



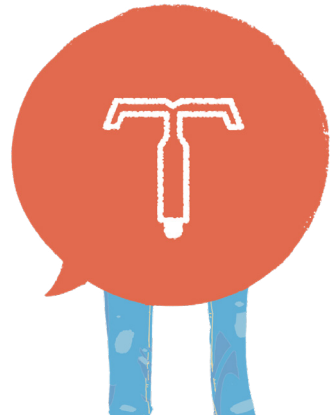
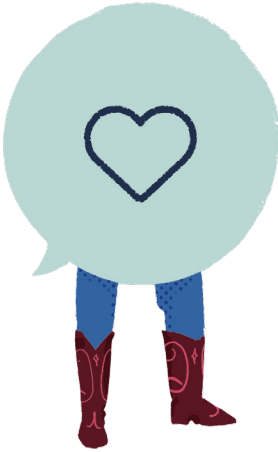
Hướng Dẫn Tiếp Cận Dịch Vụ Phá Thai

**Nguồn lực hỗ trợ bệnh
nhân tiếp cận dịch
vụ phá thai tại Tiểu
Bang Washington**



Mục Lục

Giới Thiệu	5
Quý Vị Có Thể Phá Thai Ở Đâu Tại Tiểu Bang Washington?	6
Quy Trình Phá Thai Thông Thường là gì?.....	8
Các Phương Pháp Phá Thai	10
Chi Phí Phá Thai Của Quý Vị Sẽ Tốn Bao Nhiêu?.....	12
Chi trả cho dịch vụ Phá Thai của quý vị	13
Những Điều Cần Biết Về Quyền Pháp Lý Của Quý Vị với tư cách là một Bệnh Nhân	14
Cách Thức Xem Toàn Bộ Hướng Dẫn	17



Giới Thiệu

Khi bệnh nhân tiếp tục chịu ảnh hưởng do mất quyền phá thai theo luật liên bang, việc trở nên quan trọng hơn bao giờ hết là phải hiểu biết nơi nhận dịch vụ phá thai trong cộng đồng của mình, cách thức điều hướng hệ thống chăm sóc sức khỏe và những điều cần biết về quyền pháp lý của bản thân với tư cách là một bệnh nhân.

Việc phá thai tại Washington là hợp pháp, tuy nhiên, nhiều bệnh nhân tìm kiếm dịch vụ chăm sóc sinh sản vẫn phải đối mặt với nhiều trở ngại. Các trở ngại này bao gồm rào cản như chi phí y tế, quá rối và phân biệt đối xử tại các trung tâm y tế, khó khăn về phương tiện đi lại và giữ trẻ, thiếu dịch vụ hỗ trợ ngôn ngữ và nhiều hơn nữa.

Lưu Ý về Ngôn Ngữ

Hướng dẫn này nhấn mạnh và khẳng định rằng người chuyển giới nam và bệnh nhân phi nhị giới thực hiện phá thai thường ít được đề cập trong các cuộc trao đổi về vấn đề phá thai và sức khỏe sinh sản.

Pro-Choice Washington sử dụng ngôn ngữ trung lập về giới tính khi nói đến bệnh nhân phá thai bất kỳ khi nào có thể. Mặc dù vậy, ngôn ngữ liên quan đến phụ nữ có thể xuất hiện khi đề cập các trường hợp cụ thể của phụ nữ hoặc trích dẫn nghiên cứu chỉ khảo sát về phụ nữ.

Lời Cảm Ơn

Hướng dẫn này là thành quả làm việc tận tâm nhiều năm của đội ngũ nhân viên và cộng sự chuyên môn Pro-Choice Washington, bao gồm Madeline Ellis, Kimberly Daw và Claretta Tsang. Chúng tôi đặc biệt cảm ơn các độc giả đầu tiên đã đóng góp ý kiến và chia sẻ sự hiểu biết sâu sắc về kinh nghiệm phá thai và chăm sóc bệnh nhân.

Quý Vị Có Thể Phá Thai Ở Đâu Tại Tiểu Bang Washington?



Phòng Khám Chăm Sóc Ban Đầu

Luật pháp tiểu bang Washington cho phép các nhà cung cấp dịch vụ y tế đã được đào tạo về dịch vụ phá thai được thực hiện thủ thuật phá thai.

