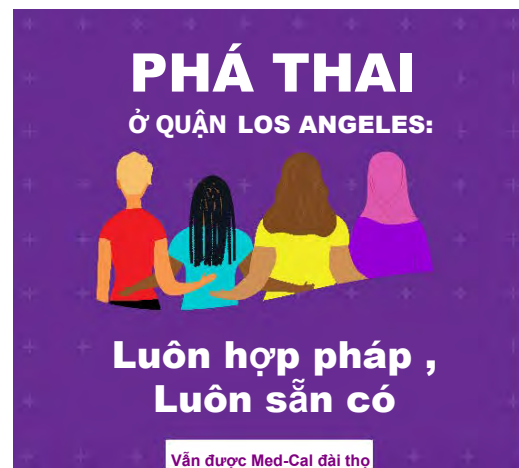


DỊCH VỤ PHÁ THAI VÀ KẾ HOẠCH HÓA GIA ĐÌNH TẠI QUẬN LOS ANGELES

Được tiếp cận kịp thời, toàn diện với các dịch vụ kế hoạch hóa gia đình và sức khỏe sinh sản chất lượng cao là điều cơ bản đối với sức khỏe của mọi cá nhân, gia đình và cộng đồng. Hướng dẫn này mô tả các nguồn lực được cung cấp ở Quận Los Angeles cho những ai đang cần phá thai, tránh thai, hay các dịch vụ liên quan.

Hướng dẫn này sẽ được cập nhật thường xuyên để phản ánh những thay đổi trong tổng thể công tác chăm sóc sức khỏe sinh sản tại Quận. Các nguồn thông tin được liệt kê theo thứ tự bảng chữ cái trong mỗi phần.



NƠI NÀO TRONG QUẬN LA THỰC HIỆN PHÁ THAI?

Dịch vụ chăm sóc phá thai có sẵn và dễ dàng tiếp cận ở quận LA. Tại Tiểu bang California, dịch vụ phá thai được bảo hiểm y tế chi trả, trong đó có Medi-Cal. Xin lưu ý rằng tất cả những người đang mang thai thuộc diện có thu nhập thấp ở Tiểu bang California đều có quyền ghi danh để có Medi-Cal, bất kể tình trạng nhập cư. Phá thai có thể được thực hiện bằng cách dùng thuốc (dạng viên uống), hoặc bằng thủ thuật tại phòng khám, tùy thuộc vào ý muốn của bệnh nhân, tình trạng sức khỏe và hoàn cảnh sống của mỗi người, và giai đoạn phát triển của thai kỳ.

Trong một số trường hợp, bác sĩ sản khoa/phụ khoa (sản-phụ khoa) hoặc y tá thực hành (nurse practitioner)/y tá hộ sinh tư nhân có thể thực hiện phá thai. Trong hầu hết các trường hợp, dịch vụ phá thai sẽ do bác sĩ sản-phụ khoa đã được đào tạo về loại hình chăm sóc chuyên biệt này thực hiện.

Các cơ sở cung cấp dịch vụ phá thai trong quận Los Angeles bao gồm:

Cedars Sinai | Chương trình kế hoạch hóa gia đình

<https://www.cedars-sinai.org/programs/gynecology/clinical-programs/family-planning.html>

310-423-3946 (Làm việc thứ Hai – thứ Sáu, 8 am – 5 pm)

Phòng khám bệnh trực tiếp, cung cấp dịch vụ toàn diện về kế hoạch hóa gia đình cũng như dịch vụ phá thai bằng thuốc và phẫu thuật.

FPA Women's Health (Phòng khám chăm sóc sức khỏe phụ nữ)

<https://www.fpawomenshealth.com/abortion>

Gọi điện hoặc gửi tin nhắn tới số 877- 883-7264

Phòng khám chăm sóc sức khỏe phụ nữ cung cấp dịch vụ khám bệnh trực tiếp, trực tuyến và từ xa, bao gồm khám phụ khoa, ngừa thai, phá thai và xét nghiệm bệnh lây nhiễm qua đường tình dục (STI).

<https://www.fpawomenshealth.com/telehealth>



DỊCH VỤ PHÁ THAI VÀ KẾ HOẠCH HÓA GIA ĐÌNH TẠI QUẬN LOS ANGELES

Her Care

<https://hercare.org/>

213-516-8580

Phòng khám tư nhân cung cấp dịch vụ kế hoạch hóa gia đình, phẫu thuật thẩm mỹ, và phá thai cho phụ nữ trong độ tuổi từ 15 đến 65 tại ba địa điểm ở Quận Los Angeles.

