestea fiind și 3 ecografii. Toate examenele incluse în carnet sunt gratuite și garantează tutela sarcinii. Este important să aveți la dumneavoastră carnetul când vor fi făcute controalele și să păstrați rezultatele examenelor în mapă.

### **Cum trebuie să mă comport în timpul sarcinii?**

În timpul sarcinii ar trebui să eviți stresul excesiv, să nu faci munci grele, mai ales nocturne, să faci mai multe pauze și să dormi mai mult. O alimentație sănătoasă și variată este importantă, în special cu multe fructe și verdețuri proaspete și bine spălate, carne și pește bine preparate și evitați să mâncați prea multe salamuri, prăjeli și dulciuri. Este foarte important să bei multă apă, să nu fumezi și să nu consumi băuturi alcoolice. Medicamentele trebuie, în mod exclusiv, să fie luate doar dacă au fost indicate de către medic.

### **Pot continua să muncesc în timpul sarcinii?**

Legea italiană (d. lgs. 151/2001) tutelază angajatele cu contract de muncă subordonat și legal prevăzând că:

- nu pot fi concediate pe timpul sarcinii și până la împlinirea unui an al copilului;
- au dreptul să lipsească de la muncă în ultimele două luni de sarcină și în cele trei luni succesive nașterii copilului, fiind retribuite (sau în ultima lună și în primele patru luni după naștere);
- pot să suspendeze munca în mod anticipat în cazul în care condițiile de muncă sunt periculoase pentru sănătatea mamei și a copilului sau dacă în timpul sarcinii se prezintă probleme de sănătate pentru ei.

### **Ce trebuie să fac dacă am dubii în timpul sarcinii?**

Corpul tău se va schimba chiar din primul moment: dacă ai dubii nu aștepta, adresează-te obstetricianului din dispensar.

**Ce este "diagnoza pre-natală", adică toată seria de aprofundări care, în limbajul medic, cuprinde examenul vilozității coriale (a placentei), dublul test, amniocenteza?**

Toate acestea sunt examene care se efectuează în primele luni de sarcină pentru a identifica în mod precoce posibile anomalii și malformații ale copilului. Nu sunt obligatorii și sunt gratuite doar în anumite cazuri. Efectuarea acestor examene poate provoca, în mod involuntar, pierderea copilului, chiar dacă acest risc este foarte scăzut.

**Pot să frecventez întâlnirile de sprijin pentru naștere?**

Dispensarul organizează cursuri de sprijin pentru naștere și pentru perioada de după naștere gratuite pe care le poți frecventa chiar dacă ai migrat în mod neregular.

Aceste cursuri furnizează informații ce privesc nașterea din punct de vedere fizic și psihologic, tehnici ce te pot ajuta în limitarea durerii din timpul travaliului și al nașterii, alimentația, alăptarea și tot ceea ce privește îngrijirea copilului. Participarea ta la

aceste cursuri este prețioasă pentru că sunt un loc de întâlnire unde mamele pot schimba între ele informații și pot crea prietenii.

**Unde și cum pot să nasc?**

Poți să alegi locul unde vrei să naști, în mod gratuit, în siguranță și respectând cultura ta, în unul dintre Punctele pentru Naștere prezente în Toscana, ce sunt structuri spitalicești echipate pentru naștere. Pot fi puse în practică modalități diverse pentru a naște: nașterea întinsă pe pat; nașterea activă, în care poți să-ți alegi poziția pe care o preferi și în care reușești să-ți gestionezi mai bine durerea și oboseala; nașterea în apă și nașterea cu analgezie (epidurală) ce permite controlarea durerii rămânând în același timp conștientă pe toată perioada nașterii. Poți cere personalului dispensarului și al Punctului pentru naștere care sunt posibilitățile active în structura în care vei merge. În timpul travaliului și al nașterii alături de tine poate să rămână o persoană aleasă de către tine. În anumite cazuri este posibil ca nașterea să fie făcută în casă, dar



Înainte riscurile trebuie să fie evaluate împreună cu personalul sanitar.

