សេវាកម្មផ្នែករៀបចំផែនការគ្រួសារ និងការយកកូនចេញ
នៅក្នុងខោនធី LOS ANGELES

ការទទួលបានសេវាកម្មផ្នែករៀបចំផែនការគ្រួសារ និងសុខភាពបន្តពូជដែលពេញលេញ ទាន់ពេលវេលា និងមានគុណភាពខ្ពស់ គឺជាចំណុចចាំបាច់ចំពោះសុខភាព របស់បុគ្គលម្នាក់ៗ ក្រុមគ្រួសារ និងសហគមន៍។ សេចក្តី

ណែនាំនេះរៀបរាប់អំពីធនធានដែលមានផ្តល់ជូននៅក្នុងខោនធី Los Angeles សម្រាប់បុគ្គលទាំងឡាយណាដែលត្រូវការសេវាកម្មថែទាំទាក់ទងទៅនឹងការយកកូនចេញ សេវាកម្មផ្នែកពន្យារកំណើត ឬសេវាកម្មដែលពាក់ព័ន្ធផ្សេងៗទៀត។

សេចក្តីណែនាំនេះនឹងមានការធ្វើបច្ចុប្បន្នកម្មជាប្រចាំ ដើម្បីបង្ហាញពីចំណុចដែលមានការប្រែប្រួលផ្សេងៗនៃ ផ្នែកថែទាំសុខភាពបន្តពូជនៅក្នុងខោនធី។ ធនធានទាំងឡាយត្រូវបានរៀបរាប់តាមលំដាប់នៃតួអក្សរភាសាអង់គ្លេស នៅក្នុងផ្នែកនីមួយៗ។

តើនរណាខ្លះជាអ្នកផ្តល់សេវាកម្មផ្នែកការយកកូនចេញ នៅក្នុងខោនធី LA?

ការថែទាំផ្នែកការយកកូនចេញគឺមានផ្តល់ជូន និងអាចទទួលសេវាកម្មនេះបាននៅក្នុងខោនធី LA។ ការយកកូនចេញមានការជួយចេញថ្លៃចំណាយជូនដោយធានារ៉ាប់រងសុខភាពនៅក្នុងរដ្ឋ California រួមទាំងកម្មវិធីធានារ៉ាប់រង Medi-Cal ផងដែរ។ សូមកត់សម្គាល់ថាបុគ្គលដែលមានប្រាក់ចំណូលទាបទាំងអស់នៅក្នុងរដ្ឋ California អាចទទួលជំនួយពីកម្មវិធីធានារ៉ាប់រង Medi-Cal បាននៅអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ ដោយមិនគិតអំពីស្ថានភាពអន្តោប្រវេសន៍ឡើយ។ ការយកកូនចេញអាចធ្វើទៅបានដោយការប្រើប្រាស់ថ្នាំពេទ្យ (ថ្នាំគ្រាប់) ឬតាមរយៈដំណើរការនៅក្នុងគ្លីនិក ដោយអាស្រ័យទៅលើការសម្រេចចិត្តរបស់អ្នកជំងឺ ក៏ដូចជាស្ថានភាពសុខភាពនិងស្ថានភាពនៃការរស់នៅរបស់បុគ្គល ហើយនិងដំណាក់កាលនៃការមានផ្ទៃពោះ ផងដែរ។

សេវាកម្មផ្នែករៀបចំផែនការគ្រួសារ និងការយកកូនចេញ
នៅក្នុងខោនធី LOS ANGELES

ក្នុងករណីខ្លះ ពេទ្យឆ្មប ឬគិលានុបដ្ឋាយិកាជំនាញ ឬពេទ្យរោគស្ត្រី (OB-GYN) ឬក៏ពេទ្យសម្ភពឯកជនអាចផ្តល់នូវការថែទាំផ្នែកការយកកូនចេញបាន។ ក្នុងករណីភាគច្រើន សេវាកម្មផ្នែកយកកូនចេញមានផ្តល់ជូនដោយ OB-GYNs ដែលមានការបង្ហាត់បង្រៀនសម្រាប់ការថែទាំដោយជំនាញឯកទេសនេះ។

អ្នកផ្តល់សេវាកម្មផ្នែកការយកកូនចេញ នៅក្នុងខោនធី Los Angeles រួមមានដូចជា៖

Cedars Sinai | Family Planning Program (កម្មវិធីរៀបចំផែនការគ្រួសារ)
គេហទំព័រ៖ https://www.cedars-sinai.org/programs/gynecology/clinical-programs/family-planning.html
លេខទូរស័ព្ទ៖ 310-423-9268 (បើកធ្វើការពីថ្ងៃច័ន្ទ ដល់ថ្ងៃសុក្រ ចាប់ពីម៉ោង 8 ព្រឹក ដល់ម៉ោង 4:30 ល្ងាច)
គ្លីនិកដែលអាចទៅជួបដោយផ្ទាល់បាន ហើយដែលមានផ្តល់ជូនសេវាកម្មផ្នែករៀបចំផែនការគ្រួសារយ៉ាងពេញលេញ
ក៏ដូចជាការថែទាំផ្នែកការយកកូនចេញដោយការប្រើប្រាស់ថ្នាំគ្រាប់ និងដោយការវះកាត់ផងដែរ។

Choix
គេហទំព័រថ្មី៖ https://choixhealth.com/
លេខទូរស័ព្ទ៖ 858-203-0531 (បើកធ្វើការពីថ្ងៃច័ន្ទ ដល់ថ្ងៃសុក្រ ចាប់ពីម៉ោង 8:30 ព្រឹក ដល់ម៉ោង 4:30 ល្ងាច សម្រាប់រដ្ឋប៉ែកខាងលិចសហរដ្ឋអាមេរិក)
Choix គឺជាគ្លីនិកថែទាំសុខភាពពីចម្ងាយ (telemedicine clinic) បែបឯកជនមួយដែលផ្តល់សេវាកម្មថែទាំសុខភាពបន្តពូជ និងសុខភាពផ្លូវភេទនៅក្នុងរដ្ឋ California រដ្ឋ Colorado រដ្ឋ Illinois រដ្ឋ New Mexico និងរដ្ឋ Virginia។