Điều này có nghĩa là quý vị có thể có khả năng tiếp cận dịch vụ phá thai sớm tại cơ sở chăm sóc ban đầu của mình mà không cần phải đến phòng khám riêng hoặc gặp một nhà cung cấp dịch vụ khác.

Để tìm hiểu thêm về cách thức dịch vụ phá thai có thể là một phần trong lần thăm khám chăm sóc ban đầu của quý vị, hãy quét mã QR dưới đây.



Phòng Khám Sức Khỏe Sinh Sản

Tiểu bang Washington có 46 phòng khám cung cấp dịch vụ phá thai.

Sở Y Tế (DOH) hỗ trợ tài chính cho 34 phòng khám trong số các phòng khám này để cung cấp các dịch vụ chăm sóc sức khỏe sinh sản và tình dục dựa trên mức phí được tính theo thang trượt hoặc miễn phí cho bệnh nhân đủ điều kiện.

Để tìm kiếm các địa điểm phòng khám gần nơi ở của quý vị, hãy quét mã QR dưới đây.





Bệnh Viện

Các bệnh viện công cung cấp phúc lợi thai sản theo quy định của luật pháp tiểu bang Washington (RCW 9.02.160) cần phải cung cấp các dịch vụ tương tự cho phá thai.

Trong các trường hợp khẩn cấp về y tế yêu cầu phá thai, quý vị có quyền được chăm sóc tại bất kỳ bệnh viện nào. Bất kỳ bệnh viện nào không thể cung cấp dịch vụ phá thai cần thiết khi quý vị đến chăm sóc, họ phải chuyển quý vị đến một cơ sở có thể thực hiện thủ thuật phá thai.

Để biết thêm về các quyền của quý vị theo **Đạo Luật Điều Trị Y Tế Khẩn Cấp và Lao Động (EMTALA)**, hãy quét mã QR dưới đây.



Hệ Thống

Khám Chữa Bệnh Từ Xa

Khám chữa bệnh từ xa là một cách an toàn, bảo mật và riêng tư để tiếp cận dịch vụ phá thai bằng thuốc (phá thai nội khoa) và các dịch vụ sinh sản khác, mà không cần phải đến phòng khám.

Các lần hẹn khám chữa bệnh từ xa có thể thực hiện trực tuyến, thông qua cuộc gọi video hoặc chỉ bằng cuộc gọi thoại.

Dịch vụ phá thai bằng thuốc, cũng như các dịch vụ sức khỏe sinh sản và tình dục có thể được tiếp cận thông qua hệ thống khám chữa bệnh từ xa.

Quét mã QR dưới đây để tìm hiểu thêm về cách thức tiếp cận dịch vụ phá thai bằng thuốc thông qua hệ thống khám chữa bệnh từ xa.



Quy Trình Phá Thai Thông Thường là gì?

Là một bệnh nhân, quý vị quyết định cách thức và thời điểm quý vị cần dịch vụ phá thai phù hợp với hoàn cảnh và nhu cầu của riêng mình.

Dưới đây là các bước điển hình trong hành trình phá thai, mặc dù các bước này có thể khác nhau tùy theo mỗi bệnh nhân.

Nếu quý vị nghĩ mình mang thai, hãy thử thai tại nhà để xác nhận việc mang thai của quý vị. Quý vị cũng có thể đặt lịch hẹn khám với một nhà cung cấp dịch vụ để xác nhận việc mang thai của quý vị và tuổi thai (quý vị mang thai được bao lâu).

Việc đưa ra quyết định thai kỳ là do quý vị và mỗi người đều có các lựa chọn khác nhau. Quét mã QR để tìm hiểu thêm về dịch vụ phá thai.



1. Xác Nhận Việc Mang Thai Của Quý Vị

2. Hiểu Biết Các Lựa Chọn Của Quý Vị

3. Đưa Ra Quyết Định Của Quý Vị

Ngay khi quý vị đã xác nhận việc mang thai của mình, một số lựa chọn hiện có: nuôi con, cho con làm con nuôi hoặc phá thai (chấm dứt thai kỳ). Dành thời gian xem xét tất cả các lựa chọn.