Sở Dịch vụ Y tế quận LA (DHS)

<https://dhs.lacounty.gov/>

DHS cung cấp dịch vụ sức khỏe sinh sản toàn diện, trong đó có khám sức khỏe trước khi mang thai, xét nghiệm truy tìm bệnh lây truyền qua đường tình dục (STI), dịch vụ tránh thai, và phá thai.

Luna Flow

<https://www.lunaflowhealth.com>

Cơ sở phá thai tư nhân, khám bệnh từ xa tại California, dành cho người mang bầu tối đa 10 tuần. Có khám bệnh trực tiếp cho người địa phương tại quận Los Angeles.

My Choice Medical Center (Trung tâm Y tế My Choice)

<https://www.mychoicemedicalcenter.com/>

866-397-3070

Trung tâm y tế My Choice Medical là cơ sở tư nhân cung cấp dịch vụ y tế đầy đủ và thực hiện dịch vụ phá thai.

Planned Parenthood Los Angeles (PPLA)

<https://www.plannedparenthood.org/planned-parenthood-los-angeles>

800-576-5544

Planned Parenthood Los Angeles cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe sinh sản toàn diện cho các cộng đồng trên toàn quận Los Angeles.

Planned Parenthood Pasadena and San Gabriel Valley (PPPSGV)

<https://www.plannedparenthood.org/planned-parenthood-pasadena-san-gabriel-valley/getcare>

626-798-7938

Planned Parenthood Pasadena & San Gabriel Valley cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe sinh sản toàn diện. Nhận bệnh nhân tới khám không cần lấy hẹn, khám cùng ngày hoặc khám qua video với bác sĩ.



DỊCH VỤ PHÁ THAI VÀ KẾ HOẠCH HÓA GIA ĐÌNH TẠI QUẬN LOS ANGELES

UCLA | Phân khoa Kế hoạch gia đình thuộc Sản - Phụ khoa

<https://www.uclahealth.org/obgyn/family-planning>

Liên lạc với điều phối viên theo số: 310-825-5961, giờ làm việc từ thứ Hai - thứ

Năm từ 8 a.m. - 5 p.m., thứ Sáu từ 8 a.m. - 4:30 p.m., nghỉ trưa từ 12 p.m. - 1 p.m.

Phòng khám cung cấp các dịch vụ sức khỏe sinh sản toàn diện.

TÔI CÓ THỂ TÌM Ở ĐÂU CÁC CƠ SỞ PHÁ THAI BẰNG THUỐC VÀ THỦ THUẬT TẠI ĐỊA PHƯƠNG VÀ TRÊN TOÀN QUỐC

Phá thai là hợp pháp và an toàn ở Tiểu bang California. Dịch vụ phá thai ở California được cung cấp cho tất cả những ai đang mang thai ở mọi lứa tuổi, **bất kể tình trạng nhập cư hoặc nơi cư trú.**

Những trang mạng quốc gia dưới đây giúp những ai muốn biết thêm thông tin về địa điểm và cách tiếp cận dịch vụ phá thai:

Abortion Finder (Tìm nơi phá thai)

<https://www.abortionfinder.org/>

Trang mạng với hơn 700 trung tâm y tế và một danh mục tổng hợp các bác sĩ/nhà cung cấp dịch vụ phá thai đã được xác nhận.

ACCESS Reproductive Justice

<https://accessrj.org/>

(Làm việc thứ Hai – thứ Năm, 10 a.m. – 4 p.m.)

Đường dây tiếng Anh: 800-376-4636 (làm việc từ thứ Hai – thứ Năm, 10 a.m. – 4 p.m.)

Đường dây tiếng Tây Ban Nha: 888-442-2237

Đường dây nhắn tin: 510-925-0335

Đường dây (bằng tiếng Anh và tiếng Tây Ban Nha) cung cấp thông tin miễn phí và bảo mật, giới thiệu dịch vụ, vận động chính sách, và cố vấn giữa những người đồng cảnh ngộ về nhiều vấn đề sức khỏe sinh sản và tình dục, chuyên cố vấn các lựa chọn khi mang thai và dịch vụ phá thai.

Aid Access

<https://aidaccess.org/>

Mục tiêu hoạt động của AID Access là cải thiện tình trạng sức khỏe và nhân quyền của những phụ nữ không có khả năng tiếp cận dịch vụ phá thai tại địa phương.

