

الإجهاض الطبي المبكر في المنزل

معلومات للمرضى



مرجع سريع للمنزل:

عليك شراء المستلزمات التالية قبل القيام بالإجراء:

- باراسيتامول
- آيبوبروفين (إذا لم تكوني مصابةً بالربو)
- حبوب دوار السفر مضادة للغثيان (إذا لم يقدم لك من العيادة)
- فوط صحية
- قربة الماء الساخن.

اليوم الأول (ميفبريستون Mifepristone - قرص عدد 1)

- تناول قرصاً مضاداً للغثيان قبل ساعة من تناول الميفبريستون 'mifepristone'
- تناول حبة واحدة من الميفبريستون.

اليوم الثاني (ميسوبروستول Misoprostol)

- تأكدي من وجود شخص بالغ ليدعمك في المنزل طوال الإجراء
- تأكدي من تناول الطعام والشراب كالمعتاد إذا استطعت. حاولي تناول الإفطار
- مسكن الألم: تناولي الباراسيتامول بانتظام (كل 4 إلى 6 ساعات) والآيبوبروفين (كل 4 إلى 6 ساعات)، الجرعة الأولى قبل ساعة واحدة على الأقل من تناول الـ 'ميسوبروستول'
- يمكنك تناول 'داي هيدروكودين' dihydrocodiene (قرص واحد 30 ملغ) للألم إذا لزم الأمر (كل 4 ساعات) بالإضافة إلى الباراسيتامول والآيبوبروفين.
- مضاد للغثيان: تناولي قرصاً مضاداً للغثيان قبل ساعة واحدة من تناول الميسوبروستول
- الميسوبروستول - أدخل 4 أقراص من الميسوبروستول تحت لسانك أو في أعلى المهبل
- إذا لم يحدث نزيف بعد 4 ساعات، تناولي قرصين إضافيين من الميسوبروستول تحت لسانك
- إذا كان عمر الحمل بين 10 و 11 أسابيع + 6 أيام (الأسبوع 10 حتى نهاية الأسبوع 11 من الحمل) فسوف يتم إعطاؤك جرعة ثالثة من الميسوبروستول لتتناوليها (قرصان إضافيان) بعد 3-4 ساعات بعد الجرعة الثانية إذا كنت لا تزالين من دون نزيف. قومي بأخذ 2 من هذه الأقراص تحت لسانك كما فعلت سابقاً.
- إذا كنت بحاجة إلى أي نصيحة إما أن تتصلي برقم جوال 'تشويسيز' (الخيارات) Choices (07765395887)، أو جناح مستشفى 'سانت جونز' للأمراض النسائية St John's Hospital Gynae (01506524112)، أو جناح الأمراض النسائية في مستشفى الـ 'رويال إنفيرميري' Royal Infirmary Gynae (0131 242 2101)
- تذكري أن تبدأي بأخذ موانع الحمل في نفس اليوم أو في اليوم التالي للعلاج (إن لم تكوني قد بدأت بذلك).

نصائح حول ما يمكن توقعه في المنزل

الجزء 1 ميفبريستون: يمكنك ابتلاع هذا القرص الوحيد إما في العيادة أو في المنزل. يتم أخذ هذه الحبة 'لتسريع' العلاج. هي تقوم بتنشيط هرمون يسمى البروجسترون والذي هو ضروري لاستمرار الحمل. يجب أن تكوني قادرة على مواصلة أنشطتك اليومية العادية، على الرغم من أنك قد تحتاجين إلى ارتداء فوطه صحية بسبب بعض النزيف المهبلي الخفيف. من المستبعد جداً أن تنتهي من الحمل قبل مرور الفترة المتبقية من العلاج، لذا حتى إذا كان لديك أي نزيف، يرجى تناول الميسوبروستول كما هو مخطط.

الجزء 2 الميسوبروستول: سيتم إعطاؤك علبة من أقراص الميسوبروستول لتتناوليها في المنزل بعد 24-72 ساعة.