### **S-ar putea verifica posibilitatea de a recurge la nașterea prin cezariană?**

Dacă se crează condiții ce împiedică nașterea pe cale naturală a copilului, poate fi necesară nașterea prin cezariană, adică o intervenție chirurgicală efectuată pe abdomenul mamei ce se desfășoară sub anestezie totală sau parțială, în acest ultim caz mama rămânând trează. O femeie care a născut prin cezariană, dacă va avea alți fii, va putea oricum să încerce să nască în mod natural. În anumite cazuri este posibil să se evite cezariana prin intermediul unor intervenții specifice, unele dintre care aparțin medicinei tradiționale chineze (tehnici ce folosesc căldura pentru a stimula puncte particulare ale corpului, acupuntura și răsturnarea externă) efectuate doar în cadrul anumitor servicii. Obstreticii și ginecologii serviciului pot să-ți explice ce sunt aceste intervenții și oportunitățile pe care le oferă.

### **Ce se întâmplă imediat după nașterea în spital?**

În anumite spitale este posibil ca al tău copil să stea împreună cu tine 24 de ore din 24 (rooming in), situație care favorizează atașamentul între mamă și copil și alăptarea la sân.

Copilul este consultat în mod regulat de către pediatru, chiar și când rămâne alături de tine. Dacă nu sunt complicații, întoarcerea acasă este prevăzută după o perioadă cuprinsă între 48 de ore și 72 de ore după naștere. În multe dispensare este prevăzută cel puțin o vizită acasă gratuită din partea obstetricului pentru persoanele înscrise la Serviciul Sanitar Național (SSN); în toate dispensarele există posibilitatea de a cere prima vizită a medicului pediatru, vizită ce va trebui efectuată în prima lună după naștere.

### **Ce pot să fac dacă am dubii când mă întorc acasă după naștere?**

În cadrul Punctului pentru Naștere și a dispensarului vei găsi personal calificat și disponibil ce va ști să-ți dea răspunsuri clare și sfaturi. Este important să te întorci la dispensar după

circa o lună după naștere, stabilind o vizită deja în momentul în care părăsești spitalul. Dacă ai alături de tine alte femei care au avut deja copii, poți să te confrunți cu ele în această privință: informați-vă dacă în zona voastră există un grup de susținere pentru mamele care alăptează.

### **Ce drepturi am ca și mamă, fiind un cetățean străin?**

Dacă ești o persoană extra-comunitară însărcinată și nu ai un permis de ședere, poți obține un permis de ședere pentru tine și pentru soțul tău valabil pe perioada sarcinii și pe primele șase luni după naștere, prezentând în chestură certificatul de sarcină care atestă luna de gestație și data probabilă a nașterii. Cu acest permis poți face înscrierea la serviciul sanitar, dar nu poți să-l reînnoiești după cele șase luni de la naștere. Toate femeile străine, chiar

dacă au doar carnetul pentru Străinii Prezenți în mod Temporar (Carnetul STP), au dreptul pe timpul sarcinii să facă în mod gratuit în cadrul dispensarelor, spitalelor publice și structurilor acreditate, analize clinice și de laborator, vizite de specialitate, cursuri de sprijin pentru naștere, internarea în vederea nașterii și îngrijirile pentru eventualele boli ce pot apare în consecința nașterii. Dacă ești comunitară sau nu, cu permis de ședere și trăiești în condiții economice foarte dificile, poți să verifici împreună cu serviciile sociale ale primăriei sau cele ale Regiei Sanitare Locale (AUSL) dacă ai dreptul la un ajutor economic. Dacă ești comunitară sau nu, cu permisul de ședere a Comunității Europene (permisul de ședere CE) pentru rezidenții de lungă perioadă, poți să te adresezi serviciilor sociale pentru a verifica dacă ai dreptul la alocația pentru maternitate.

## ASISTENȚA DE DUPĂ NAȘTERE ȘI PEDIATRICĂ



### E mai bine să se alăpteze la sân?

Laptele matern este cea mai bună hrană pentru copil, face bine la sănătatea acestuia, la creșterea și dezvoltarea lui. Alăptarea întărește raportul dintre mamă și neonat. Alăptarea are efecte benefice și pentru sănătatea mamei.

### Laptele matern pe care îl sugere copilul este suficient?

Alăptarea exclusivă la sân este forma cea mai bună de alimentare din primele șase luni de viață a copilului, cum afirmă Organizația Mondială a Sănătății (OMS) și UNICEF, în continuare poate fi dată o alimentație complementară, dar este bine să se

continue alăptarea la sân până când este posibil. OMS sfătuiește alăptarea la sân până la vârsta de doi ani.

