

AVORT LA DOMICILIU ÎN PRIMUL TRIMESTRU

Informații pentru pacienți



Scurt îndrumar pentru avortul la domiciliu

Înainte de începerea procedurii cumpărați-vă următoarele:

- Paracetamol
- Ibuprofen (dacă nu sunteți suferiți de astm)
- Pastile anti-greață (dacă nu primiți de la clinică)
- Tampoane absorbante externe
- O buiotă (Hot water bottle).

Ziua 1 (Mifepristone- 1 tabletă)

- Luați o pastilă anti-greață înainte de mifepristone.
- Luați tableta unică de mifepristone.

Ziua 2 (Misoprostol)

- Trebuie să fie o persoană adultă cu dvs. acasă, pentru a vă oferi sprijin pe toată durata procedurii.
- Trebuie să mâncați și să beți lichide în regim normal, dacă se poate. Încercați să luați micul dejun.
- **Calmante:** luați paracetamol la intervale regulate (o dată la 4 sau la 6 ore) și ibuprofen (o dată la 4 sau la 6 ore), prima doză cu **cel puțin o oră** înainte de misoprostol.
- Puteți lua dihydrocodeină (o tabletă de 30 mg) pentru durere, la nevoie, (o dată la 4 ore) pe lângă paracetamol și ibuprofen.
- **Anti-greață:** luați o tabletă anti-greață **cu o oră înainte de misoprostol**.
- **Misoprostol** - introduceți 4 tablete de misoprostol în gură sub limbă, sau în vagin cât mai adânc.
- Dacă după 4 ore nu sângerați, introduceți încă 2 tablete de misoprostol sub limbă.
- Dacă aveți între 10 și 11+6 săptămâni (adică ați împlinit 10 săptămâni dar nu ați ajuns la sfârșitul săptămânii 11 de gestație) vi se va da să luați o a 3-a doză de misoprostol (încă 2 tablete) la 3-4 ore după a 2-a doză, dacă încă nu ați început să sângerați. Introduceți și aceste 2 tablete sub limbă, la fel ca înainte.
- Dacă aveți nevoie de sfaturi sunați fie pe mobilul clinicii Choices (**07765 395 887**), fie la secția de ginecologie de la Spitalul St John's (**01506 524 112**), sau la secția de ginecologie de la Spitalul Royal Infirmary (**0131 242 2101**)
- Nu uitați să începeți folosirea unei metode de contracepție în ziua procedurii, sau a doua zi (dacă nu ați început deja).

La ce să vă așteptați acasă – sfaturi

Partea 1 Mifepristone: această unică tabletă o înghițiți fie acasă, fie la clinică. Această tabletă se ia pentru a „grăbi” tratamentul. Tableta oprește hormonul numit progesteron, necesar pentru continuarea sarcinii. În mod normal vă puteți continua activitatea zilnică obișnuită, deși este posibil să trebuiască să purtați un tampon absorbant extern în caz de sângerare vaginală ușoară. Este puțin probabil să eliminați sarcina înaintea celei de-a doua părți a tratamentului, deci chiar dacă sângerați vă rugăm să luați și misoprostol-ul conform planului.

Partea 2 Misoprostol: Vi se va da o cutie cu tablete de misoprostol pe care să le luați acasă 24-72 ore mai târziu.

- **4 Tablete de misoprostol trebuie plasate ori sub limbă, de-o parte și de alta (câte 2 tablete de fiecare parte a limbii) – așa cum arată desenul de mai jos (aceasta poate declanșa dintr-o dată durerea și starea de greață)**

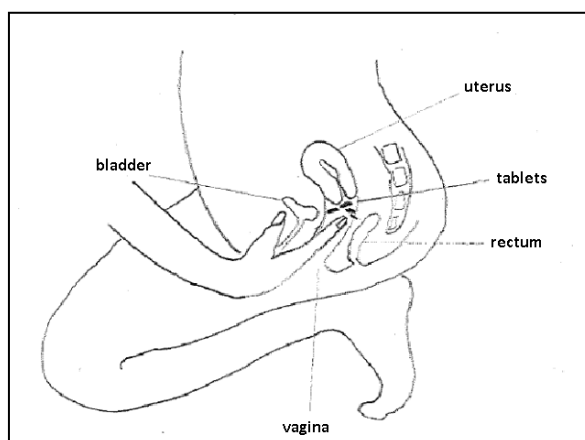


Începeți prin a vă clăti gura cu apă curată. Asigurați-vă că stați comod, cu spatele drept și puneți tabletele sub limbă (câte 2 tablete de fiecare parte a limbii = 4 tablete). Vă rugăm aveți grijă ca tabletele să fie **complet acoperite de limbă**).

