



কিভাবে আপনার গর্ভপাতের পিল নিতে হয় এবং কি আশা করা যায়

আপনি আপনার গর্ভপাতের জন্য 2 সেট পিল নেবেন...



প্রথম দিন: আপনি প্রথম দিনে ক্লিনিকে একটি পিল নেবেন (মিফেপ্রিস্টোন নামে পরিচিত)।



আপনি যদি মিফেপ্রিস্টোন নেওয়ার ১৫ মিনিটের মধ্যে নিষ্ক্ষেপ করেন, তাহলে দয়া করে পছন্দে ফিরে যান। পরবর্তী 4 পিল নেবেন না!



২য় বা ৩য় দিন: আপনি ২য় দিনে অথবা ৩য় দিনে বাড়িতে ৪টি পিল (মিসোপ্রোস্টল) নেবেন (ডানে দেখুন)।



ব্যথার জন্য তুমি আইবুপ্রফেন (মট্রিন) বানাও। আইবুপ্রফেন বোতলের পিছনের নির্দেশাবলী অনুসরণ করুন।

কিভাবে চারটি মিসোপ্রোস্টল ডে ২ বা ৩ পিল নিতে হয়:

আপনার মুখ ভিজিয়ে রাখুন এবং আপনার চুইংগাম এবং গালের মাঝখানে একই সময়ে আপনার মুখের উভয় পাশে 2 বড়ি রাখুন। তাদের দ্রবীভূত হতে দাও।

৩০ মিনিট পর, যা অবশিষ্ট আছে তা গিলে ফেলুন।

ক্র্যাম্পিং এবং রক্তপাত সাধারণত 4 ঘন্টার মধ্যে শুরু হয়। এটা ঘন্টার পর ঘন্টা স্থায়ী হতে পারে এবং যখন গর্ভাবস্থা বের হয় তখন তা সবচেয়ে ভারী হয়। আপনি হয়তো ছোট গর্ভাবস্থা দেখতে পাবেন না, যা মাত্র আধা ইঞ্চি পর্যন্ত।



যা জানা যাবে...

- রক্তপাত ভারী হতে পারে। কিভাবে বড় রক্ত একটি লেবুর আকার জমাট বাঁধতে পারে
- আপনি আপনার পেটে অসুস্থ বোধ করতে পারেন এবং/অথবা ডায়রিয়া হতে পারে
- আপনার হালকা জ্বর বা ঠাণ্ডা হতে পারে কিছুসময়ের জন্য

তোমার খিঁচুনি শক্তিশালী হতে পারে। ভালো অনুভব করার জন্য:

- ব্যথার ওষুধ নিন। অ্যাসপিরিন নেবেন না কারণ এর ফলে আপনি আরো রক্তপাত ঘটাবেন
- আপনার পেটে একটি গরম পানির বোতল বা হিটিং প্যাড রাখুন
- গোসল করুন অথবা টয়লেটে বসবেন
- কেউ তোমার পিঠ ঘষবে

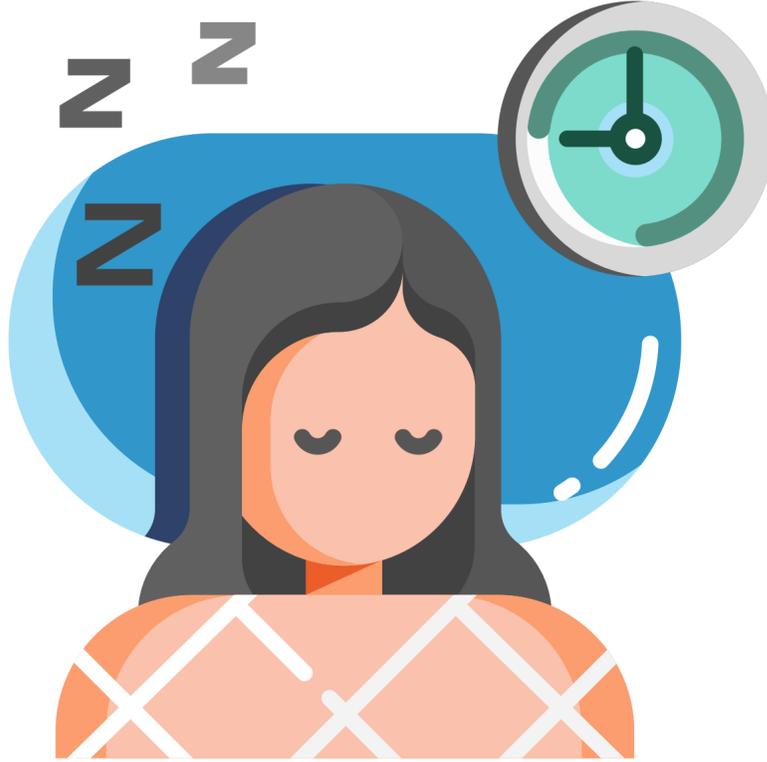
প্রেগন্যান্সি বের হওয়ার পর আমার কেমন লাগবে?