### **Când trebuie să-l alăptez?**

Ideal ar fi să-i dați copilului posibilitatea de a suga în funcție de nevoile sale, pentru că acest lucru garantează mamei siguranța că propriul copil ia cantitatea de lapte de care are nevoie. Important de știut este faptul că alăptarea stimulează producerea laptelui.

### **La ce îngrijiri are dreptul copilul?**

Copilul tău are dreptul să fie îngrijit de către un medic pediatru, în cazul în care ești înscrisă la Serviciul Sanitar Național (SSN) cât și în cazul în care ai carnetul pentru Străinii Prezenți în mod Temporar (Carnetul STP). Până la vârsta de șase ani, fiul tău are dreptul la vizite de specialitate, analize de laborator și alte evaluări gratuite dacă venitul tău familial brut nu depășește o anumită sumă prestabilită de lege, sumă despre care poți obține informații la biroul tichet al Regiei Sanitare Locale (AUSL). Dacă te găsești

în condiții economice grave te poți adresa asistentului social.

### **De ce trebuie să aleg medicul pediatru?**

Medicul pediatru îngrijește în mod gratuit copilul începând cu perioada imediat următoare nașterii și pe parcursul întregii creșteri, prin intermediul controalelor periodice. Toți copiii cu vârsta cuprinsă între 0 și 14 ani au dreptul la asistență pediatrică.

### **Cum pot alege medicul pediatru?**

Dacă ai un permis de ședere, pentru a alege medicul pediatru este suficient ca unul dintre părinți să se prezinte la propria AUSL cu un document de identitate, autocertificând datele copilului. În momentul alegerii, copilul este în mod automat înscris la SSN și îi este atribuit un cod sanitar personal, fiind indicat și pediatrul ales. Întrucât este important ca raportul cu pediatrul să fie întemeiat pe încredere, părinții pot să aleagă medicul între cei prezenți pe listele de la AUSL. Dacă nu ai un permis de ședere nu poți formaliza alegerea pediatrului, dar în orice caz copilul tău are dreptul la îngrijirile

ambulatoriale și poate fi vizitat gratuit de către orice medic pediatru făcând în prealabil o rezervare.

### **Când pot să contactez medicul pediatru?**

Medicul pediatru vizitează copiii în propriul studiu deschis cinci zile pe săptămână. În cazul în care copilul bolnav înscris la SSN nu se poate mișca de acasă este posibil, pentru cine a ales deja pediatrul, să ceară o vizită la domiciliu. Pediatrul însuși va face o evaluare asupra necesității efective a unei asemenea vizite. Vizitele pediatrice la domiciliu, posibile și sâmbăta, trebuie oricum cerute până în ora 10.00 pentru a fi efectuate în timpul zilei; dacă cererea este făcută după ora 10.00 vizita va trebui efectuată până la ora 12.00 a zilei succesive. În orice caz cererile urgente sunt satisfăcute în cel mai scurt timp posibil.

### **Care este rolul medicului pediatru pentru sănătatea copilului meu?**

Medicul pediatru se ocupă de sănătatea copilului tău în mod global, și de aceea îi este atribuită nu nu-

mai sarcina de a diagnostica și de a vindeca bolile dar și cea, destul de importantă, de a le preveni. Pentru acest motiv au fost prevăzute vizite complexe, denumite „bilanțuri de sănătate”, ce consistă înafara vizitei normale, în executarea unor screening-uri specifice. Bilanțurile de sănătate ce trebuie efectuate sunt 9 și sunt prevăzute termene precise pe care pediatrul le va aduce la cunoștința părinților copiilor pe care el îi asistă.

### **Care sunt vaccinurile pentru copilul meu?**

Vaccinurile sunt puternic recomandate pentru că scopul lor este cel de a prezerva sănătatea copilului și a comunității. În Italia există un calendar a vaccinațiilor pentru copii și cei care sunt înscrși la SSN sunt invitați să efectueze vaccinurile prevăzute. Vaccinațiile sunt gratuite și pentru mișcările neregulate. Poți să te adresezi la dispensar pentru a avea mai multe detalii.

# CONTRACEPȚIA



## Cum pot să evit sarcinile nedorite?

Utilizarea corectă a metodelor contraceptive permite evitarea sarcinilor nedorite și deci de a decide momentul în care se poate avea un copil. Există diverse metode contraceptive ce au efect doar pe perioada în care sunt utilizate corect și nu au efecte negative pentru viitoarea fertilitate.