American College of Obstetricians and Gynecologists - Hội Sản và Phụ khoa Hoa Kỳ (ACOG)

<https://www.acog.org/womens-health/faqs/induced-abortion>

Thông tin sức khỏe đáng tin cậy dựa trên bằng chứng, tập trung vào sức khỏe phụ nữ.



DỊCH VỤ PHÁ THAI VÀ KẾ HOẠCH HÓA GIA ĐÌNH TẠI QUẬN LOS ANGELES

California Abortion Access (Tiếp cận dịch vụ phá thai tại California)

<https://abortion.ca.gov/>

Trang web này của tiểu bang California đăng tải thông tin cập nhật và chính xác về cách tiếp cận các dịch vụ phá thai tại California.

Hey Jane

<https://www.heyjane.co/>

Gửi tin nhắn đến các nhà cung cấp dịch vụ theo số 405-643-7957

Phòng khám từ xa cung cấp thuốc phá thai được giao đến tận nhà quý vị.

INeedAnA

<https://www.ineedana.com/>

“I Need an A” là một diễn đàn tương tác trực tuyến bằng tiếng Anh và tiếng Tây Ban Nha, hỗ trợ người dùng tìm kiếm nguồn thông tin và phòng khám tại khu vực của họ hoặc theo mã bưu điện tùy chọn.

Đường dây nóng dành cho người bị sảy thai + phá thai

<https://www.mahotline.org/>

833-246-2632 Đường dây nóng : 5am – 10pm, giờ PST

Tìm kiếm hỗ trợ được bảo mật và tự kiểm soát tình trạng sảy thai hoặc phá thai. Gọi điện hoặc gửi tin nhắn cho các chuyên viên lâm sàng có nhiều năm kinh nghiệm trong lĩnh vực chăm sóc sảy thai và phá thai.

National Abortion Federation (Liên đoàn Phá thai Quốc gia)

<https://prochoice.org/patient/find-a-provider/>

Một bản đồ tương tác trực tuyến giúp người dùng tìm kiếm bác sĩ/nhà cung cấp ở gần nơi sinh sống (tại Hoa Kỳ, Mexico, Canada). Để biết thông tin về dịch vụ phá thai và các nguồn thông tin khác, bao gồm hỗ trợ tài chính, hãy gọi số 1-800-772-9100.

Plan C (Kế hoạch C)

<https://www.plancpills.org/>

Plan C cung cấp thông tin hiện hành bằng tiếng Anh và tiếng Tây Ban Nha để giúp mọi người trên khắp Hoa Kỳ tiếp cận trực tuyến các lựa chọn phá thai bằng thuốc tại nhà.

Women’s Health Specialists (Các chuyên gia về sức khỏe phụ nữ)

<https://www.womenshealthspecialists.org/>

800-714-8151 (Làm việc từ thứ Hai - thứ Sáu, từ 8:30 am – 5:00 pm)

Nguồn thông tin này cung cấp hỗ trợ, giáo dục và dịch vụ sức khỏe sinh sản.



DỊCH VỤ PHÁ THAI VÀ KẾ HOẠCH HÓA GIA ĐÌNH TẠI QUẬN LOS ANGELES

LƯU Ý: CẨN THẬN VỚI QUẢNG CÁO SAI LỆCH

Các Trung tâm Hỗ trợ Người gặp Khủng hoảng khi Mang thai (CPC), còn được gọi là Trung tâm Thông tin Hỗ trợ Người mang thai, là các cơ sở tư nhân trông có vẻ giống như các phòng khám chăm sóc sức khỏe nhưng nhân viên làm việc tại các cơ sở này thường không phải là nhân viên y tế. Ở California và trên toàn quốc, những cơ sở này thường phổ biến hơn các phòng khám thực hiện phá thai và thường nằm rất gần với các phòng khám phá thai thực sự. Trên mạng, khách hàng có thể dễ dàng lầm tưởng các cơ sở này là các cơ sở phá thai nếu không đọc dòng chú thích được in rất nhỏ.

CPC thường do các tổ chức tôn giáo điều hành và cung cấp dịch vụ xét nghiệm thử thai, siêu âm, và đồ dùng cho người mang thai và trẻ sơ sinh, miễn phí hoặc để đổi lấy việc khách hàng tham gia các lớp học. Một vài CPC ở California cung cấp các dịch vụ y tế toàn diện hơn. Tuy nhiên, thay vì cung cấp cho bệnh nhân thông tin chính xác về việc phá thai để bệnh nhân tự đưa ra quyết định, mục đích của họ là khuyến khích phụ nữ không tìm cách phá thai. CPC trên toàn Hoa Kỳ thường cung cấp cho khách hàng thông tin y tế sai lệch.