FPA Women's Health
គេហទំព័រ៖ https://www.fpawomenshealth.com/abortion (សម្រាប់ការយកកូនចេញ)
ទូរស័ព្ទ ឬផ្ញើសារជាអក្សរទៅកាន់លេខ 877- 883-7264 (បើកធ្វើការចាប់ពីម៉ោង 8 ព្រឹក ដល់ម៉ោង 5 ល្ងាច)
គ្លីនិកដែលអាចទៅដោយផ្ទាល់ អាចទាក់ទងតាមអនឡាញ និងពីចម្ងាយបាន
ផ្នែកថែទាំសុខភាពស្ត្រី មានផ្តល់ជូនសេវាកម្មដូចជាផ្នែករោគស្ត្រី ផ្នែកពន្យារកំណើត ផ្នែកយកកូនចេញ និងផ្នែកធ្វើតេស្តរកជំងឺឆ្លងតាមផ្លូវភេទ (STI) ផងដែរ។
មានគ្លីនិកចំនួន 25 កន្លែងនៅក្នុងរដ្ឋ CA។
គេហទំព័រ៖ https://www.fpawomenshealth.com/telehealth
(សម្រាប់ការថែទាំសុខភាពពីចម្ងាយ)

Her Care
គេហទំព័រ៖ https://hercare.org/
លេខទូរស័ព្ទ៖ 213-516-8580
អ្នកផ្តល់សេវាកម្មឯកជនផ្នែករៀបចំផែនការគ្រួសារ ផ្នែកវះកាត់កែសម្ផស្ស និងផ្នែកយកកូនចេញ សម្រាប់ស្ត្រីដែលមានអាយុចាប់ពី 15 ឆ្នាំ ដល់ 65 ឆ្នាំ ហើយមានទីតាំងចំនួនបីកន្លែងនៅក្នុងខោនធី LA។

LA County Department of Health Services (DHS)
គេហទំព័រ៖ https://dhs.lacounty.gov/
នាយកដ្ឋានសេវាកម្មផ្នែកសុខភាព (DHS) ផ្តល់ជូនសេវាកម្មផ្នែកសុខភាពបន្តពូជយ៉ាងពេញលេញ រួមទាំងការថែទាំសុខភាពមុនពេលមានផ្ទៃពោះ ការត្រួតពិនិត្យរកជំងឺឆ្លងតាមផ្លូវភេទ (STI) ការថែទាំផ្នែកពន្យារកំណើត និងការយកកូនចេញ ផងដែរ។

Luna Flow
គេហទំព័រ៖ https://www.lunaflowhealth.com/
ការយកកូនចេញដោយប្រើប្រាស់ថ្នាំគ្រាប់លក្ខណៈឯកជន ដោយការថែទាំពីចម្ងាយនៅក្នុងរដ្ឋ California សម្រាប់រហូតដល់ការមានផ្ទៃពោះរយៈពេល 10 សប្តាហ៍។ សេវាកម្មដោយផ្ទាល់ក៏មានផ្តល់ជូននៅក្នុងតំបន់ខោនធី Los Angeles ផងដែរ។

My Choice Medical Center
គេហទំព័រ៖ https://www.mychoicemedicalcenter.com/
លេខទូរស័ព្ទ៖ 866-397-3070 (បណ្តាញទូរស័ព្ទបន្ទាន់នេះអាចប្រើប្រាស់បាន 24 ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ)
មានការិយាល័យគ្លីនិកនៅក្នុងទីក្រុង Los Angeles និងទីក្រុង Van Nuys ដោយមានម៉ោងដំណើរការចាប់ពីម៉ោង 9 ព្រឹក ដល់ម៉ោង 1 រសៀល។
My Choice Medical Center គឺជាទីកន្លែងផ្តល់ការថែទាំសុខភាពគ្រប់សេវាកម្មបែបឯកជនមួយដែលមានផ្តល់ជូនសេវាកម្មផ្នែកយកកូនចេញ ផងដែរ។

Planned Parenthood Los Angeles (PPLA)
គេហទំព័រ៖ https://www.plannedparenthood.org/planned-parenthood-los-angeles
លេខទូរស័ព្ទ៖ 800-576-5544
Planned Parenthood Los Angeles ផ្តល់ការថែទាំផ្នែកសុខភាពបន្តពូជយ៉ាងពេញលេញ ជូនដល់សហគមន៍នានានៅទូទាំងខោនធី LA។

សេវាកម្មផ្នែករៀបចំផែនការគ្រួសារ និងការយកកូនចេញ នៅក្នុងខោនធី LOS ANGELES

Planned Parenthood Pasadena and San Gabriel Valley (PPPSGV)

គេហទំព័រ៖ https://www.plannedparenthood.org/planned-parenthood-pasadena-san-gabriel-valley/getcare
លេខទូរស័ព្ទ៖ 626-798-7938 ឬ 626-798-0706
Planned Parenthood Pasadena & San Gabriel Valley ផ្តល់ជូនការថែទាំផ្នែកសុខភាពបន្តពូជយ៉ាងពេញលេញ។ អាចអញ្ជើញទៅកាន់ទីនោះដោយផ្ទាល់ ឬក៏ធ្វើការណាត់ជួបតាមរយៈវីដេអូអនឡាញ ឬការណាត់ជួបនៅក្នុងថ្ងៃតែមួយបាន ជាមួយនឹងអ្នកផ្តល់សេវាកម្មផ្នែកថែទាំសុខភាព។

UCLA | OBGYN Division of Family Planning (ផ្នែករៀបចំផែនការគ្រួសារនៃគ្លីនិករោគស្ត្រី)

គេហទំព័រ៖ https://www.uclahealth.org/obgyn/family-planning
ទាក់ទងទៅអ្នកសម្របសម្រួលតាមរយៈលេខ៖ 310-825-5961
(ម៉ោងដំណើរការ៖ ពីថ្ងៃច័ន្ទ ដល់ថ្ងៃព្រហស្បត្តិ៍ ចាប់ពីម៉ោង 8 ព្រឹក ដល់ម៉ោង 5 ល្ងាច ហើយសម្រាប់ថ្ងៃសុក្រ ចាប់ពីម៉ោង 8 ព្រឹក ដល់ម៉ោង 4:30 ល្ងាច)
គ្លីនិកនេះផ្តល់ជូនសេវាកម្មផ្នែកសុខភាពបន្តពូជយ៉ាងពេញលេញ។

តើខ្ញុំអាចស្វែងរកទីតាំងដែលផ្តល់សេវាកម្មផ្នែកយកកូនចេញដោយការវះកាត់ និងដោយការប្រើប្រាស់ថ្នាំគ្រាប់នៅក្នុងតំបន់ ហើយនិងថ្នាក់ជាតិបាននៅកន្លែងណាខ្លះ?