Đối với dịch vụ phá thai bằng thuốc, hãy sắp xếp thời gian vì buổi hẹn khám kéo dài khoảng một giờ. Sau đó, quý vị có thể quyết định thời điểm để uống hai loại thuốc được kết hợp (dùng mifepristone trước; dùng misoprostol sau).

Đối với dịch vụ phá thai bằng thủ thuật, hãy chuẩn bị thời gian ở lại phòng khám cả ngày. Thủ thuật thực tế diễn ra chưa đến 20 phút. Nhà cung cấp dịch vụ của quý vị sẽ bàn thảo với quý vị về các phương án kiểm soát cơn đau.

4. Đặt Lịch Hẹn Phá Thai Của Quý Vị

Nhà cung cấp dịch vụ của quý vị sẽ giúp quý vị đặt lịch hẹn khám bổ sung tùy theo phương pháp phá thai mà quý vị cần - phá thai bằng thuốc hoặc bằng thủ thuật (tại phòng khám).

5. Ngày Hẹn Phá Thai Của Quý Vị

6. Dịch Vụ Chăm Sóc Sau Khi Phá Thai Của Quý Vị

Sau khi phá thai, quý vị có thể bị co thắt bụng và chảy máu ít, đó là các triệu chứng thông thường. Phòng khám của quý vị có thể có khả năng cung cấp thuốc giảm đau không kê toa. Xem trang Nguồn Trợ Giúp nếu quý vị cần thêm hỗ trợ như dịch vụ chăm sóc doula.

Các Phương Pháp Phá Thai

Có hai phương pháp phá thai chính:
phá thai bằng thuốc và phá thai bằng thủ thuật.

Phá Thai Bằng Thuốc

Phá thai bằng thuốc, hoặc thuốc phá thai, sử dụng thuốc để chấm dứt thai kỳ và có thể dùng tại nhà một cách an toàn. Nói chung, các phòng khám hoặc những dịch vụ trực tuyến thường cung cấp phương pháp phá thai bằng thuốc trước hoặc cho đến khoảng tuần thứ 11 của thai kỳ.

Phá thai bằng thuốc thường bao gồm việc dùng hai loại thuốc trong một phác đồ hai bước. Trong một số trường hợp, thuốc Mifepristone có thể không hiện có. Phác đồ một loại thuốc chỉ có thể dùng Misoprostol để thay thế.



1 Thuốc Mifepristone ức chế một loại hoóc môn cần thiết đối với sự phát triển tiếp tục của thai kỳ. Mặc dù không phổ biến, nhưng một số người sẽ trải qua tình trạng chảy máu âm đạo.



2 Thuốc Misoprostol gây co thắt và chảy máu âm đạo để tổng xuất thai ra khỏi cơ thể của quý vị. Thuốc này thường được dùng trong vòng 72 giờ sau khi uống viên đầu tiên.



Quét mã QR ở bên trái để tìm hiểu thêm về phương pháp phá thai bằng thuốc.

Phá Thai Bằng Thủ Thuật

Phá thai bằng thủ thuật (tại phòng khám) được diễn ra trong một môi trường y tế và có thể được thực hiện bởi điều dưỡng viên hành nghề nâng cao, y tá hộ sinh được chứng nhận, bác sĩ hoặc trợ lý bác sĩ được đào tạo về dịch vụ phá thai. Chuyên viên y tế thực hiện phương pháp phá thai bằng thủ thuật có thể áp dụng các hạn chế tuổi thai riêng (thường khoảng 24-26 tuần tuổi). Xác nhận việc này trước với nhà cung cấp do quý vị lựa chọn.

Nhìn chung, phá thai bằng thủ thuật xâm lấn hơn phá thai bằng thuốc. Hiện có hai phương pháp phá thai bằng thủ thuật chính. Nhà cung cấp dịch vụ của quý vị có thể giúp xác định phương pháp nào tốt nhất cho quý vị dựa trên nhu cầu y tế cá nhân, cũng như các lựa chọn để kiểm soát cơn đau trong và sau quá trình thủ thuật của quý vị.



Phương pháp hút chân không sử dụng lực hút nhẹ để làm sạch tử cung của quý vị. Phương pháp này thường được sử dụng cho đến khoảng 14-16 tuần sau kỳ kinh nguyệt cuối của quý vị.