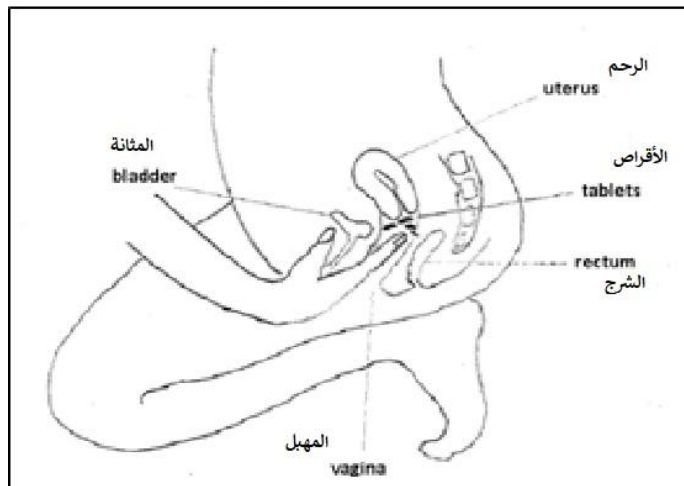
- يجب وضع 4 أقراص من الميسوبروستول إما تحت لسانك (قرصان تحت كل جانب من لسانك) - كما هو موضح في الرسم البياني أدناه (قد يتسبب ذلك في ظهور ألم وغثيان مفاجئ أكثر)



ابدئي أولاً بشطف فمك بالماء النظيف. تأكدي من أنك في وضع مستقيم مريح من ثم ضعي الأقراص تحت لسانك (قرصان لكل جانب من اللسان = 4 أقراص) يرجى التأكد من أن الأقراص مغطاة باللسان بالكامل.

انتظري لمدة **30 دقيقة على الأقل** مع وجود أقراص الميسوبروستول تحت اللسان للسماح لها بالعمل. ننصحك بالجلوس بلا حراك ولا تتحدثي ولا تتحركي ولا تقفي خلال هذا الوقت. بعد 30 دقيقة يجب ابتلاع أي فئات متبقي من أقراص الميسوبروستول. يمكنك أن تتوقعي أن أقراص الميسوبروستول قد تسبب طبعاً طباشيراً في الفم. يمكن أن تسبب أقراص الميسوبروستول أيضاً الصداع والإسهال وألم المغص.

- أو يمكن وضعها في المهبل (يجب وضع الأقراص عالياً في المهبل كما هو مبين في الصورة أدناه)



***** هام:** إذا كنت تعانين من نزيف في بادئ الأمر، فلا تضعي أقراص الميسوبروستول في المهبل لأنها قد لا تعمل. ضعي الأقراص تحت لسانك بدلاً من ذلك.

بعد حوالي ساعة من تناول أقراص الميسوبروستول يجب أن تبدئي بالنزيف. سيكون لديك نزيف والذي سيكون أكثر غزارة من دورتك الشهرية العادية.

***** هام:** إذا لم تبدئي بالنزيف خلال 4 ساعات من تناول أقراص الميسوبروستول فعليك تناول قرصين إضافيين. يجب أن تؤخذ هذه الأقراص الإضافية تحت اللسان. إذا كان عمر الحمل بين 10 و 11 أسابيع + 6 أيام، فسوف يتم إعطاؤك جرعة ثالثة من الميسوبروستول ليتم تناولها 3-4 ساعات بعد الجرعة الثانية إذا لم يكن لديك نزيف. تناولي 2 من هذه الأقراص تحت لسانك.

كيف سيكون الألم؟

سيكون الألم الذي تشعرين به هو ألم من نوع التشنج وذلك لأن الرحم يحاول طرد الحمل. وتختلف شدة الألم من امرأة لأخرى. عادة ما يكون الألم في أسوأ حالاته قبل التخلص من الحمل. يخف هذا الألم بعد مرور الحمل.

يجب أن تتناولي باراسيتامول 1 جرام وإيبوبروفين 400 ملجم قبل أن يبدأ الألم. في معظم الحالات، يجب أن يكون هذا كافياً للسيطرة على الألم. ومع ذلك، فقد تم إعطاؤك أيضاً بعض أقراص 'داي هيدرو كودين' dihydrocodiene (30 ملجم) لأخذها معك إلى المنزل ويمكنك تناول قرص واحد من ثنائي 'داي هيدرو كودين' كل 4 ساعات إذا لزم الأمر.

قد ترغبين في البقاء في السرير أو الاستلقاء، لكن العديد من النساء يشعرن بالراحة في التجول، مشاهدة التلفاز أو القراءة. هذا الأمر متروك لك حسب ما تفضلين وما تشعرين به. يمكنك استخدام المرحاض بقدر ما تريدي وسحب السيفون كالمعتاد. قد تشعرين بالغثيان. قد تتقيئين أو تصابي بالإسهال.

إلى متى سوف أنزف؟

يختلف مقدار النزيف ويعتمد على عدد أسابيع الحمل. تصفها معظم النساء بأنها 'أثقل بكثير من دورتي الشهرية' وقد تحتوي على بعض كتل كبيرة من الدم المتخثر. قد تشاهدين بعد 9 أسابيع من الحمل بعض أنسجة الحمل.