ការយកកូនចេញគឺជារឿងដែលស្របច្បាប់ និងដែលមានសុវត្ថិភាព នៅក្នុងរដ្ឋ California។ ការថែទាំផ្នែកយកកូនចេញនៅក្នុងរដ្ឋ California មានផ្តល់ជូន សម្រាប់បុគ្គលដែលមានផ្ទៃពោះទាំងអស់ ហើយមានអាយុប៉ុន្មានក៏ដោយ **ដោយមិនគិតអំពីស្ថានភាពអន្តោប្រវេសន៍ ឬកន្លែងដែលអ្នករស់នៅឡើយ។**

គេហទំព័រថ្នាក់ជាតិទាំងអស់នេះជួយដល់អ្នកដែលចង់ទទួលបានព័ត៌មានបន្ថែមអំពីទីកន្លែង និងវិធីដែលអាចយកកូនចេញបាន។

Abortion Finder

គេហទំព័រ៖ https://www.abortionfinder.org/
គេហទំព័រដែលមានឈ្មោះមណ្ឌលសុខភាពច្រើនជាង 700 កន្លែង និងបញ្ជីរាយឈ្មោះនិងលេខទំនាក់ទំនងយ៉ាងពេញលេញនៃអ្នកផ្តល់សេវាកម្មផ្នែកយកកូនចេញដែលមានការបញ្ជាក់ត្រឹមត្រូវ។

ACCESS Reproductive Justice
គេហទំព័រ៖ https://accessrj.org/
លេខទូរស័ព្ទ៖ 800-376-4636 (បើកធ្វើការពីថ្ងៃច័ន្ទ ដល់ថ្ងៃព្រហស្បត្តិ៍ ចាប់ពីម៉ោង 10 ព្រឹក ដល់ម៉ោង 4 ល្ងាច)
ខ្សែទូរស័ព្ទ (ជាភាសាអង់គ្លេស និងភាសាអេស្ប៉ាញ) មានផ្តល់ព័ត៌មានដោយរក្សាការសម្ងាត់ និងដោយមិនគិតថ្លៃ ការបញ្ជូនឈ្មោះ ការគាំទ្រ និងការប្រឹក្សាពីអ្នកដែលមានអាយុប្រហាក់ប្រហែលគ្នាអំពីបញ្ហាសុខភាពផ្លូវភេទ និងសុខភាពបន្តពូជ ដោយមានឯកទេសលើជម្រើសនៃការមានផ្ទៃពោះ និងសេវាកម្មផ្នែកយកកូនចេញ ផងដែរ។

Aid Access
គេហទំព័រ៖ https://aidaccess.org/
Aid Access ធ្វើកិច្ចការដើម្បីកែលម្អស្ថានភាពសុខភាព និងសិទ្ធិរបស់ស្ត្រីទាំងឡាយដែលមិនអាចទទួលបានសេវាកម្មផ្នែកយកកូនចេញនៅក្នុងតំបន់ទេនោះ។

American College of Obstetricians and Gynecologists (ACOG)
គេហទំព័រ៖ https://www.acog.org/womens-health/faqs/induced-abortion
ព័ត៌មានសុខភាពដែលផ្អែកទៅលើភ័ស្តុតាងដែលអាចទុកចិត្តបាន ដោយផ្តោតទៅលើសុខភាពរបស់ស្ត្រី។

California Abortion Access
គេហទំព័រ៖ https://abortion.ca.gov/
គេហទំព័ររបស់រដ្ឋ California នេះរៀបរាប់អំពីព័ត៌មានដែលទាន់ហេតុការណ៍ និងត្រឹមត្រូវ អំពីរបៀបដែលអ្នកអាចទទួលបានសេវាកម្មផ្នែកយកកូនចេញនៅក្នុងរដ្ឋ California។

Hey Jane
គេហទំព័រ៖ https://www.heyjane.co/
ផ្ញើសារជាអក្សរទៅកាន់អ្នកផ្តល់សេវាកម្មផ្នែកថែទាំសុខភាពតាមរយៈលេខ 405-643-7957 គ្លីនិកតាមអនឡាញដែលផ្តល់ជូនថ្នាំគ្រាប់សម្រាប់យកកូនចេញ ហើយដែលដឹកជញ្ជូនទៅដល់ផ្ទះរបស់អ្នក។

INeedAnA
គេហទំព័រ៖ https://www.ineedana.com/
"I Need an A"
គឺជាវេទិកាពិភាក្សាអនឡាញដែលអាចផ្លាស់ប្តូរព័ត៌មានទៅវិញទៅមកបានជាភាសាអង់គ្លេស និងភាសាអេស្ប៉ាញ ហើយដែលជួយដល់អ្នកប្រើប្រាស់ទាំងឡាយក្នុងការស្វែងរកធនធាន និងគ្លីនិកនានានៅក្នុងតំបន់របស់ពួកគេ ឬលេខកូដតំបន់ (zip code) ណាមួយដែលពួកគេជ្រើសរើស។

Miscarriage + Abortion Hotline
គេហទំព័រ៖ https://www.mahotline.org/
លេខទូរស័ព្ទ៖ 833-246-2632 (បម្រើសេវាកម្មចាប់ពីម៉ោង 5 ព្រឹក ដល់ម៉ោង 11 យប់)
ស្វែងរកជំនួយដែលរក្សាការសម្ងាត់ ហើយនិងគ្រប់គ្រងដោយខ្លួនឯងចំពោះករណីកូនស្លាប់មុនកើត ឬការយកកូនចេញដោយមិនចាំបាច់ចេញពីផ្ទះ។ សូមទូរស័ព្ទ ឬផ្ញើសារទៅកាន់បុគ្គលិកនៅគ្លីនិកដែលមានបទពិសោធន៍ជាច្រើនឆ្នាំលើផ្នែកថែទាំសម្រាប់ករណីកូនស្លាប់មុនកើត និងការយកកូនចេញ។