## Ce tip de anticoncepționale sunt disponibile în Italia?

- Prezervativul
- Contracepția hormonală

- Spirala sau dispozitivul intrauterin (contraceptiv IUD)
- Metode naturale de contracepție

## Ce este prezervativul și cum se folosește?

Este o metodă contraceptivă de barieră și consistă într-o membrană de cauciuc natural ce acoperă organul masculin înainte de contactul sexual pentru a evita ca sperma emisă în faza de ejaculare să intre în vagin. Prezervativul este în mod particular recomandat persoanelor care au ra-

porturi ocazionale sau nu au relații stabile. Prezervativul este unica metodă contraceptivă ce oferă o protecție validă împotriva bolilor cu transmitere sexuală, printre care, HIV/AIDS, hepatite, sifilis, gonoree. Utilizarea prezervativului reduce până la 90% posibilitatea unei sarcini. Este important să fie cumpărate cele care sunt supuse la controale de calitate, fiind atenți la data de scadere și la modalitatea de conservare, evitând expunerea produsului confecționat la temperaturi înalte.

### **Ce este contracepția hormonală?**

Este o metodă contraceptivă compusă din mici doze de hormoni luate în mod continuu care, dacă sunt utilizate în mod corect, reduc de până la 99,9% posibilitatea apariției unei sarcini. Fac parte din acest grup:

- pilula, ce trebuie luată pe cale orală în fiecare zi. Te poți informa la dispensar cum trebuie să o iei. Fiecare tip de pilulă are instrucțiunile sale de folosire. Există un tip de pilulă ce poate fi luată și pe perioada alăptării și nu are efecte negative asupra producției laptelui și a sănătății

copilului. Majoritatea pilulelor trebuie plătite dar există și anumite tipuri ce sunt gratuite și care pot fi prescrise la dispensar;

- plasturele, ce este aplicat pe piele și schimbat o dată pe săptămână;
- inelul, ce este introdus în vagin și schimbat o dată pe lună.

Pentru a cumpăra în farmacie diversele tipuri de anticoncepționale hormonale este necesară prescrierea medicală pe care o poți cere la dispensar sau doctorului de familie în mod gratuit.

### **Ce este spirala sau dispozitivul intrauterin (IUD) și cum se folosește?**

Spirala (IUD) este un dispozitiv de plastic ce vine introdus în interiorul uterului de către ginecolog. Este de dimensiuni mici și femeia nu îi simte prezența, nici măcar în timpul contactelor sexuale. Acționează iritând mucoasa uterului împiedicând în acest fel implantarea ovulului fecundat (embrionul) în uter. Nu este recomandată pentru femeile tinere ce nu au născut încă și nu protejează împotriva bolilor cu transmitere sexuală. Spirala are o

durată de 3 sau 5 ani și reduce până la 98% posibilitatea apariției unei sarcini. Pentru aplicarea și înlăturarea spiralei precum și pentru controalele periodice necesare este nevoie să vă adresați dispensarului.

### **Ce sunt metodele contraceptive naturale?**

Se bazează pe abținerea de la raporturile sexuale cu penetrare în timpul perioadei fertile a fiecărui ciclu menstrual, adică în zilele aproape de ovulație. Calcularea perioadei fertile poate fi făcută în diverse moduri, dar nu tot timpul rezultă validă din cauza variabilității ciclului femeilor. Din acest motiv metodele naturale au o eficacitate redusă în contracepție.

### **Și coitul întrerupt este o metodă contraceptivă?**

Coitul întrerupt, ce consistă în extragerea penisului din vagin înainte de

ejaculare, are o eficacitate scăzută ca și metodă contraceptivă, pentru că deja în lichidul pentru lubrifiere produs de către bărbat la începutul raportului, pot să existe spermatozoizi capabili să fecundeze.

### **Dacă am avut un raport cu risc de sarcină, ce trebuie să fac?**

Trebuie să te adresezi dispensarului (sau la urgențe, sau la doctorul de bază) cât mai repede cu putință pentru consultanță și pentru o eventuală prescriere de anticoncepționale de urgență. Există două metode: a) pilula de a doua zi (ce conține hormoni) ce trebuie luată în primele 72 de ore de la raportul neprotejat, pilulă ce eșuează în 3% dintre cazuri și care poate fi prescrisă și minorilor fără ca părinții acestora să fie informați; b) spirala ce trebuie introdusă în primele 5 zile de la raportul neprotejat.