يجب أن يخف النزيف تدريجياً كل يوم. ننصح بعدم استخدام السدادات القطنية (التامبون) حيث يوجد خطر ضئيل للإصابة بالعدوى. يرجى استخدام الفوط الصحية حتى يتوقف النزيف.

يمكنك توقع استمرار النزيف لمدة أسبوعين تقريباً على الرغم من أن هذا قد يستمر لمدة شهر أو أكثر. إذا كنت تعاني من نزيف مستمر وغزير (ثلاث فوط صحية مليئة تماماً أو أكثر خلال مدة ساعة وأثناء الراحة)، فاتصلي بالعيادة أو اذهبي إلى قسم الطوارئ A&E بشكل عاجل. إذا لم تبدئي بالنزيف خلال 24 ساعة من العلاج، فاتصلي بالعيادة لأن هذا قد يكون علامة على أنك قد تحتاجين إلى مزيد من العلاج. كذلك، إذا نزفت لمدة تقل عن 4 أيام إجمالاً، فعليك الاتصال بالعيادة، فقد يكون هذا أيضاً علامة على أن العلاج لم ينجح وأنت ربما لازلت حاملاً. إذا تشكل لديك إفرازات كريهة الرائحة أو حمى أو ألم في البطن، فقد يشير ذلك إلى وجود عدوى ويجب عليك الاتصال بطبيبك العام.

إذا لم تحصلي على فحص بالأشعة فوق الصوتية قبل العلاج، فلا يمكن استبعاد الحمل خارج الرحم تماماً، وبالتالي إذا شعرت بألم في أحد جانبي بطنك، أو شعرت بأنتك خائرة القوة، سواء قبل أو بعد الانتهاء من العلاج، يجب عليك الاتصال بالخدمة للحصول على المشورة. إذا كان لديك ألم شديد، يجب عليك الذهاب إلى قسم الطوارئ المحلي.

متى يجب أن أبدأ بمانع الحمل؟

تكون غالبية النساء في حالة خصوبة بعد هذا العلاج مباشرة، لذا يجب البدء في تناول حبوب منع الحمل، أو اللصقات، أو الحلقة، أو الحقن، أو الزرع في نفس يوم الإجراء. يجب أن نكون قادرين على تزويدك بهذه الأشياء ولكن إذا لم نتمكن من القيام بذلك لسبب ما، فسنخبرك أين يمكنك الحصول عليها. يمكننا أيضاً الترتيب لك للحصول على وسيلة منع داخل الرحم (اللؤلؤ الرحمي النحاسي أو لولب رحمي هرموني Mirena) لوضعها في وقت لاحق في عيادة متخصصة.

كيف أعرف ما إذا كان العلاج قد نجح؟

على الرغم من أن هذا العلاج فعال للغاية، إلا أن هناك احتمالاً ضئيلاً أنه قد لا ينجح وأنت قد تبقي حاملاً (يفشل العلاج في إنهاء الحمل بنسبة حوالي 1 من كل 100 مريضة).

علامات تدل على أن العلاج ربما لم ينجح وأنت ربما ما زلت حاملاً:

- إذا لم تنزفي خلال 24 ساعة من تلقي أقراص الميسوبروستول
- إذا كان النزيف أقل من 4 أيام
- إذا كنت لا تزالين 'تشعرين' بالحمل في نهاية أسبوع واحد أو تعانين من أعراض الحمل مثل ألم الثديين والمرض ونمو البطن، وما إلى ذلك.
- إذا كان اختبار الحمل عن طريق البول (الذي نقدمه لك) بعد أسبوعين من العلاج إيجابياً أو غير صالح
- إذا لم تأت دورتك التالية بشهر واحد بعد العلاج.

في ظل هذه الظروف، يجب عليك الاتصال بالعيادة على الفور لأنك قد لا تزالين حاملاً وقد تحتاجين إلى مزيد من العلاج. لضمان أن العلاج كان ناجحاً، نحتاج أيضاً أن تقومي بإجراء اختبار حمل البول (بنفسك) في المنزل. يجب إجراء اختبار الحمل عن طريق البول عادةً بعد أسبوعين من العلاج. سنزودك بمجموعة أدوات اختبار الحمل. يكشف اختبار الحمل هذا عن هرمون الحمل (HCG) في البول، وسيعطي نتيجة إيجابية في حالة وجود مستويات عالية من الهرمون في البول، مما قد يشير إلى استمرار الحمل (فشل العلاج).