National Abortion Federation
គេហទំព័រ៖ https://prochoice.org/patients/find-a-provider/
ផែនទីដែលអាចផ្លាស់ប្តូរព័ត៌មានទៅវិញទៅមកបាននៅលើប្រព័ន្ធអនឡាញ ដើម្បីស្វែងរកអ្នកផ្តល់សេវាកម្មផ្នែកថែទាំសុខភាពមួយដែលនៅក្បែរអ្នក (សម្រាប់សហរដ្ឋអាមេរិក ប្រទេសម៉ិកស៊ិក និងប្រទេសកាណាដា)។ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែមអំពីការយកកូនចេញ និងធនធានផ្សេងទៀត រួមទាំងជំនួយផ្នែកការបង់ប្រាក់ផងដែរនោះ សូមទូរស័ព្ទទៅកាន់លេខ 1-800-772-9100។

Plan C
គេហទំព័រ៖ https://www.plancpills.org/
Plan C ផ្តល់ជូននូវព័ត៌មានថ្មីៗជាភាសាអង់គ្លេស និងភាសាអេស្ប៉ាញ ដើម្បីជួយដល់អ្នកដែលរស់នៅក្នុងសហរដ្ឋអាមេរិកទទួលបានជម្រើសតាមប្រព័ន្ធអនឡាញអំពីវិធីយកកូនចេញដោយប្រើប្រាស់ថ្នាំគ្រាប់ ហើយដោយមិនចាំបាច់ចាកចេញពីផ្ទះ។

Women's Health Specialists
គេហទំព័រ៖ https://www.womenshealthspecialists.org/
លេខទូរស័ព្ទ៖ 800-714-8151 (បើកធ្វើការពីថ្ងៃច័ន្ទ ដល់ថ្ងៃសុក្រ ចាប់ពីម៉ោង 8:30 ព្រឹក ដល់ម៉ោង 5 ល្ងាច)
ធនធាននេះផ្តល់ការគាំទ្រផ្នែកសុខភាពបន្តពូជ ការអប់រំ និងសេវាកម្មផ្សេងៗ។

ការរំឮក៖ សូមប្រុងប្រយ័ត្នចំពោះការផ្សព្វផ្សាយព័ត៌មានមិនពិត

មណ្ឌលដោះស្រាយវិបត្តិនៃការមានផ្ទៃពោះ (Crisis Pregnancy Centers/CPCs) ដែលត្រូវបានស្គាល់ថាជាមណ្ឌលធនធានសម្រាប់ពេលមានផ្ទៃពោះ (Pregnancy Resource Centers) ផងដែរនោះគឺជាទីកន្លែងបើកដំណើរការដោយឯកជនដែលមើលទៅហាក់បីដូចជាគ្លីនិកផ្នែកថែទាំសុខភាពផងដែរ ប៉ុន្តែជារឿយៗមិនមានបុគ្គលិកដែលជាអ្នកផ្តល់សេវាកម្មផ្នែកពេទ្យពិតប្រាកដនោះទេ។ នៅក្នុងរដ្ឋ California និងនៅទូទាំងប្រទេស ទីកន្លែងទាំងនេះមានចំនួនទីតាំងច្រើនជាងគ្លីនិកដែលអនុវត្តលើការយកកូនចេញទៀតផង ហើយទីកន្លែងទាំងនេះជាទូទៅមានទីតាំងស្ថិតនៅយ៉ាងជិតគ្លីនិកផ្នែកយកកូនចេញពិតប្រាកដ ផងដែរ។ នៅតាមអនឡាញ ប្រជាជនអាចងាយស្រួលនឹងគិតថាទីកន្លែងទាំងនេះជាគ្លីនិកសម្រាប់យកកូនចេញ លុះត្រាតែពួកគេបានអានការពិពណ៌នាអំពីទីកន្លែងទាំងនោះឱ្យបានល្អិតល្អន់។

ជាទូទៅ ទីកន្លែង CPC ដំណើរការដោយអង្គការផ្សេងៗដែលពាក់ព័ន្ធទៅនឹងសាសនា និងផ្តល់ជូននូវការធ្វើតេស្តរកមើលការមានផ្ទៃពោះ ការថតឆ្លុះដោយប្រើប្រាស់រលកសម្លេង (ការឆ្លុះអេកូ/ultrasound) និងផ្តល់របស់របរប្រើប្រាស់ជូនដល់ឪពុកម្តាយដែលមានផ្ទៃពោះ និងកូនតូច ដោយមិនគិតថ្លៃ ឬជាការដោះដូរដើម្បីឱ្យអតិថិជនចូលរៀនវគ្គសិក្សានានា។ ទីកន្លែង CPC មួយចំនួននៅក្នុងរដ្ឋ California ផ្តល់ជូនសេវាកម្មផ្នែកសុខភាពយ៉ាងពេញលេញ ប៉ុន្តែជាជាងការផ្តល់ព័ត៌មានដែលច្បាស់លាស់អំពីការបញ្ឈប់មានផ្ទៃពោះជូនដល់អ្នកជំងឺ ដើម្បីឱ្យអតិថិជនអាចធ្វើការសម្រេចចិត្តដោយខ្លួនឯងនោះ

តើខ្ញុំត្រូវបង់ប្រាក់សម្រាប់ការយកកូនចេញដោយរបៀបណាខ្លះ?