Rất khó để phân biệt một phòng khám y tế với một trung tâm CPC, vì vậy [vui lòng xem thông tin về CPC của chúng tôi ở đây](#).

Tổ chức Reproaction liệt kê danh sách những phòng khám giả, chống phá thai tại Hoa Kỳ, lên án việc phá thai hoặc khuyến khích thay thế việc phá thai. Vui lòng tìm danh mục [ở đây](#). Ở California, Tổng Chương Lý Rob Bonta đã ban hành cảnh báo những người dân California đang tìm kiếm các dịch vụ về sức khỏe sinh sản về sự hạn chế và khả năng gây nhầm lẫn do các dịch vụ của các trung tâm CPC. Những cư dân California cho rằng mình là nạn nhân hoặc mục tiêu của các hành động lừa dối, gây nhầm lẫn, không công bằng hoặc sai luật cần khiếu nại ngay lập tức tại: oag.ca.gov/crisis-pregnancy-center-complaint.

Nếu quý vị đang cân nhắc phá thai và muốn nhận được chăm sóc y tế chất lượng cao, tư vấn chính xác về mặt y khoa, hãy bảo đảm rằng quý vị đặt lịch hẹn với một đại lý chăm sóc sức khỏe có uy tín, được cấp phép, như những đại lý được liệt kê tại những nguồn thông tin này.



DỊCH VỤ PHÁ THAI VÀ KẾ HOẠCH HÓA GIA ĐÌNH TẠI QUẬN LOS ANGELES

LÀM THẾ NÀO ĐỂ CHI TRẢ CHO VIỆC PHÁ THAI?

Chi trả cho phá thai – những chi phí liên quan đến chăm sóc y tế

Ở tiểu bang California, bảo hiểm y tế chi trả cho dịch vụ phá thai, bao gồm Medi-Cal đài thọ cho những người có thu nhập thấp. Bất kỳ ai đang mang thai cũng có thể nộp đơn xin Medi-Cal, bất kể tình trạng nhập cư (vui lòng xem phần *Bảo hiểm Medi-Cal* bên dưới để biết thêm thông tin).

Bảo hiểm Medi-Cal

Medi-Cal là bảo hiểm y tế của California dành cho những người có thu nhập thấp hơn. Quý vị có thể nộp đơn xin Medi-Cal bất kể giới tính, chủng tộc, tôn giáo, màu da, nguồn gốc quốc gia, khuynh hướng tình dục, tình trạng hôn nhân, tuổi tác, tình trạng khuyết tật, tình trạng nhập cư hay có phải cựu chiến binh hay không.

- Cả bảo hiểm Medi-Cal Hạn chế (chỉ chi trả cho các dịch vụ cấp cứu và mang thai) và bảo hiểm Medi-Cal dành cho các dịch vụ liên quan đến mang thai, đều chi trả cho các nhu cầu y tế trong thời kỳ mang thai và sinh nở, sẩy thai, hoặc phá thai, cũng như chăm sóc y tế trong 12 tháng sau khi sinh, bất kể tình trạng nhập cư. Xem thêm thông tin tại:

<https://www.mchaccess.org/pdfs/alerts/Access%20full%20Medi-Cal%20benefits%20during%20pregnancy%20and%2012%20months%20after%205-1-22.docx.pdf>

- Nếu quý vị sống ở CA và đủ điều kiện về thu nhập, quý vị có thể nhận được bảo hiểm Medi-Cal tạm thời ngay lập tức để được đài thọ chi phí chăm sóc phá thai thông qua Chương trình Mặc định Đủ điều kiện dành cho Thai phụ (PE4PW). Nhận trợ giúp từ: <http://publichealth.lacounty.gov/mch/choi/CHOIContractorListEngSp.pdf>
- Phúc lợi Dịch vụ Đưa đón Phi Y tế Medi-Cal (NMT): NMT là dịch vụ đưa đón đến và đi từ một địa điểm dịch vụ y tế được Medi-Cal chi trả. Tất cả những người đã ghi danh tham gia Medi-Cal đều có thể sử dụng dịch vụ này, bao gồm cả những người đang mang thai đến hết 12 tháng sau khi sinh, bất kể tình trạng nhập cư. Xem thêm thông tin tại: <https://www.mchaccess.org/pdfs/alerts/NMT%20Consumer%20Flyer%20Update%20-1-14-21%20-%20English%20and%20Spanish.pdf>