রক্তপাত: কয়েক দিন বা সপ্তাহের জন্য শুরু এবং বন্ধ হতে পারে। আপনার ঋতুস্রাবের স্বাভাবিক সময়ের মত ১ থেকে ২ সপ্তাহ রে জন্য রক্তপাত হতে পারে। ৪ থেকে ৮ সপ্তাহ পরে আপনার স্বাভাবিক পিরিয়ড আবার হওয়া উচিত।

ক্র্যাম্পিং: ঘন্টা এবং দিন যত যাচ্ছে তত কম এবং কম হবে।

বমি বমি ভাব: এটা মিসোপ্রোস্টল নেওয়ার ১ থেকে ২ দিনের মধ্যে চলে যাওয়া উচিত।

জ্বর এবং ঠান্ডা: যেদিন আপনি মিসোপ্রোস্টল পিল নেবেন সেদিন আপনার জ্বর এবং ঠান্ডা হতে পারে। আপনার জ্বর যদি ১০০.৪ এফ এর বেশি হয় তাহলে আমাদের কল করুন



কার্যকলাপ: স্কুল, কাজ এবং ড্রাইভিং এর মত স্বাভাবিক কার্যকলাপ যত তাড়াতাড়ি সম্ভব ঘটতে পারে।

স্তনের পরিবর্তন: কোমলতা এবং একটি দুগ্ধ স্রাব 1 থেকে 2 দিনের জন্য হতে পারে।

ক্লান্ত বোধ: আপনি ১ থেকে ২ দিন ের জন্য ক্লান্ত বোধ করতে পারেন।

আমার জানা উচিত:

- ট্যাম্পন... 7 দিনের জন্য নয়
- যোনি সেক্স... 7 দিন অপেক্ষা করুন
- জন্ম নিয়ন্ত্রণ... যৌন মিলন ছাড়া 7 দিন এবং আপনার কাউন্সিলরের সাথে আলোচিত জন্ম নিয়ন্ত্রণ পদ্ধতিতে ফিরে যান
- আপনার যোনিতে কিছু ঢোকা

জরুরী অবস্থা:

৭১৮-৭৮৬-৫০০০ ২৪/৭ নম্বরে
কল করুন যদি...

- যদি 100.4 F এর বেশী জ্বর দিনের পর দিন অব্যাহত থাকে
- আপনি 2 ঘন্টার বেশি সময় ধরে ঘন্টায় 2 ম্যাক্সি প্যাড ভিজিয়ে
- আপনি একাধিক "বড়" (লেবুর আকারের চেয়ে বড়) রক্ত জমাট অতিক্রম করেন
- আপনি একটি সারিতে 12 ঘন্টার বেশি সময় ধরে ভারী রক্তপাত
- আপনি 4 থেকে 6 ঘন্টার বেশি নিষ্ক্ষেপ

ফলো-আপ ভিজিট:

আপনার স্বাস্থ্য আমাদের জন্য গুরুত্বপূর্ণ। দয়া করে আপনার পরবর্তী পরিদর্শনের জন্য আমাদের ক্লিনিকে ফিরে আসুন। আমাদের অবশ্যই সোনোগ্রামের মাধ্যমে নিশ্চিত করতে হবে যে আপনার গর্ভাবস্থা বেরিয়ে এসেছে।

তারিখ: _____ / _____ / _____

সময়: _____ : _____ এএম / প্রধানমন্ত্রী