នៅក្នុងរដ្ឋ California ការយកកូនចេញគឺមានការជួយចេញថ្លៃចំណាយជូនដោយធានារ៉ាប់រងសុខភាព រួមទាំងតាមរយៈកម្មវិធីធានារ៉ាប់រង Medi-Cal សម្រាប់បុគ្គលដែលមានប្រាក់ចំណូលទាបផងដែរ។ នរណាម្នាក់ក៏អាចដាក់ស្នើសុំចូលកម្មវិធីធានារ៉ាប់រង Medi-Cal បានផងដែរនៅពេលដែលពួកគេមានផ្ទៃពោះ ដោយមិនគិតអំពីស្ថានភាពអន្តោប្រវេសន៍ឡើយ (សូមមើលផ្នែក *កម្មវិធីធានារ៉ាប់រង Medi-Cal* នៅខាងក្រោម សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម)។

ជារឿយៗ ការទទួលធ្វើការយកកូនចេញមានការចំណាយដែលលើសពីការចេញថ្លៃថែទាំផ្នែកពេទ្យទៀតផង។ ការផ្តល់ប្រាក់សម្រាប់ការយកកូនចេញអាចជួយបំពេញលើការចំណាយទាំងនេះ ឬបង់ប្រាក់សម្រាប់ការធ្វើដំណើរ ការស្នាក់នៅ និងការមើលថែទាំកុមារ ក៏ដូចជាថ្លៃចំណាយលើការយកកូនចេញនោះផងដែរ (ទាំងសម្រាប់អ្នករស់នៅក្នុងរដ្ឋ California ក៏ដូចជាអ្នកដែលមកពីរដ្ឋផ្សេង ផងដែរ)។

ACCESS Reproductive Justice
គេហទំព័រ៖ https://accessrj.org/
លេខទូរស័ព្ទ៖ 800-376-4636 (បើកធ្វើការពីថ្ងៃច័ន្ទ ដល់ថ្ងៃព្រហស្បតិ៍ ចាប់ពីម៉ោង 10 ព្រឹក ដល់ម៉ោង 4 ល្ងាច)
ផ្តល់ជូនដោយមិនគិតថ្លៃ និងដោយរក្សាការសម្ងាត់នូវព័ត៌មាន ការបញ្ជូនឈ្មោះ ការគាំទ្រ និងការប្រឹក្សាពីអ្នកដែលមានអាយុប្រហាក់ប្រហែលគ្នាអំពីបញ្ហាសុខភាពបន្តពូជ និងសុខភាពផ្លូវភេទយ៉ាងពេញលេញ ដោយមានឯកទេសជាពិសេសលើជម្រើសនៃការមានផ្ទៃពោះ និងសេវាកម្មផ្នែកយកកូនចេញ។

Medi-Cal Insurance

Medi-Cal គឺជាកម្មវិធីធានារ៉ាប់រងសុខភាពរបស់រដ្ឋ California សម្រាប់អ្នកដែលមានប្រាក់ចំណូលទាប។ អ្នកអាចដាក់ស្នើសុំអត្ថប្រយោជន៍របស់កម្មវិធីធានារ៉ាប់រង Medi-Cal បាន ដោយមិនគិតអំពីភេទ ជាតិសាសន៍ សាសនា ពណ៌សម្បុរ ប្រទេសកំណើត ថាស្រឡាញ់ភេទអ្វី ស្ថានភាពគ្រួសារ អាយុ ពិការភាព ស្ថានភាពអតីតទាហាន ឬស្ថានភាពអន្តោប្រវេសន៍ឡើយ ប្រសិនបើអ្នកមានអាយុចាប់ពី 50 ឆ្នាំឡើងទៅ។

- **ទាំងកម្មវិធីធានារ៉ាប់រង Medi-Cal ដែលមានល័ក្ខខ័ណ្ឌ (Restricted Medi-Cal) (សម្រាប់តែសេវាកម្មក្នុងករណីបន្ទាន់ និងផ្នែកមានផ្ទៃពោះប៉ុណ្ណោះ) និងកម្មវិធីធានារ៉ាប់រង Medi-Cal ដែលពាក់ព័ន្ធទៅនឹងការមានផ្ទៃពោះ(Pregnancy-Related Medi-Cal) នឹងជួយចេញថ្លៃចំណាយចំពោះតម្រូវការផ្នែកសុខភាពនៅអំឡុងពេលមានផ្ទៃពោះ ហើយទាំងពេលសម្រាលកូន ឬកូនស្លាប់មុនកើត ឬក៏ការយកកូនចេញ និងការថែទាំផ្នែកពេទ្យសម្រាប់រយៈពេល 12 ខែបន្ទាប់ពីមានផ្ទៃពោះរួចផងដែរ ដោយមិនគិតអំពីស្ថានភាពអន្តោប្រវេសន៍ឡើយ។** សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ៖https://www.mchaccess.org/pdfs/alerts/Access%20full%20Medi-Cal%20benefits%20during%20pregnancy%20and%2012%20months%20after%205-1-22.docx.pdf
- **Medi-Cal Non-Medical Transportation Benefit (NMT)៖** NMT គឺជាការដឹកជញ្ជូនទៅ និងមកពីទីតាំងផ្តល់សេវាកម្មមួយដែលមានចេញថ្លៃចំណាយជូនដោយកម្មវិធីធានារ៉ាប់រង Medi-Cal។ មនុស្សទាំងអស់ដែលបានចុះឈ្មោះនៅក្នុងកម្មវិធីធានារ៉ាប់រង Medi-Cal អាចប្រើប្រាស់សេវាកម្មនេះបាន រួមមានទាំងបុគ្គលដែលមានផ្ទៃពោះ រហូតដល់ចុងបញ្ចប់នៃរយៈពេល 12 ខែបន្ទាប់ពីមានផ្ទៃពោះរួចផងដែរ ដោយមិនគិតអំពីស្ថានភាពអន្តោប្រវេសន៍ឡើយ។ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ៖ https://www.mchaccess.org/pdfs/alerts/NMT%20Consumer%20Flyer%20Updated%20-1-14-21%20-%20English%20and%20Spanish.pdf

National Network of Abortion Funds

គេហទំព័រ៖ https://abortionfunds.org/
The National Network of Abortion Funds តភ្ជាប់អ្នកប្រើប្រាស់ទាំងឡាយទៅនឹងអង្គការនានាដែលអាចជួយដល់តម្រូវការផ្នែកបង់ប្រាក់ និងផ្នែកដំណើរការចាត់ចែងចំណុចផ្សេងៗ នៅពេលដែលស្ត្រីគ្រោងរៀបចំសម្រាប់ធ្វើការយកកូនចេញ។

Women's Health Specialists

គេហទំព័រ៖ https://www.womenshealthspecialists.org/
លេខទូរស័ព្ទ៖ 800-714-8151 (បើកធ្វើការពីថ្ងៃច័ន្ទ ដល់ថ្ងៃសុក្រ ចាប់ពីម៉ោង 8:30 ព្រឹក ដល់ម៉ោង 5 ល្ងាច)
ធនធាននេះផ្តល់ការគាំទ្រ ការអប់រំ និងសេវាកម្មផ្នែកសុខភាពបន្តពូជ។