Thủ thuật Nong và Hút (D&E) sử dụng quá trình kết hợp giữa lực hút và dụng cụ y tế để làm sạch tử cung của quý vị. Quý vị có thể thực hiện thủ thuật D&E sau 16 tuần kể từ kỳ kinh nguyệt cuối của quý vị.



Quét mã QR ở bên trái để tìm hiểu thêm về phương pháp phá thai bằng thủ thuật.

Chi Phí Phá Thai Của Quý Vị Sẽ Tốn Bao Nhiêu?

Chi phí dịch vụ phá thai có thể khác nhau tùy thuộc vào một số yếu tố bao gồm phương pháp phá thai mà quý vị chọn, tuổi thai hiện tại, bảo hiểm của quý vị cũng như mức phí do từng nhà cung cấp quy định.

Vào năm 2021, bình quân chi phí dịch vụ phá thai, tại các tiểu bang dọc Bờ Tây, từ \$650 đến \$926.

Vào năm 2021, Chi Phí Trung Vị Cho Dịch Vụ Phá Thai Đã Vượt Quá \$500

Chi phí mà bệnh nhân tự chi trả bằng tiền túi khi tự thanh toán

Phá thai bằng thuốc

Phá thai bằng thủ thuật khoảng tuần thứ 1 đến tuần thứ 12 của thai kỳ

Phá thai bằng thủ thuật khoảng tuần thứ 13 đến tuần thứ 16 của thai kỳ

Hoa Kỳ



Vùng Đông Bắc



Vùng Trung Tây



Miền Nam



Miền Tây



Nguồn: Advancing New Standards in Reproductive Health (ANSIRH), University of California San Francisco. Trends in Abortion Care in the United States, 2017-2021.

Điều quan trọng là phải nhớ rằng các chi phí này có thể thấp hơn hoặc cao hơn tùy theo tình huống của quý vị. Phá thai bằng thủ thuật sau tuần thứ 20 sẽ tốn kém chi phí nhiều hơn các phương pháp phá thai sớm hơn trong thai kỳ. Các chi phí trung bình này cũng không bao gồm chi phí đi lại, giữ trẻ hoặc mất lương do thời gian nghỉ làm.

Việc quý vị chi trả dịch vụ phá thai của mình có thể gây ra tình trạng căng thẳng. Nhưng quý vị không phải tự gánh vác điều đó một mình.

Dưới đây là một số phương án hỗ trợ tài chính có thể giúp quý vị trang trải các chi phí dịch vụ phá thai của mình.

Bảo Hiểm Tư Nhân

Các gói bảo hiểm y tế do tiểu bang Washington kiểm soát và quản lý cần phải bao trả dịch vụ phá thai nếu các gói bảo hiểm này bao trả dịch vụ thai sản và chăm sóc trước sinh. Kể từ năm 2024, các gói bảo hiểm này không được tính thêm khoản đồng chi trả cho dịch vụ phá thai.

Các Chương Trình Tiểu Bang

Washington Apple Health (Medicaid) chi trả cho hầu hết các dịch vụ chăm sóc sức khỏe bao gồm phá thai, chăm sóc sau khi phá thai (lên đến 12 tháng) và biện pháp ngừa thai sau khi phá thai. Tùy thuộc vào thu nhập của quý vị, quý vị có thể đủ điều kiện hưởng bảo hiểm y tế miễn phí này.

Quỹ Hỗ Trợ Phá Thai Tại Địa Phương

Northwest Abortion Access Fund (Quỹ Tiếp Cận Phá Thai Tây Bắc - NWAAF) là một quỹ hỗ trợ phá thai phục vụ Washington, Oregon, Idaho và Alaska. Họ gửi tiền trực tiếp đến phòng khám và có thể cũng hỗ trợ chi phí đi lại.

Chi Phí Tự Chi Trả

Quý vị có thể tự chi trả dịch vụ phá thai của mình bằng cách sử dụng tiền mặt hoặc thẻ tín dụng. Nhiều phòng khám cũng đưa ra mức phí được tính theo thang trượt dựa trên thu nhập của quý vị. Đây là phương án riêng tư nhất để chi trả dịch vụ phá thai.

Nếu quý vị cần giữ kín thông tin chi trả của mình khi sử dụng bất kỳ phương án nào, hãy trao đổi với nhân viên tại phòng khám nơi quý vị chọn phá thai. Họ có thể giúp quý vị bảo mật thông tin.