Để nhận trợ giúp ghi danh cho chương trình bảo hiểm miễn phí hoặc với chi phí thấp thông qua Community Health Outreach Initiative - Sáng kiến tiếp cận sức khỏe cộng đồng (CHOI): <http://publichealth.lacounty.gov/mch/choi/choi.htm>

Lưu ý: Đối với người nhập cư, bất kể tình trạng cư trú hợp pháp hay không, việc ghi danh để nhận phúc lợi Medi-Cal sẽ KHÔNG gây hại cho việc xin thay đổi tình trạng cư trú trong tương lai.

Chi trả cho phá thai bằng các chương trình bảo hiểm tư nhân

Luật California yêu cầu hầu hết các chương trình bảo hiểm y tế tư nhân phải chi trả cho các dịch vụ phá thai, không có chi phí đồng thanh toán (co-payment) hoặc bất cứ hình thức chia sẻ chi phí nào.



DỊCH VỤ PHÁ THAI VÀ KẾ HOẠCH HÓA GIA ĐÌNH TẠI QUẬN LOS ANGELES

Nếu quý vị có bảo hiểm tư nhân, vui lòng kiểm tra với chương trình bảo hiểm của mình vì nếu cơ sở chính của hãng không đặt tại California thì việc đòi thọ cho phá thai có thể khác nhau, tùy theo luật của từng tiểu bang.

Hỗ trợ khác để chi trả cho phá thai

Việc phá thai thường bao gồm cả những **chi phí ngoài chi phí chăm sóc y tế**. Các quỹ tài trợ phá thai là những tổ chức tư nhân có thể giúp chi trả chi phí phá thai cũng như những chi phí bệnh nhân phải tự trả (out-of-pocket), các chi phí "hậu cần" hay "hỗ trợ thiết thực", bao gồm chi phí đi lại, chỗ ở, các bữa ăn, chăm sóc trẻ em, dịch vụ dịch thuật, dịch vụ người hỗ trợ tinh thần khi phá thai (doula) và những chi phí khác (cho cư dân California và cả những người từ tiểu bang khác tới). Các quỹ tài trợ phá thai không kiểm tra tình trạng nhập cư hay bằng chứng là công dân.

Los Angeles/California Practical Support and Abortion Navigation Services (Trợ giúp thiết thực của Los Angeles/California và các Dịch vụ Điều hướng cho Phá thai):

ACCESS Reproductive Justice

<https://accessrj.org/>

(Làm việc từ thứ Hai - thứ Năm, từ 10am-4pm)

Đường dây về vấn đề sức khỏe bằng tiếng Anh: 800-376-4636

Đường dây về vấn đề sức khỏe bằng tiếng Tây Ban Nha: 888-442-2237

Đường dây nhắn tin về vấn đề sức khỏe: 510-925-0335

Cung cấp thông tin miễn phí và bảo mật, giới thiệu dịch vụ, vận động chính sách, và cố vấn giữa những người đồng cảnh ngộ về nhiều vấn đề sức khỏe sinh sản và tình dục, chuyên cố vấn về các lựa chọn khi mang thai và dịch vụ phá thai

Maternal and Child Health Access - Tiếp cận sức khỏe bà mẹ và trẻ em (MCHA)

Số điện thoại MCHA: 213.749.4261; có nói tiếng Tây Ban Nha.

Cung cấp dịch vụ điều hướng bảo hiểm y tế và hỗ trợ cho các cá nhân và nhà cung cấp dịch vụ y tế của họ, để đảm bảo có sự chăm sóc kịp thời và phù hợp. Trợ giúp về các vấn đề đủ điều kiện tham gia bảo hiểm, các lựa chọn bảo hiểm và hỗ trợ ghi danh cho Medi-Cal, Covered California, Chương trình Tiếp cận Medi-Cal, và bảo hiểm tư nhân. Có thể hỗ trợ tiền và trợ giúp những chi phí để phá thai khác, như chi phí chăm sóc trẻ em, vận chuyển, lưu trú, v.v.