Women's Reproductive Rights Assistance Fund (WRRAP)

គេហទំព័រ៖ https://wrrap.org/
WRRAP សហការដោយផ្ទាល់ជាមួយនឹងមន្ទីរពេទ្យ គ្លីនិក និងគ្រូពេទ្យជាង 700 កន្លែង/នាក់ - មិនមែនអ្នកជំងឺទេ - ដើម្បីធ្វើការផ្តល់ប្រាក់ជំនួយក្នុងការយកកូនចេញ ទាំងវិធីប្រើប្រាស់ថ្នាំគ្រាប់ និងវិធីវះកាត់ សម្រាប់ស្ត្រីទាំងឡាយនៅទូទាំងសហរដ្ឋអាមេរិក រួមទាំងនៅក្នុងរដ្ឋ California និងខោនធី LA ផងដែរ។
សូមទាក់ទងទៅកាន់ពួកគេតាមរយៈគ្លីនិក ឬគ្រូពេទ្យរបស់អ្នក។

តើខ្ញុំអាចទទួលបានការថែទាំផ្នែកបង្ការការមានផ្ទៃពោះ ឬការពន្យារកំណើតផ្សេងទៀតនៅកន្លែងណាខ្លះ?

Community Clinic Association of LA County (CCALAC)

CCALAC តំណាងឱ្យគ្លីនិកនៅក្នុងសហគមន៍ និងមណ្ឌលថែទាំសុខភាពដែលមិនមែនដើម្បីប្រាក់ចំណេញ ហើយដែលបើកដំណើរការទីតាំងផ្តល់សេវាកម្មផ្នែកថែទាំបឋមនានានៅទូទាំងខោនធី។ គ្លីនិកទាំងឡាយនៅក្នុងសហគមន៍ផ្តល់ជូននូវផ្នែកថែទាំសុខភាពបឋម រួមមានទាំងសេវាកម្មផ្នែកសុខភាពផ្លូវកាយ ផ្នែកសុខភាពមាត់ធ្មេញ ផ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្ត និងផ្នែកការពន្យារកំណើតផងដែរ ជូនដល់ប្រជាជនដែលមិនមានធានារ៉ាប់រង អ្នកដែលមិនមានធានារ៉ាប់រងគ្រប់គ្រាន់ និងអ្នកដែលមិនមានធនធានគ្រប់គ្រាន់ផងដែរ។
ស្វែងរកគ្លីនិកមួយដែលនៅក្បែរអ្នក៖ https://ccalac.org/find-a-clinic/

Family PACT Providers

Family PACT ផ្តល់នូវសេវាកម្មផ្នែករៀបចំផែនការគ្រួសារយ៉ាងពេញលេញជូនដល់បុរសនិងស្ត្រីដែលមានប្រាក់ចំណូលទាប ហើយមានសិទ្ធិអាចទទួលបាន នៅក្នុងរដ្ឋ California។
ស្វែងរកអ្នកផ្តល់សេវាកម្ម Family PACT មួយដែលនៅជិតអ្នក៖ https://familypact.org/provider-search/

Federally Qualified Health Centers (FQHCs)

Federally Qualified Health Centers
គឺជាអ្នកផ្តល់សេវាកម្មផ្នែកថែទាំសុខភាពនៅតាមសហគមន៍
ដែលមានផ្តល់ជូនសេវាកម្មផ្នែកថែទាំបឋម នៅក្នុងតំបន់ដែលមិនបានទទួល
ការថែទាំគ្រប់គ្រាន់។ FQHC នឹងផ្តល់ការថែទាំ ប្រសិនបើអ្នកមានធានារ៉ាប់រងសុខភាព
ឬបើទោះបីជាអ្នកមិនមានធានារ៉ាប់រងក៏ដោយ។
ស្វែងរកគ្លីនិកមួយដែលនៅជិតអ្នក៖ https://findahealthcenter.hrsa.gov/

Los Angeles County Department of Health Services, Women's Health Services

កម្មវិធីនេះផ្តល់ព័ត៌មានផ្នែកសុខភាព ការប្រឹក្សា និងសេវាកម្មផ្នែករៀបចំផែនការគ្រួសារ
ជូនដល់មនុស្សពេញវ័យ និងក្មេងជំទង់ដែលមានប្រាក់ចំណូលទាប
ដើម្បីកាត់បន្ថយភាគរយនៃការមានផ្ទៃពោះដែលមិនបានគ្រោងទុក
ហើយនិងថែរក្សាសុខភាពបន្តពូជ ផងដែរ។
ស្វែងរកគ្លីនិកដែលនៅក្បែរអ្នក៖ https://dhs.lacounty.gov/womens-health/our-services/womens-health/

Title X Family Planning Clinic Locator

Title X គឺជាការផ្តល់ប្រាក់ពីរដ្ឋាភិបាលដែលផ្តល់ជូននូវវិធីសាស្ត្រផ្នែករៀបចំផែនការគ្រួសារ
និងសេវាកម្មសុខភាពបង្ការទុកជាមុនដែលពាក់ព័ន្ធផ្សេងទៀតជាច្រើនប្រភេទ ផងដែរ។
ស្វែងរកគ្លីនិកផ្នែករៀបចំផែនការគ្រួសារពេញលេញដែលផ្តល់នូវជម្រើសពេញលេញសម្រាប់
ការពន្យារកំណើត សេវាកម្មផ្នែកជំងឺឆ្លងតាមផ្លូវភេទ (STI)
ការប្រឹក្សាអំពីការធ្វើតេស្តរកផ្ទៃពោះ និងអំពីជម្រើសផ្សេងៗ
ហើយនិងការពិនិត្យរកមើលជំងឺមហារីកជូនដល់ដល់យុវវ័យ
និងអ្នកដែលមានប្រាក់ចំណូលទាប ផងដែរ។
ស្វែងរកគ្លីនិកមួយដែលនៅក្បែរអ្នក៖ https://opa-fpclinicdb.hhs.gov/