Așteptați **cel puțin 30 de minute** cu tabletele de misoprostol sub limbă pentru a le permite să își facă efectul. Vă sfătuim să nu vorbiți, să nu vă mișcați și să nu stați în picioare în acest interval de timp. După 30 de minute, dacă au mai rămas fragmente din tabletele de misoprostol, acestea trebuie înghițite.

Este de așteptat ca tabletele de misoprostol să vă producă un gust ca de cretă în gură. Tabletele de misoprostol pot cauza durere de cap, diaree și crampe dureroase.

- **Ori în vagin (tabletele ar trebui introduse cât mai adânc în vagin, ca în imaginea de mai jos)**



*****Important:** Dacă deja sângerați, nu introduceți tabletele de misoprostol în vagin, deoarece pot să nu aibă efect. În schimb, introduceți tabletele sub limbă.

Cam la o oră după ce ați luat tabletele de misoprostol ar trebui să începeți să sângerați. Sângerarea vă va fi mai abundentă decât la ciclul dvs. obișnuit.

*****Important:** Dacă nu ați început să sângerați la 4 ore după ce ați luat tabletele de misoprostol, atunci ar trebui **să luați și cele două tablete suplimentare**. Aceste două tablete suplimentare ar trebui luate sub limbă. Dacă aveți între 10 și 11+6 săptămâni, vi se va da să luați a 3-a doză de misoprostol la 3-4 ore după a 2-a doză, dacă încă nu sângerați deloc. Aceste 2 tablete le puneți sub limbă.

Cum va fi durerea?

Durerea o veți simți sub formă de crampe, pentru că uterul încearcă să expulzeze sarcina. Intensitatea durerii diferă de la o femeie la alta. De regulă doare cel mai tare chiar înainte de a elimina sarcina. Durerea se atenuează după ce sarcina s-a eliminat.

Ar trebui să luați paracetamol 1 gram și ibuprofen 400 mg **înainte** să înceapă durerea. În majoritatea cazurilor, acestea sunt de ajuns pentru controlul disconfortului. Totuși vi se vor da acasă și niște tablete de dihydrocodeină (30 mg) și puteți lua o tabletă de dihydrocodeină o dată la 4 ore dacă este nevoie.

Poate veți dori să stați în pat sau întinsă, dar multe femei se simt în largul lor umblând prin casă, uitându-se la televizor sau citind. Depinde ce doriți să faceți și cum vă simțiți. Puteți să mergeți la toaletă de câte ori doriți și să trageți apa în mod normal. Este posibil să vă fie greață. Este posibil să vomitați și să faceți diaree.

Dacă nu ați făcut ecografie înaintea tratamentului, atunci o eventuală sarcină ectopică nu poate exclude în totalitate; prin urmare, dacă apar dureri abdominale pe o singură parte, sau dacă aveți o stare de leșin, fie înaintea tratamentului sau după terminarea acestuia, trebuie să contactați serviciul medical pentru a primi sfaturi. Dacă aveți dureri grave, atunci trebuie să mergeți la departamentul de urgențe cel mai apropiat.

Pentru cât timp voi sângera?

Cantitatea de sânge variază și este în funcție de numărul de săptămâni de sarcină. Majoritatea femeilor descriu sângerarea drept „mult mai abundentă decât la un ciclu normal” și poate conține unele cheaguri mari de sânge. După 9 săptămâni de sarcină se pot uneori vedea ceva țesuturi din sarcină.

Treptat sângerarea ar trebui să scadă de la o zi la alta. Recomandăm să nu folosiți tampoane interne pentru că se pot introduce infecții. Vă rugăm să folosiți absorbante externe până la oprirea sângerării.