Những Điều Cần Biết Về Quyền Pháp Lý Của Quý Vị với tư cách là một Bệnh Nhân



Ngoài Tiểu Bang

Quý vị có thể đến từ bất kỳ nơi nào ngoài tiểu bang Washington để nhận các dịch vụ phá thai.

Nếu quý vị đến Washington để phá thai và gặp bất kỳ lực lượng thực thi pháp luật nào, **quý vị không cần phải báo cho họ biết về việc phá thai của mình.**

Nếu quý vị cư trú tại một tiểu bang nơi nghiêm cấm phá thai, **Washington's Shield Law** (Luật Bảo Vệ Phá Thai Washington - còn gọi là Luật Khiên) nghiêm cấm lực lượng thực thi pháp luật và các tòa án Washington hỗ trợ những tiểu bang khác truy tố các nhà cung cấp dịch vụ và bệnh nhân liên quan đến dịch vụ phá thai hợp pháp tại Washington. Xem mục Nguồn Trợ Giúp trong toàn bộ hướng dẫn để biết thêm chi tiết.



Để được hỗ trợ pháp lý thêm, hãy truy cập Đường Dây Nóng Hỗ Trợ Pháp Lý Về Quyền Sinh Sản bằng cách quét mã QR hoặc gọi số 844-868-2812.

Việc phá thai là hợp pháp và được bảo vệ tại Washington. Bất kỳ người nào, thuộc bất kỳ độ tuổi nào, đều có thể tiếp cận dịch vụ phá thai vì mọi lý do trước khi thai nhi có khả năng sống sót (khi thai nhi có thể sống bên ngoài cơ thể của quý vị). Quý vị không cần phải sống ở tiểu bang này hoặc là công dân Hoa Kỳ, đồng thời quý vị cũng không cần sự cho phép của bất kỳ người nào để được tiếp cận dịch vụ phá thai.



Quyền Riêng Tư Về Dữ Liệu

My Health My Data Act
(Đạo Luật Sức Khỏe Của Tôi, Dữ Liệu Của Tôi) nghiêm cấm hành vi bán thông tin sức khỏe cá nhân trên các ứng dụng, trang web và dark web (web tối) nếu không có sự đồng ý của quý vị.

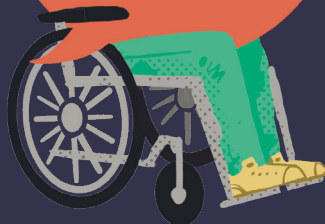
Tìm hiểu cách thức bảo vệ quyền riêng tư kỹ thuật số của quý vị tại đây:



Người Phản Đối

Theo luật pháp Washington (**RCW 9A.50.020**), không ai được phép cản trở hoặc ngăn chặn quý vị nhận dịch vụ chăm sóc y tế, kể cả dịch vụ phá thai. Nếu những người phản đối cố gắng ngăn cản hoặc đe dọa quý vị, hãy báo cho phòng khám biết và ghi nhận những gì đã xảy ra.

Liên hệ **Legal Voice** tại **info@legalvoice.org** để được hỗ trợ.



Cách Thức Xem Toàn Bộ Hướng Dẫn

Tài liệu in này là phiên bản tóm lược của cẩm nang hướng dẫn.

Toàn bộ hướng dẫn bao gồm nhiều nguồn trợ giúp nhằm hỗ trợ bất kỳ bệnh nhân nào tìm hiểu về luật phá thai tại Washington thông qua những câu chuyện đời thực lấy cảm hứng từ các bệnh nhân đã tìm kiếm dịch vụ phá thai.

Mỗi câu chuyện của bệnh nhân trong toàn bộ hướng dẫn đều kèm theo một trang Nguồn Trợ Giúp Bệnh Nhân có thông tin và đường dẫn mà quý vị có thể sử dụng để tìm thêm dịch vụ hỗ trợ nếu thấy bản thân mình ở trong hoàn cảnh tương tự.

Để đọc những câu chuyện của bệnh nhân và xem toàn bộ danh sách các nguồn trợ giúp, hãy tham khảo hướng dẫn tại **prochoicewashington.org/resources/abortion-access-guide** hoặc quét mã QR dưới đây.