كيف أقوم بإجراء اختبار الحمل عن طريق البول؟

يجب إجراء اختبار الحمل عن طريق البول بعد 14 يوماً من العلاج، ويفضل أن يكون على أول عينة بول في الصباح. سوف تشرح الممرضة في العيادة كيف ومتى يتم القيام بذلك. من الضروري إجراء الاختبار وفقاً للتعليمات، لأن عدم القيام بذلك قد يعني عدم اكتشاف الحمل المستمر. يجب عليك إجراء اختبار البول على بولك الصباحي الأول عندما تستيقظين وفي التاريخ المتفق عليه.

تقييم ذاتي

سنترك الأمر لك للاتصال بنا إذا كان اختبار الحمل إيجابياً أو غير صالح أو إذا كنت قلقة من احتمال استمرار الحمل. سنفترض أنه ما لم نسمع منك أن العلاج قد نجح وأنت لم تعودتي حاملاً.

تمت جدولة التقييم الذاتي واختبار الحمل عن طريق البول لمدة 14 يوماً بعد تناولك الميسوبروستول (الجزء 2)

متى يجب أن أتوقع مجيء دورتي الشهرية بعد العلاج؟

يجب أن تتوقع معظم النساء اللواتي يعانين من دورات شهرية منتظمة أن تأتي الدورة الشهرية التالية بعد شهر واحد من العلاج. إذا كنت قد بدأت تناول حبوب منع الحمل المركبة، فعليك أن تتوقعي حصول دورتك الشهرية خلال الأسبوع التالي من حبوب منع الحمل. ولكن، إذا كنت قد بدأت بطريقة البروجستيرون فقط مثل حبوب البروجستيرون فقط أو الحقن أو الزرع، فهناك فرصة جيدة بأن يؤخر هذا دورتك التالية أو يزيل دورتك الشهرية تماماً. إذا لم تأت دورتك التالية بعد شهر واحد من العلاج أو إذا كنت تستخدمين طريقة البروجستيرون فقط وتشعرين بالقلق من احتمال استمرار الحمل، فيرجى الاتصال بنا (انظري أدناه).

للنساء اللواتي تتراوح أعمار الحمل لديهم بين 10 و 12 أسبوعاً فقط

سيتم إعطاؤك جرعة إضافية من أقراص ميسوبروستول لتتناولها إذا لزم الأمر، وسيتم مناقشة ذلك معك في وقت استشارتك الهاتفية.

تصوير بالموجات فوق الصوتية

لا تحتاج النساء بشكل روتيني إلى فحص بالموجات فوق الصوتية قبل إنهاء الحمل. يكون الخطر الإجمالي لحصول حمل هاجر (الحمل خارج الرحم - عادة في قناة الرحم) منخفضاً للغاية وسيتم تقييمك بحثاً عن أي علامات أو أعراض أو عوامل خطر للإصابة خارج الرحم في وقت استشارة الهاتف. إذا لم تكوني قد خضعت لفحص بالموجات فوق الصوتية وتعانين من أي ألم في بطنك (خارج يوم العلاج الخاص بك) يرجى عندها الاتصال برقم جوال 'تشويسيز' (الخيارات) للحصول على المشورة من ممرضة. إذا كان هذا الألم شديداً (مما قد يشير إلى الحمل خارج الرحم)، فعليك الذهاب إلى قسم الطوارئ المحلي.

الخلاصة الخاصة بك:

التاريخ المخطط للميفيريستون (اليوم 1)

التاريخ المخطط للميسوبروستول (اليوم 2)

التاريخ المخطط لاختبار الحمل

بيانات الاتصال

إذا كنت قلقة من أنك لا تزالين حاملاً، أو لديك أي مخاوف أخرى، فيرجى الاتصال بنا على الفور على أي من:

'تشالمرز سنتر' Chalmers Centre:

رقم الجوال الخاص بالممرضة الرئيسية: (الأثنين إلى الجمعة بين الساعة 8.30 صباحاً و 4 بعد الظهر): 07765 395 887
(خارج هذه الساعات يرجى الاتصال بمستشفى 'رويال إنفيرميري' (Royal Infirmary))

مستشفى إدنبره 'رويال إنفيرميري' Royal Infirmary

جناح 210 'آر آي إي' RIE (رويال إنفيرميري) (جناح النسائية Gynaecology Ward) الإثنين إلى الأحد كافة الأوقات،
هاتف: 0131 242 2101

مستشفى 'سانت جونز' St John's:

الجناح 12 (جناح النسائية Gynaecology Ward) (الإثنين إلى الأحد كافة الأوقات، هاتف: 01506 524 112
جوال: 07966 629 971