អ្នកផ្តល់ជំនួយ (DOULA) សម្រាប់ផ្នែកការយកកូនចេញ

ប្រសិនបើអ្នកនឹងយកកូនចេញ កំពុងយកកូនចេញ ឬទើបតែយកកូនចេញហើយ និងចង់ទទួលបានជំនួយបន្ថែមក្នុងអំឡុងពេលដំណើរការនោះ សូមពិចារណាលើការស្វែងរកការថែទាំដែលអ្នកផ្តល់ជំនួយ (doula/ឌូឡា) ផ្នែកការយកកូនចេញអាចផ្តល់ឱ្យបាន។ ឌូឡាផ្នែកការយកកូនចេញ និងអ្នកដែលមានការបង្ហាត់បង្រៀនយ៉ាងពិសេសផ្សេងទៀត មានសមត្ថភាពក្នុងការផ្តល់ការគាំទ្រខាងផ្លូវចិត្ត និងផ្លូវកាយ មុនពេល ក្នុងអំឡុងពេល និងបន្ទាប់ពីការយកកូនចេញនៅការិយាល័យគ្រូពេទ្យ ឬនៅផ្ទះរួច។ វិធីមួយចំនួនដែលឌូឡាផ្នែកយកកូនចេញអាចជួយអ្នកបាន គឺតាមរយៈការផ្តល់ការអប់រំដល់អ្នកអំពីការយកកូនចេញដែលអ្នកនឹងមាន ចាប់កាន់ដៃលើកទឹកចិត្តរបស់អ្នកខណៈពេលដែលអ្នកនៅក្នុងគ្លីនិក ផ្តល់ដំបូន្មានអំពីការបំបាត់ការឈឺចាប់ បន្ធូរបន្ថយពីអារម្មណ៍ដែលមានក្នុងអំឡុងពេលដំណើរការនេះ។ ទីបំផុត បុគ្គលដែលបានទទួលការបង្ហាត់បង្រៀនយ៉ាងខ្ពស់ ហើយគួរជាទីទុកចិត្តនេះ គឺនៅទីនោះដើម្បីគាំទ្រអ្នក និងគោរពសេរីភាពបុគ្គលលើការបន្តពូជរបស់អ្នក តាមវិធីជាពិសេសមួយ ដែលស្របទៅតាមតម្រូវការផ្ទាល់ខ្លួនទាំងឡាយរបស់អ្នក។

LA Abortion Support Collective
គេហទំព័រ៖ https://www.laabortionsupport.org/
ផ្តល់ព័ត៌មានអំពីជម្រើសដែលមិនគិតថ្លៃសម្រាប់ជំនួយផ្ទាល់មុខ និងតាមអនឡាញនៅក្នុងខោនធី LA ។

ជំនួយផ្នែកសុខភាពផ្លូវចិត្ត

មនុស្សជាច្រើនត្រូវការជំនួយក្នុងការសម្រេចចិត្តថាតើត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះនៅពេលពួកគេមានផ្ទៃពោះ ហើយពួកគេមានបំណងមិនចង់មានផ្ទៃពោះវិញ ឬមិនច្បាស់ថាតើពួកគេចង់ទុកឱ្យផ្ទៃពោះនោះដល់គ្រប់ខែឬទេ។ បើទោះបីជាការស្រាវជ្រាវជាច្រើនទសវត្សរ៍កន្លងមកនេះបានបង្ហាញថាការយកកូនចេញមិនមានផលប៉ះពាល់អវិជ្ជមានដល់សុខភាពផ្លូវកាយ ឬសុខភាពផ្លូវចិត្តក៏ដោយ ក៏ការជួបប្រទះនឹងការមានអារម្មណ៍ពិបាកចិត្ត ឬក្រៀមក្រំសម្រាប់មនុស្សមួយចំនួនគឺជារឿងធម្មតានោះទេ នៅមុនពេល និងក្រោយការបញ្ចប់មានផ្ទៃពោះ។ ធនធានទាំងនេះគឺមានលក្ខណៈជាក់លាក់សម្រាប់បុគ្គលដែលកំពុងស្វែងរកការយកកូនចេញ ឬធ្លាប់បានយកកូនចេញរួច ឬក៏កំពុងតែផ្តល់ជំនួយដល់នរណាម្នាក់ដែលបានយកកូនចេញ។

All-Options Talk-line

គេហទំព័រ៖ https://www.all-options.org/find-support/talkline/
លេខទូរស័ព្ទ៖ 888-493-0092
បម្រើសេវាកម្ម៖ ពីថ្ងៃច័ន្ទ ដល់ថ្ងៃសុក្រ ចាប់ពីម៉ោង 10 ព្រឹក ដល់ម៉ោង 1 រសៀល ហើយសម្រាប់ថ្ងៃសៅរ៍ និងថ្ងៃអាទិត្យ ចាប់ពីម៉ោង 10 ព្រឹក ដល់ម៉ោង 6 ល្ងាច សម្រាប់រដ្ឋប៉ែកខាងកើតសហរដ្ឋអាមេរិក
ការប្រឹក្សាអំពីពីជម្រើសដែលមិនលម្អៀង និងមានភាពត្រឹមត្រូវទៅតាមផ្នែកពេទ្យ។

Exhale Pro-Voice

គេហទំព័រ៖ https://exhaleprovoice.org/
ផ្ញើសារជាអក្សរទៅកាន់លេខ 617-749-2948 (បម្រើសេវាកម្មពីថ្ងៃច័ន្ទ ដល់ថ្ងៃសុក្រ ចាប់ពីម៉ោង 3 រសៀល ដល់ម៉ោង 9 យប់ ហើយសម្រាប់ថ្ងៃសៅរ៍ ចាប់ពីម៉ោង 1 រសៀល ដល់ម៉ោង 9 យប់ និងសម្រាប់ថ្ងៃអាទិត្យ ចាប់ពីម៉ោង 3 រសៀល ដល់ម៉ោង 7 យប់)
Exhale Pro-Voice ផ្តល់ជូននូវជំនួយគាំទ្របន្ទាប់ពីការយកកូនចេញដែលមិនមានការវាយតម្លៃទុកជាមុនសម្រាប់ពេលក្រោយការយកកូនចេញ និងសម្រាប់អ្នកដែលកំពុងមានបំណងចង់ជួយគាំទ្រដល់ដៃគូ ឬដល់មនុស្សវ័យក្មេង ឬក៏មិត្តភក្តិ បន្ទាប់ពីពួកគេបានយកកូនចេញរួច។