Sex Workers Outreach Project LA Abortion Navigation Services (Dự án về dịch vụ điều hướng phá thai LA tiếp cận người làm việc trong ngành lao động tình dục)

<https://swoplosangeles.org/sex-workers-abortion-navigation-services/>

Chương trình tiếp cận trợ giúp phá thai của dự án tiếp cận công nhân tình dục Los Angeles (SWOP LA) cung cấp trợ giúp tài chính và hỗ trợ nhận thức về chấn thương từ những người đồng cảnh ngộ dành cho người đang tìm kiếm dịch vụ phá thai.



DỊCH VỤ PHÁ THAI VÀ KẾ HOẠCH HÓA GIA ĐÌNH TẠI QUẬN LOS ANGELES

Các nguồn lực quốc gia:

Đường dây nóng trên toàn quốc về phá thai

Đường dây nóng đa ngôn ngữ: 800.772.9100; đường dân nóng nhắn tin: prochoice.org/patients/naf-hotline. Cung cấp thông tin về các nhà cung ứng dịch vụ phá thai và hỗ trợ tài chính ở mức độ hạn chế tại Hoa Kỳ và Canada.

Mạng lưới quốc gia các quỹ phá thai

<https://abortionfunds.org/>

Mạng lưới quốc gia các quỹ phá thai nối kết người sử dụng với các tổ chức hỗ trợ tài chính có thể trợ giúp nhu cầu tài chính và hậu cần cho phụ nữ khi thu xếp phá thai.

Women's Health Specialists (Các chuyên gia về sức khỏe phụ nữ)

<https://www.womenshealthspecialists.org/>

800-714-8151 (Mở cửa từ thứ Hai đến thứ Sáu, 8 giờ 30 sáng – 5 giờ chiều)

Nguồn lực này cung cấp hỗ trợ, giáo dục và dịch vụ sức khỏe sinh sản.

Quỹ Hỗ trợ Quyền Sinh sản của Phụ nữ (WRRAP)

<https://wrrap.org/>

WRRAP làm việc trực tiếp với hơn 700 bác sĩ, phòng khám và bệnh viện—không phải với bệnh nhân—để cung cấp nguồn tài chính cho việc phá thai, phá thai bằng thuốc và phẫu thuật cho phụ nữ có nhu cầu trên khắp Hoa Kỳ, bao gồm cả Tiểu bang California và quận Los Angeles. Liên lạc WRRAP thông qua phòng khám hoặc bác sĩ của quý vị.



DỊCH VỤ PHÁ THAI VÀ KẾ HOẠCH HÓA GIA ĐÌNH TẠI QUẬN LOS ANGELES

TÔI CÓ THỂ NHẬN TRỊ LIỆU KIỂM SOÁT SINH ĐẼ HOẶC CÁC DỊCH VỤ CHĂM SÓC TRÁNH THAI KHÁC Ở ĐÂU

Community Clinic Association of LA County - Hiệp hội các phòng khám cộng đồng quận LA (CCALAC)

CCALAC đại diện cho các phòng khám cộng đồng phi lợi nhuận và trung tâm y tế, điều hành các cơ sở chăm sóc sức khỏe ban đầu (primary care) trên toàn quận. Các phòng khám cộng đồng cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe ban đầu, trong đó có các dịch vụ y tế, nha khoa, sức khỏe tâm thần và tránh thai cho những nhóm dân cư không có bảo hiểm, có bảo hiểm không đầy đủ và được cung cấp nguồn lực hỗ trợ dưới mức cần thiết. Để tìm phòng khám gần nhất, vui lòng truy cập: <https://ccalac.org/find-a-clinic/>

Các nhà cung cấp thuộc Chương trình Family PACT

Chương trình Family PACT cung cấp dịch vụ kế hoạch hóa gia đình toàn diện cho nam giới và phụ nữ hội đủ điều kiện có thu nhập thấp ở California.

Để tìm nhà cung cấp gần nhất thuộc Chương trình Family PACT, hãy truy cập: <https://familypact.org/provider-search/>

Các Trung tâm Y tế Đủ điều kiện cấp Liên bang (FQHC)

Các Trung tâm Y tế Đủ điều kiện cấp Liên bang là nhà cung cấp dịch vụ y tế cộng đồng, cung cấp dịch vụ chăm sóc ban đầu tại các khu vực không được phục vụ đầy đủ. FQHC sẽ cung cấp dịch vụ cho dù quý vị có bảo hiểm y tế hay được bảo hiểm không đầy đủ.