## ÎNTRERUPEREA VOLUNTARĂ DE SARCINĂ (IVG)



**Ce pot să fac dacă îmi dau seama că aștept un copil și am dubii în ceea ce privește continuarea sarcinii?**

Poți să mergi la dispensar unde vei putea găsi un personal ce te va putea asculta și sprijini în alegerea pe care o vei face. În cazul în care decizia de a întrerupe sarcina este legată de motive economice, familiale sau

sociale, te vor ajuta să verifici dacă serviciile sociale îți pot da un sprijin, chiar și economic, pentru a putea ține și crește copilul.

**Dacă oricum nu pot să țin copilul, este posibil să fac un avort în Italia?**

Legea italiană (L. 194/1978) prevede posibilitatea întreruperii sarcinii în

primele 12 săptămâni și 5 zile de sarcină într-un anonim absolut și nu este necesar acordul partenerului. Avortul poate fi făcut doar în structurile sanitare publice sau convenționate. Dispensarul garantează asistența și femeilor care nu sunt în regulă cu documentele de ședere. După a nouăzecea zi de sarcină este prevăzută întreruperea doar cu scop terapeutic, adică atunci când continuarea ei comportă un pericol grav pentru sănătatea psiho-fizică a femeii. Avortul ilegal și clandestin, realizat și prin intermediul ingerării de medicamente sau alte substanțe, poate rezulta ineficace sau periculos pentru sănătatea femeii.

### **Pot să fac o întrerupere voluntară de sarcină (IVG) dacă sunt minoră?**

Dacă ambii părinți sunt informați, este suficientă autorizarea lor. Dacă părinții tăi nu sunt sau dacă nu vrei să-i informezi, este nevoie să te adresezi la dispensar unde asistentul social te va ajuta pentru practica de autorizare din partea judecătorului tutelar.

### **Ce trebuie să fac pentru a putea recurge la avort (IVG)?**

După ce ai făcut testul de sarcină în laborator, poți să mergi la dispensar pentru a face o vizită ce poate constata de câte săptămâni ești însărcinată. Odată ce au fost verificate motivele alegerii, evaluate alternativele posibile și posibilitățile de contracepție viitoare, îți va fi eliberat un certificat pentru a efectua întreruperea voluntară de sarcină, prezentând un document valabil. Acesta permite fixarea intervenției la o structură spitalicească începând de la a șaptea zi după eliberarea lui. Intervenția este făcută într-un anonim absolut. După aproximativ o lună de la intervenție este important să vă prezentați la dispensar pentru o vizită de control. După obținerea certificatului și înainte de intervenție, ai oricum posibilitatea să-ți schimbi decizia în orice moment și să te prezinți din nou la dispensar pentru a vorbi despre acest lucru cu personalul.

### **Ce riscuri prezintă avortul (IVG) pentru sarcinile succesive?**

Recursul la avort (IVG) nu împiedică posibilitatea de a avea copii după aceea, dar nu trebuie considerat o metodă de contracepție pentru că recursul repetat poate compromite sănătatea femeii.

### **Ce pot să fac dacă nu pot să-mi țin copilul, dar nici nu vreau să avortez?**

Legea italiană (L. 127/1997) admi-

te posibilitatea de a nu recunoaște propriul copil, fără nici un risc de fi semnalată autorităților, și poți naște în spital fără să declari numele tău. Copilul va fi deci dat în adopție unei familii care într-un timp foarte scurt îl va lua în îngrijire. Ai oricum o perioadă de 10 zile pentru a recunoaște copilul, în cazul în care îți schimbi idea și decizi să îl ții. În Toscana există Proiectul Mama Secretă ce oferă sprijin mamei care au intenția de a nu recunoaște copilul.



## PREVENȚIA ONCOLOGICĂ



Regiunea Toscana prevede 3 programe de screening gratuite: pentru tumoarea colului uterin (care se efectuează prin intermediul testului Papanicolau), pentru tumoarea la sân (care se efectuează prin intermediul unei mamografii) și pentru tumoarea colorectală (care se efectuează prin intermediul analizei sângelui ocult prezent în excremente, prevăzut pentru ambele sexe între 50 și 70 de ani). Dacă ești rezident vei primi direct acasă invitația

în care este comunicată data fixată pentru efectuarea testelor, dar este oricum posibil să schimbi data examenului telefonând la numărul prezent în scrisoare. În cazul în care, chiar dacă ai împlinit vârsta recomandată pentru a face screeningul și nu ai primit această invitație, poți să te adresezi dispensarului sau să telefonezi direct la **numărul verde 800556060**.

