

Frågor och svar om oplanerad graviditet

Vid de allra flesta graviditeter är det vanligt att man fylls av frågor och funderingar. En oplanerad graviditet kan leda till ett mer brådskande behov av svar. Vi har därför försökt besvara några av de oftast förekommande frågorna här, men det är viktigt att du även talar med någon som kan hjälpa dig vidare med alla frågor.

Vägledarna på Respekts jourtelefon, som finns till för att lyssna och hjälpa, besvarar samtal torsdagar och söndagar 19-21. Du kan vara anonym. Vill du hellre skicka e-post är adressen jourtelefon@respektlivet.nu. Du kan också SMS:a på 073-079 27 24. Vi svarar så fort vi kan!

Vart kan jag vända mig för vägledning och stöd om jag är gravid?

Respekts jourtelefon svarar på tfn. 020-462 662. Vägledarna kan även kontaktas via e-post på jourtelefon@respektlivet.nu eller med SMS till 073-079 27 24. Du kan kontakta jourtelefonen anonymt, och vägledarna tar emot stora såväl som små frågor.

Vill du hellre träffa någon personligen finns det minna-mottagningar i Göteborg och Uppsala som erbjuder stödsamtal, information om samhällets hjälp, samtal med kvinnor och män efter abort, vänta-barn-grupper för ensamstående mammor och mamma-barn-grupper. Kontakta minna-mottagningen i Göteborg på tfn. 031 - 82 66 11 och Uppsala på tfn. 018-12 16 30, eller läs mer på www.minna.nu.

Jag är ensamstående. Finns det någon som kan hjälpa och finnas till hands vid förlossningen?

Du kan få hjälp av en så kallad doula. En doula är en hjälpkvinna som är med som stöd till en annan kvinna när hon föder barn. Om du är ensamstående och inte har någon att ha med vid förlossningen kan du kontakta en doula, som kan vara med vid din förlossning. Även om det finns en närvarande pappa som ska vara med kan det vara skönt att ha med en annan kvinna som själv fött barn.

En doula kan också vara bra att prata med inför förlossningen och efteråt. Hon kan även fungera som stöd och hjälp rent praktiskt tiden efter förlossningen. En telefonlista på olika doulor finns på www.doula.nu, där du kan läsa mer om hur en doula kan hjälpa.

Vad finns det för ekonomiskt stöd om jag väljer att behålla barnet?

Din ekonomiska ersättning under föräldraledigheten varierar beroende på nuvarande inkomst. Förutom föräldrapenningen finns barnbidrag (lika för alla) och bostadsbidrag (behovsprövat). Läs mer på Försäkringskassans webbsida www.fk.se eller ring din lokala försäkringskassa för utförligare information.

Har man svåra ekonomiska problem kan man även ansöka om ekonomiskt bistånd (socialbidrag) från socialtjänsten. (Se www.sos.se där det finns utförliga svar på ett stort antal frågor).

Finns det några nätverk för unga och/eller ensamstående föräldrar?

Det finns ett antal föreningar och nätverk med lokalgrupper för unga och/eller ensamstående föräldrar eller helt enkelt föräldrar som vill träffa andra likasinnade. Nätverken organiserar bl.a. barnvaktspooler, samtalsgrupper och sommarkollo för barn och vuxna.

Två av de nätverk som finns är:

Makalösa föräldrar www.makalosa.org

Unga föräldrars nätverk www.ungaforaldrar.nu

Mitt barn kommer att födas med ett funktionshinder. Vart kan jag vända mig för att få praktiska råd och stöd från specialister och föräldrar i liknande situationer?

Spädbarnsverksamheter för föräldrar till barn som har funktionshinder organiseras av de flesta landsting. Din mödravårdscentral bör kunna hänvisa dig till spädbarnsmottagningen i ditt landsting.

Det finns även olika nätverk och stödföreningar för familjer med barn med olika diagnoser. Hänvisningar till dessa kan du också få från din mödravårdscentral. Se även webbsidan www.benotafraid.net, där det finns utförlig information om en mängd olika diagnoser samt samlade erfarenheter från föräldrar som gått igenom det du står inför.

Hur gör jag om jag inte vill behålla barnet?

Det vanligaste alternativet, om man inte vill behålla sitt barn, är att barnet placeras i en fosterfamilj. Det finns barn som adopteras bort, även om detta i Sverige är ovanligt och sker endast med ett tiotal barn om året. Man föredrar att placera barnet i fosterfamilj ifall föräldrarna skulle ändra sig i framtiden och vilja ta hand om sitt barn själva. I båda fall kontaktas socialnämnden i mammans hemkommun.