Faith Aloud (Non-Judgmental Faith based Support)
(ជំនួយផ្អែកទៅលើសាសនាដែលមិនធ្វើការវាយតម្លៃទុកជាមុន)

គេហទំព័រ៖ https://www.faithaloud.org/

លេខទូរស័ព្ទ៖ 888-717-5010

សូមទូរស័ព្ទទៅដើម្បីទទួលបានជំនួយគាំទ្រផ្នែកសាសនា និងអារម្មណ៍ផ្លូវចិត្តដោយក្ដីមេត្តាធម៌សម្រាប់ការយកកូនចេញ ឬជម្រើសនៃការមានផ្ទៃពោះ។ អ្នកបួសសាសនា និងអ្នកប្រឹក្សាផ្នែកសាសនានឹងស្ដាប់នូវអ្វីដែលអ្នកចង់និយាយ និងផ្ដល់នូវជំនួយគាំទ្រដោយមិនវាយតម្លៃអ្នកទុកជាមុនឡើយ។

Miscarriage + Abortion Hotline

គេហទំព័រ៖ https://www.mahotline.org/

លេខទូរស័ព្ទ៖ 833-246-2632 (បម្រើសេវាកម្មចាប់ពីម៉ោង 5 ព្រឹក ដល់ម៉ោង 11 យប់)

ស្វែងរកជំនួយដែលរក្សាការសម្ងាត់
ហើយនិងគ្រប់គ្រងដោយខ្លួនឯងចំពោះករណីកូនស្លាប់មុនកើត ឬការយកកូនចេញ។
សូមទូរស័ព្ទ ឬផ្ញើសារជាអក្សរទៅកាន់បុគ្គលិកនៅគ្លីនិកដែល
មានបទពិសោធន៍ជាច្រើនឆ្នាំលើផ្នែកថែទាំសម្រាប់ករណីកូនស្លាប់មុនកើត
និងការយកកូនចេញ។

Reprocare Healthline

គេហទំព័រ៖ https://abortionhotline.org/

លេខទូរស័ព្ទ៖ 833-226-7821

ផ្ដល់នូវជំនួយផ្នែកសតិអារម្មណ៍ ព័ត៌មានផ្នែកពេទ្យ និងការបញ្ជូនឈ្មោះ
ពីមនុស្សដែលមានអាយុប្រហាក់ប្រហែលគ្នាក្នុងលក្ខណៈមិនបញ្ចេញឈ្មោះ
ជូនដល់អ្នកដែលកំពុងតែធ្វើការយកកូនចេញនៅផ្ទះដោយប្រើប្រាស់ថ្នាំគ្រាប់។

ការយកកូនចេញ និងសិទ្ធិពន្យារកំណើតនៅក្នុងរដ្ឋ California

ACLU Southern California

គេហទំព័រ៖ https://www.aclusocal.org/en/know-your-rights/abortion-care-california

ACLU Southern California ផ្ដល់នូវព័ត៌មានអំពីសិទ្ធិនៃការយកកូនចេញនៅក្នុងរដ្ឋ California។ គេហទំព័រនេះមានការធ្វើបច្ចុប្បន្នកម្មជាប្រចាំ នៅពេលដែលផ្នែកណាមួយនៃច្បាប់នានាមានការកែប្រែ។

សម្រាប់យុវវ័យ៖ https://www.aclusocal.org/know-your-rights/abortion-care-california#minors

Advocates for Youth - Free the Pill

គេហទំព័រ៖ https://www.advocatesforyouth.org/freethepill/
លេខទូរស័ព្ទ៖ 202-419-3420
អ្នកគាំទ្រមតិសម្រាប់យុវជននានាសហការជាមួយនឹងយុវជនរាប់ពាន់នាក់នៅក្នុងសហរដ្ឋអាមេរិកនេះ និងនៅជុំវិញពិភពលោក ខណ:ដែលពួកគេតស៊ូដើម្បីសុខភាពផ្លូវភេទ សិទ្ធិ និងយុត្តិធម៌។

California Consumer Alert: Right to Access Free or Low-Cost Birth Control (ការជូនដំណឹងដល់អ្នកប្រើប្រាស់នៅក្នុងរដ្ឋ California៖ សិទ្ធិក្នុងការទទួលបានមធ្យោបាយពន្យារកំណើតដែលមិនគិតថ្លៃ ឬគិតថ្លៃទាប)

ច្បាប់ចម្លងនៃការជូនដំណឹងដល់អ្នកប្រើប្រាស់អាចរកបាន នៅទីនេះ។
ប្រសិនបើអ្នកគឺជាពលរដ្ឋនៅក្នុងរដ្ឋ California អ្នកមានជម្រើសសម្រាប់ទទួលបានមធ្យោបាយពន្យារកំណើតដែលមិនគិតថ្លៃ ឬគិតថ្លៃទាប ដោយមិនគិតអំពីស្ថានភាពអន្តោប្រវេសន៍ឡើយ។

Teen Source

គេហទំព័រ៖ https://www.teensource.org/know-your-rights
Teen Source គឺជាវេទិកាអនឡាញមួយសម្រាប់ព័ត៌មាន ហើយនិងធនធានអំពីសុខភាពបន្តពូជនិងសុខភាពផ្លូវភេទដែលសមស្របសម្រាប់ការចែកជូនទៅក្មេងជំទង់បាន។
គេហទំព័រនេះមានផ្តល់ជូនព័ត៌មានដែលត្រឹមត្រូវនិងអាចទុកចិត្តបាន អំពីជំងឺឆ្លងតាមផ្លូវភេទ (STDs) មធ្យោបាយពន្យារកំណើត ទំនាក់ទំនងជាមួយនឹងអ្នកដទៃដែលប្រកបដោយការគោរពនិងការជឿជាក់ ហើយនិងសិទ្ធិរបស់ក្មេងជំទង់ក្នុងការទទួលបានសេវាកម្មដែលអាចធ្វើឱ្យមានភាពខ្មាស់អៀន (ដូចជាសេវាកម្មសុខភាពផ្លូវភេទជាដើម) នៅក្នុងរដ្ឋ California។