## Ce este un screening?

Screening-ul oncologic are ca obiectiv individuarea alterărilor care ar putea în timp, dacă nu sunt recunoscute și tratate, să producă apariția unei tumori.

## Care sunt femeile ce sunt invitate să facă aceste examene?

**Testul Papanicolau.** Sunt invitate să efectueze testul pap toate femeile italiene și străine prezente în mod legal pe teritoriul italian, cu vârsta cuprinsă între 25 și 64 de ani. După primul examen, dacă răspunsul este negativ, vei fi invitată să-l repeți la fiecare 3 ani dacă ai o vârstă cuprinsă între 25 și 64 de ani.

**Mamografia.** Sunt invitate să efectueze mamografia toate femeile italiene și străine prezente în mod legal pe teritoriul italian, cu vârsta cuprinsă între 50 și 70 de ani, la fiecare doi ani.

## În ce consistă acest examen?

**Testul Papanicolau.** Este un examen simplu și care nu produce dureri. Este făcut de către un operator ce prelevă cu o spatulă și o periuță materialul prezent pe colul uterin ce

este „răzuit”, fixat pe o lamelă de sticlă și după aceea trimis în laborator pentru a fi examinat.

**Mamografia.** Este o radiografie a sânelui care utilizează raze X foarte slabe și care nu sunt în nici un caz dăunătoare sănătății. Este un examen simplu și rapid, a cărui execuție cere maxim o jumătate de oră.

## Ce înseamnă dacă mă chiamă din nou?

**Testul Papanicolau.** Dacă testul relevă alterări Regia Sanitară Locală (AUSL) te va chema pentru a efectua ulterioare verificări prin intermediul unui alt examen (colposcopie).

**Mamografia.** Ai putea fi chemată din nou pentru că radiografiile indică faptul că sunt necesare ulterioare examene. Uneori este suficient doar să fie repetată mamografia, în alte situații este necesară o ecografie sau o mică prelevare de țesut (biopsie). Noua convocare nu trebuie în nici un caz să producă alarmism pentru că nu înseamnă în mod necesar prezența unei tumori: de fapt, alterările suspectate la început sunt apoi excluse după verificările și examenele succe-

sive. Este deci important ca parcursul diagnostic să fie terminat pentru a putea evalua propria stare de sănătate.

### **Acest examen poate preveni apariția unei tumori?**

**Testul Papanicolau.** Testul Papanicolau efectuat în mod regulat este modalitatea cea mai bună pentru a individua precoce schimbările colului uterin. Relevarea și tratamentul precoce previn dezvoltarea unei tumori în majoritatea cazurilor, dar nu în toate.

Este important de știut că există factori ce pot crește riscul apariției unei tumori, ca de exemplu faptul de a avea mai mulți parteneri, de a trăi în condiții socio-economice dezavantajate, etc.

**Mamografia.** Efectuarea unei mamografii în mod regulat reprezintă cea mai bună metodă pentru a individua precoce schimbările la sân. Este deasemenea importantă observarea și autopalparea propriului sân, făcând atenție la zonele întărite, la noduli, la schimbările pielii sau la ieșirea de lichid din mamelon, du-

reri; în aceste situații referiți imediat anomaliile observate propriului medic sau la dispensar.

Dacă sunt cazuri de tumoare la sân în cadrul familiei, se recomandă ca mamografia să fie făcută anticipând vârsta recomandată.

### **Ce este menopauza și ce trebuie să fac când aceasta se manifestă?**

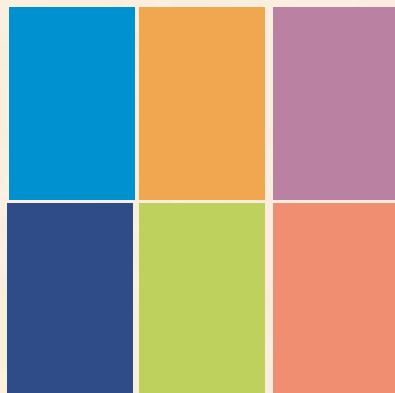
Menopauza nu este o boală, e un moment fiziologic absolut normal ce reprezintă pentru o femeie sfârșitul vârstei fertile.