Để tìm phòng khám gần nhất, vui lòng truy cập <https://findahealthcenter.hrsa.gov/>

Chương trình Dịch vụ Sức khỏe Phụ nữ thuộc Sở Dịch vụ Y tế quận Los Angeles

Chương trình này hỗ trợ những người trưởng thành và thiếu niên có thu nhập thấp tiếp cận với thông tin y tế, cố vấn sức khỏe, và kế hoạch hóa gia đình nhằm giảm bớt khả năng mang thai ngoài ý muốn và duy trì sức khỏe sinh sản. Để tìm địa điểm gần nhất, hãy truy cập: <https://dhs.lacounty.gov/womens-health/our-services/womens-health/>

Công cụ Tìm kiếm Phòng khám Kế hoạch hóa Gia đình theo Tiêu đề X

Tiêu đề X là một chương trình được liên bang tài trợ, cung cấp nhiều phương pháp kế hoạch hóa gia đình và các dịch vụ phòng ngừa bệnh tật liên quan. Tìm các phòng khám kế hoạch hóa gia đình toàn diện nơi cung cấp cho thanh niên và người có thu nhập thấp dịch vụ đầy đủ về ngừa thai, dịch vụ về bệnh lây nhiễm qua đường tình dục (STI), xét nghiệm thử thai và cố vấn về các lựa chọn khi mang thai, cũng như truy tìm ung thư.

Để tìm phòng khám gần nhất, hãy truy cập: <https://opa-fpclinicdb.hhs.gov/>



DỊCH VỤ PHÁ THAI VÀ KẾ HOẠCH HÓA GIA ĐÌNH TẠI QUẬN LOS ANGELES

HỖ TRỢ CỦA NGƯỜI ĐỒNG HÀNH KHI PHÁ THAI (ABORTION DOULA SUPPORT)

Nếu quý vị sắp, đang hoặc gần đây đã phá thai và muốn được hỗ trợ thêm trong quá trình này, hãy cân nhắc tìm hiểu về dịch vụ chăm sóc mà người đồng hành (doula) cho việc phá thai có thể cung cấp. Người đồng hành khi phá thai và những người được đào tạo chuyên biệt khác, được trang bị kiến thức để hỗ trợ về tinh thần và thể chất trước, trong và sau khi phá thai tại phòng khám hoặc tại nhà. Người đồng hành có thể hỗ trợ quý vị thông qua việc cung cấp cho quý vị kiến thức về lần phá thai sắp tới, đi cùng quý vị tới các cuộc hẹn, nắm tay quý vị khi ở phòng khám, giúp quý vị phân tâm hoặc trò chuyện về những cảm xúc nảy sinh trong quá trình này. Cuối cùng, người giàu lòng trắc ẩn và được đào tạo bài bản này luôn sẵn sàng hỗ trợ quý vị và tôn trọng quyền tự chủ sinh sản của quý vị theo cách thức phù hợp với mỗi cá nhân để đáp ứng nhu cầu riêng của quý vị.

LA Abortion Support Collective

<https://www.laabortionsupport.org/>

Cung cấp thông tin về các lựa chọn người đồng hành khi phá thai trực tiếp và trực tuyến miễn phí trong quận LA

Medi-Cal Doula Directory

<https://www.dhcs.ca.gov/services/medi-cal/Documents/Doula-Directory.pdf>

Cung cấp thông tin về những người doulas trong toàn tiểu bang California, bao gồm thông tin về chuyên môn, ngôn ngữ và thông tin liên lạc của họ.

HỖ TRỢ SỨC KHỎE TÂM THẦN

Nhiều người cần được hỗ trợ trong việc đưa ra quyết định phải làm gì khi mang thai và khi không muốn mang thai, hoặc không chắc chắn rằng họ muốn mang thai đến tháng cuối cùng. Mặc dù nghiên cứu qua nhiều thập kỷ đã chứng minh rằng phá thai không gây ảnh hưởng bất lợi đến sức khỏe thể chất hay tinh thần, nhưng việc một số người cảm thấy buồn bã hay xúc động trước hoặc sau khi phá thai cũng là điều bình thường. Những nguồn thông tin dưới đây dành cho những người đang tìm kiếm dịch vụ phá thai, đã từng phá thai, hoặc đang động viên ai đó đã phá thai.

All-Options Talk-line

<https://www.all-options.org/find-support/talkline/>

888-493-0092 từ thứ Hai – thứ Sáu, 10 – 1am EST, thứ Bảy/Chủ Nhật 10 – 6 EST

Tư vấn chính xác về y khoa về các lựa chọn khách quan khi mang thai.



