

คุณจะทำอย่างไรหากตั้งครรภ์โดยไม่ได้วางแผน



ผู้หญิงที่ประสบปัญหาการตั้งครรภ์โดยไม่ได้วางแผนมาก่อนจะ

คุณจะทำอย่างไร

- แต่งงานและเลี้ยงดูทารก
- เลี้ยงดูทารกด้วยตนเอง
- ยกทารกให้เป็นบุตรบุญธรรมของผู้อื่น
- ทำแท้ง

คุณจะเลือกอย่างไร

ผู้หญิงที่ประสบปัญหาการตั้งครรภ์โดยไม่ได้วางแผนจะประสบความยากลำบากในการตัดสินใจ เพื่อแก้ปัญหาของตน อย่างไรก็ตาม ทุกปัญหาย่อมมีทางแก้ไข คุณไม่จำเป็นต้องเผชิญกับปัญหาเพียงลำพัง หรือรู้สึกหมดสิ้นหนทาง เพราะคุณสามารถขอความช่วยเหลือจากกลุ่มบุคคลหนึ่ง ซึ่งยินดีที่จะช่วยหาทางออกและจัดการกับปัญหานี้ได้ การหลีกเลี่ยงปัญหาหรือการปกปิด ยิ่งจะทำให้ปัญหามีความยุ่งยากมากขึ้น ตลอดจนเป็นอันตรายต่อชีวิต สุขภาพและทารกในครรภ์ของคุณได้

ก่อนอื่นคุณควรมองหาความช่วยเหลือจากสมาชิกในครอบครัวของคุณ เพื่อน ๆ ผู้เชี่ยวชาญ และบุคคลที่คุณไว้วางใจ เพื่อที่พวกเขาเหล่านั้นจะได้ช่วยแบ่งเบาความวิตกกังวลของคุณ



ครอบครัวและเพื่อน ๆ สามารถช่วยเหลือคุณได้อย่างไร

ครอบครัวและเพื่อน ๆ ของคุณจะมีความรู้สึกเห็นใจ เข้าใจ ให้การยอมรับ ปลอดภัย ให้กำลังใจ ให้คำปรึกษาและคำแนะนำต่าง ๆ ที่สำคัญกับคุณได้

ผู้เชี่ยวชาญสามารถช่วยเหลือคุณได้อย่างไร

แพทย์ พยาบาล เจ้าหน้าที่สังคมสงเคราะห์ ผู้ให้คำปรึกษา ครู และผู้เชี่ยวชาญของหน่วยงานบริการต่าง ๆ สามารถให้ความรู้ที่มีประโยชน์ ให้ข้อคิดเห็นในการแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์โดยไม่ได้วางแผน เพื่อให้สอดคล้องกับสภาพปัญหาของคุณอย่างเหมาะสม นอกจากนี้ เจ้าหน้าที่สังคมสงเคราะห์และผู้ให้คำปรึกษาสามารถให้คำแนะนำต่าง ๆ และจัดหาหน่วยงานช่วยเหลือที่เกี่ยวข้องกับความต้องการของคุณได้

สำหรับคุณและทารกในครรภ์ที่กำลังมองหาความช่วยเหลือ

ท่านสามารถติดต่อขอรับความช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่สังคมสงเคราะห์ หรือผู้ให้คำปรึกษา ตามหมายเลขโทรศัพท์ ดังนี้

สายด่วนกรมประชาสงเคราะห์	2343 2255
สายด่วนศูนย์ช่วยเหลือเหตุการณ์ภาวะวิกฤต	18 281
สายด่วนศูนย์ช่วยเหลือภาวะวิกฤตในครอบครัว	18 288



凝聚家庭 齊抗暴力



Having an Unplanned Pregnancy, what can I do?



Experiencing an unplanned pregnancy, you may possibly feel...



What can you do?

- Get married and keep the baby?
- Keep and take care of the baby by yourself?
- Place the baby for adoption?
- Terminate the pregnancy?

How to choose?

You may have difficulties making a decision. Nevertheless, there must be solutions, and you are not alone or helpless as many people are willing to help out. Avoidance and concealment will only make the matter difficult and even jeopardise your and your baby's health and life. Thus, you should seek help and support from your family, friends, professionals, and other trustworthy persons so that they can share your worries.

What can your family and friends do for you?

Their companion, understanding, acceptance, consolation, encouragement and advice will be of great support to you.

What can professionals do for you?

Doctors, nurses, social workers, professional counsellors, teachers and other professionals can give you useful information and professional opinions according to your conditions. Where necessary, social workers and professional counsellors can also offer you counselling and arrange for other support services that you may need.

For you and your baby, seek early assistance. You may call the following hotlines to contact a social worker / professional counsellor:

Social Welfare Department Hotline	2343 2255
CEASE Crisis Centre Hotline	18 281
Family Crisis Support Centre Hotline	18 288

 社會福利署
Social Welfare Department

凝聚家庭 齊抗暴力

 愛關懷