De fapt consecința cea mai vizibilă este dispariția menstruațiilor. În cea mai mare parte a cazurilor menopauza se prezintă în jurul vârstei de 50 de ani, iar vârsta medie în mod normal oscilează între 45 și 53 de ani. Când intri în această fază, scheletul începe să se fragilizeze, expunându-te la riscul de fracturi (osteoporoză), și mărește riscul de boli vasculare și de tumori ale mamelei. Este important să ții sub control propria stare de sănătate, adresându-te dispensarului.

Serviciul Sanitar în Italia: pentru a ști mai mult	
SSN → SERVICIUL SANITAR NAȚIONAL	Serviciul Sanitar Național este un complex de structuri care tutează sănătatea persoanelor, unde poți găsi asistență și îngrijiri.
AUSL → REGIA SANITARĂ LOCALĂ	Regia sanitară locală organizează și gestionează prestările sanitare în diversele teritorii ale Regiunii, în ceea ce privește intervențiile de prevenție, de diagnoză și de terapie.
CARNETUL STP → STRĂINII PREZENȚI ÎN MOD TEMPORAR	Dacă ești o femeie străină și nu ai un permis de ședere regulă, poți să beneficiezi oricum de asistența sanitară, cerând carnetul STP. Poți cere carnetul STP la cea mai apropiată AUSL sau într-un dispensar familial. Carnetul STP are o validitate de 6 luni, se poate renova în locul în care a fost eliberat prima dată și este valabil pe tot teritoriul național. Nu-ți asumi nici un risc mergând la o structură sanitară publică.” Invece di „Nu-i asumi nici un risc mergând la o structură sanitară publică
PUNCTELE PENTRU NAȘTERE	Punctele pentru Naștere sunt structuri spitalicești ce te îngrijesc în momentul nașterii, în totală siguranță. În Toscana se găsesc 34 de Puncte pentru Naștere.

Pentru a te înscrie la SSN	
Ești o cetățeană extra-comunitară cu un permis de ședere regulă sau carte de ședere?	<ul style="list-style-type: none"> <li>• mergi la regia sanitară cu aceste documente: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Autocertificație a datelor tale de stare civilă și a rezidenței</li> <li>2. Permisul de ședere sau cartea de ședere eliberate de către Chestură sau în lipsa acestora, chitanța cererii de reînnoire a permisului de ședere sau a cărții de ședere</li> <li>3. Codul fiscal</li> <li>4. Carnetul sanitar Ausl dacă veniți dintr-o altă Regie Sanitară</li> </ol> </li> </ul>
Ești o cetățeană comunitară?	<p>Ești o cetățeană comunitară?</p> <p>mergi la regia sanitară cu aceste documente:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Autocertificație a datelor tale de stare civilă</li> <li>2. Certificatul de rezidență sau o autocertificație din care să rezulte rezidența sau domiciliul tău pe teritoriul de competență a AUSL</li> <li>3. Contractul de muncă (dacă aveți un loc de muncă subordonat) sau înscrierea la Camera de Comerț (dacă aveți un loc de muncă autonom) sau o înscriere pe listele persoanelor în șomaj a Centrului pentru Ocupație (dacă ați pierdut locul de muncă precedent) sau dacă sunteți în posesia unuia dintre aceste formulare eliberate de către structura sanitară din țara de proveniență: E106, E109, E121, E120</li> <li>4. Situația familiei dacă ești o cetățeană comunitară în întreținerea unui cetățean italian, sau în întreținerea unui cetățean comunitar ce are un loc de muncă subordonat sau autonom</li> <li>5. Codul fiscal</li> </ol>
Ești o cetățeană străină care nu este în regulă cu normele privind intrarea și șederea pe teritoriul italian?	ai în mod egal dreptul la prestările Serviciului Sanitar Național. În cadrul acestei asistențe sunt garantate, în mod particular, tutela maternității și sănătatea minorului. Pentru a avea acces la aceste servicii, cere Carnetul STP.

Regii Sanitare și Spitalicești	Numere de telefon Informații pentru sănătate
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](http://www.salute.toscana.it)