DỊCH VỤ PHÁ THAI VÀ KẾ HOẠCH HÓA GIA ĐÌNH TẠI QUẬN LOS ANGELES

Connect & Breathe

<https://www.connectandbreathe.org/about.html>

1-866-647-1764 thứ Hai 7-10pm, thứ Ba/thứ Năm 6-9pm và thứ Bảy 12-3pm ET

Connect & Breathe cung cấp không gian an toàn để thảo luận về trải nghiệm khi phá thai trên các đường dây trò chuyện với nội dung hỗ trợ khách quan và khuyến khích tự chăm sóc.

Exhale Pro-Voice

<https://exhaleprovoice.org/>

Gửi tin nhắn tới số 617-749-2948 (Thứ Hai - thứ Sáu, 3 giờ chiều - 9 giờ tối; thứ Bảy: 1 giờ chiều - 9 giờ tối; Chủ Nhật: 3 giờ chiều - 7 giờ tối)

Exhale Pro-Voice hỗ trợ sau phá thai một cách không phán xét cho những người đã phá thai và những người đang tìm cách hỗ trợ người bạn đời, con cái, hoặc bạn bè sau khi họ phá thai.

Faith Aloud (Hỗ trợ không phán xét dựa trên đức tin)

<https://www.faithaloud.org/>

888-717-5010

Gọi đến đường dây này để có sự hỗ trợ thấu hiểu về tôn giáo và đức tin liên quan đến việc phá thai và mang thai. Các tu sĩ và cố vấn tôn giáo sẽ lắng nghe và đưa ra sự hỗ trợ khách quan, không phán xét.

Đường dây nóng Hỗ trợ Người bị Sẩy thai + Phá thai

<https://www.mahotline.org/>

833-246-2632 từ 5 giờ sáng - 10 giờ tối, giờ PST

Tìm kiếm sự hỗ trợ được bảo mật và tự quản lý sẩy thai hoặc phá thai. Gọi điện hoặc gửi tin nhắn cho các bác sĩ nhiều năm kinh nghiệm trong lĩnh vực chăm sóc sẩy thai và phá thai.

Reprocare Healthline (Đường dây Hỗ trợ Sức khỏe Sinh sản)

<https://abortionhotline.org/>

833-226-7821 từ 9am – 9pm PST, gọi 7 ngày trong tuần

Cung cấp hỗ trợ về cảm xúc, thông tin y tế, và giới thiệu dịch vụ cho những người phá thai bằng thuốc tại nhà do những người đồng cảnh ngộ và ẩn danh thực hiện.



DỊCH VỤ PHÁ THAI VÀ KẾ HOẠCH HÓA GIA ĐÌNH TẠI QUẬN LOS ANGELES

PHÁ THAI VÀ QUYỀN TRÁNH THAI Ở CALIFORNIA

ACLU Southern California (Liên đoàn Tự do Dân sự Mỹ (ACLU) Khu vực Nam California)

<https://www.aclusocal.org/en/know-your-rights/abortion-care-california>

ACLU Southern California cung cấp thông tin về quyền phá thai ở California. Trang web này được cập nhật thường xuyên mỗi khi luật thay đổi.

Advocates for Youth - Free the Pill (Bệnh vực giới trẻ - thuốc miễn phí)

<https://www.advocatesforyouth.org/freethepill/>

Advocates for Youth sát cánh cùng hàng nghìn thanh thiếu niên tại Hoa Kỳ và trên toàn cầu trong quá trình đấu tranh vì sức khỏe sinh sản, quyền và công bằng giới tính.

Cảnh báo Người tiêu dùng California: Quyền tiếp cận Biện pháp Tránh thai Miễn phí hoặc ở Mức phí Thấp

Bản sao thông tin cảnh báo người tiêu dùng có [here](#)

Nếu quý vị là cư dân California, quý vị có các phương án tránh thai miễn phí hoặc ở mức phí thấp, bất kể tình trạng nhập cư.

Teen Source (Nguồn thông tin cho tuổi teen)

<https://www.teensource.org/know-your-rights>

Teen Source là một trung tâm trực tuyến, cung cấp thông tin về các nguồn lực dành cho sức khỏe tình dục và sinh sản theo cách thức thân thiện với thanh thiếu niên. Trung tâm cung cấp thông tin chính xác và đáng tin cậy về các bệnh lây truyền qua đường tình dục (STD), biện pháp ngừa thai, mối quan hệ lành mạnh, và quyền của thanh thiếu niên được tiếp cận các dịch vụ nhạy cảm (như dịch vụ sức khỏe tình dục) ở California.