

गर्भपात उपचार: प्रक्रिया

यह कैसे काम करती है?

प्रारंभिक गर्भपात को तेजी से समाप्त करने में यह प्रक्रिया बहुत सहायक हो सकती है। प्रदाता गर्भावस्था के ऊतकों को एक हस्त-उपकरण का उपयोग कर निकाल देता है।

सक्शन प्रक्रिया कितनी अच्छी तरह काम करती है?

प्रक्रिया 98-100% समय काम करती है।

क्या ये सुरक्षित है?

हाँ, प्रक्रिया का उपयोग पूर्ण गर्भपात के लिए सुरक्षित रास्ता है। प्रक्रिया के उपयोग से फिर से गर्भवती होने की संभावना में कोई कमी नहीं आती।

क्या होगा?

- 2 सप्ताह तक खून निकल सकता है। प्रक्रिया के कई हफ्तों बाद तक रुक-रुक कर खून निकल सकता है। कुछ लोगों में 2 या 3 दिन तक कोई खून निकलता है और फिर मासिक धर्म की तरह खून निकलता है। अन्य लोगों में सिर्फ कुछ दिनों तक हल्का खून निकलता है जिसके बाद बिलकुल खून नहीं निकलता। यदि आप व्यायाम करती हैं या अत्यधिक चहल-पहल करती हैं तो आप पायेंगी कि खून का बहाव ज्यादा हो रहा है, यह खतरनाक नहीं है।
- कुछ लोगों को गर्भपात के बाद के सप्ताह के दौरान रह-रह कर मरोड़ होती है।
- आप जितनी जल्दी चाहे उतनी जल्दी दैनिक गतिविधियों में फिर से लौट सकती हैं। आप जितनी जल्दी चाहें शॉवर ले सकती हैं। आप सामान्य रूप से खा सकती हैं, हालांकि आपको कुछ दिनों तक मिचली महसूस हो सकती है।

क्या ऐसी कोई चीज़ है जो मुझे नहीं करना चाहिए?

हाँ! अगले हफ्ते वापस आने तक अपनी योनि में कुछ भी नहीं रखें। टैम्पॉन का उपयोग न करें, धोए नहीं और यौन संबंध न बनाएं।

मैं दर्द के लिए क्या कर सकती हूँ?

- दवाई:
 - इबुप्रोफेन (मोट्रिन या एडविल) 800 मिलीग्राम, दर्द की आवश्यकता अनुसार हर 8 घंटे में। पेट खराब होने से बचने के लिए इसे भोजन के साथ लें।
 - आप एसिटामिनोफेन (टायलेनॉल) या नेपरोक्सन (अलेव) भी ले सकती हैं।
- आराम: गर्म सिंकाई मरोड़ में आराम पहुँचा सकती है। आप गर्म चाय भी पी सकती हैं। आरामदायक जगह में आराम करें।

अगर यह काम नहीं करता है तो?

यह बहुत दुर्लभ है कि ये प्रक्रिया काम न करे। यदि ऐसा होता है तो किसी और प्रक्रिया की ओर लौट सकती हैं।

मुझे अपने स्वास्थ्य सेवा प्रदाता से कब बात करनी चाहिए या कब मिलना चाहिए।

- यदि दो घंटे से लगातार, प्रति घंटा 2 बड़े पैड्स गीले होने जितना खून निकल रहा हो तो
- यदि, अगर आपको 101°F (38.3°C) से तेज़ बुखार हो
- यदि आपको तेज़ मरोड़ हो जो दवाई से कम या ठीक न हो
- यदि आप बहुत ज्यादा उदास या दुःखी हो

अपने प्रदाताओं को बताएं कि आपको मदद की जरूरत है। कोई भी सवाल छोटा नहीं होता है। आपका प्रदाता जानता है कि यह आप के लिए कठिन समय है और आपको बहुत सारे निर्देश भी मिले हैं। यदि आप कुछ भूल जाती हैं तो अपने प्रदाता से पूछें। अपने प्रदाता के साथ एक फॉलो-अप अपॉइंटमेंट रखें।

मैं फिर से कितनी जल्दी गर्भवती हो सकती हूँ?

गर्भपात के बाद आप जल्द ही गर्भवती हो सकती हैं। यदि आप फिर से कोशिश करना चाहती हैं, तो रोज प्रिनाटल विटामिन लें। यदि आप अभी गर्भवती होने के लिए तैयार नहीं हैं, तो अपने प्रदाता के पास गर्भ निरोधक विकल्प के लिए आ सकती हैं।

गर्भपात के बाद की भावनाएं

यह समझने की कोशिश करें की गर्भपात का कारण आप नहीं हैं। गर्भपात प्रकृति का किसी अस्वस्थ गर्भ को नष्ट करने का तरीका है। तनाव, खेल, भोजन, या सेक्स के कारण गर्भपात नहीं होता।

कभी-कभी परिवार और दोस्त यह नहीं जानते कि क्या कहें। यदि आप बहुत उदास हों तो आप परामर्शदाता से बात कर सकती हैं।