Vă puteți aștepta să sângerați în jur de două săptămâni, deși sângerarea poate continua timp de o lună sau mai mult. **Dacă sângerați permanent și din abundentă (dacă umpleți trei absorbante sau mai multe în timp de o oră în stare de repaos), contactați clinica sau mergeți de urgență la spital la secția de urgențe (A&E) Dacă nu ați început să sângerați la 24 de ore după începerea tratamentului contactați clinica, pentru că poate fi un semn că aveți nevoie de tratament suplimentar. De asemenea, dacă sângerați pentru mai puțin de 4 zile în total, atunci ar trebui să contactați clinica, pentru că acesta poate însemna că tratamentul nu a funcționat și ați putea fi în continuare însărcinată.** Dacă apare o scurgere mirositoare, febră sau durere abdominală, poate fi vorba de o infecție și trebuie să luați legătura cu medicul de familie.

Când ar trebui să încep contracepția?

Majoritatea femeilor sunt fertile imediat după acest tratament, deci ar trebui să începeți să folosiți pastila contraceptivă, plasturi, inel, injecție sau implantul în ziua procedurii. În mod normal noi vă putem pune la dispoziție oricare dintre acestea, dar dacă dintr-un motiv sau altul nu putem face aceasta, vă vom spune de unde le puteți obține. Putem de asemenea să vă facilităm inserarea unui

dispozitiv intrauterin (steriletul de cupru sau steriletul Mirena) la o dată ulterioară, la o clinică specializată.

Cum îmi dau seama că tratamentul a funcționat?

Deși acest tratament este foarte eficient, există o mică probabilitate să nu funcționeze și să puteți fi în continuare însărcinată (la 1 din 100 de paciente tratamentul nu reușește să întrerupă sarcina).

Semne că tratamentul nu a funcționat și ați putea fi în continuare însărcinată:

- **Dacă nu sângerați la 24 de ore după ce ați luat tabletele de misoprostol**
- **Dacă sângerați mai puțin de 4 zile**
- **Dacă încă „vă simțiți” însărcinată după o săptămână sau aveți simptome de sarcină precum dureri de sân, greață, vă crește burta, etc.**
- **Dacă la 2 săptămâni după tratament, testul de sarcină din urină (cel pe care vi-l dăm noi) iese pozitiv sau nul**
- **Dacă nu vă vine ciclul la o lună după tratament**

În aceste situații trebuie să contactați clinica de urgență, pentru că se poate să fiți în continuare însărcinată și să aveți nevoie de tratament suplimentar.

Pentru a vă asigura că tratamentul a reușit, trebuie de asemenea să vă faceți singură un test de sarcină din urină acasă. Testul de sarcină din urină se face de obicei la două săptămâni după tratament. Vă vom pune noi la dispoziție acest test de sarcină. Acest test depistează hormonul de sarcină (HGC) în urină, și rezultatul iese pozitiv dacă nivelul hormonului prezent în urină este crescut, ceea ce poate indica prezența sarcinii (tratament nereușit).

Cum fac testul de sarcină din urină?

Testul de sarcină din urină este de preferat să se facă din **prima urină de dimineață**, la 14 zile după tratament. Asistenta medicală de la clinică o să vă explice cum și când să faceți acest test. Este foarte important să faceți acest test urmând întocmai instrucțiunile, pentru că altfel se poate ca o sarcină prezentă să nu fie depistată. Trebuie să faceți testul de sarcină din prima urină după ce vă treziți în dimineața zilei în care aveți testul planificat.

Auto-evaluarea

Rămâne ca dvs. personal să ne contactați dacă testul iese pozitiv, nul sau dacă vă faceți griji că ați putea fi în continuarea însărcinată. Dacă nu ne contactați, noi vom considera că tratamentul a reușit și că nu mai sunteți însărcinată.

Auto-evaluarea și testul de sarcină din urină este planificat la 14 zile după ce ați luat misoprostol-ul (Partea 2)

După cât timp să mă aștept să îmi vină ciclul în urma tratamentului?

Majoritatea femeilor care au ciclul regulat se pot aștepta să le vină ciclul următor la o lună după tratament. Dacă ați început să luați pilula contraceptivă combinată, atunci să vă așteptați să vă vină ciclul în timpul săptămânii de pauză, când nu luați pilula. Însă dacă ați început o metodă contraceptivă doar pe bază de progesteron, cum ar fi pilula, injecția sau implantul, atunci sunt șanse mari ca următorul ciclu să întârzie sau ca ciclul să înceteze cu totul. Dacă ciclul următor nu v-a venit la o lună după tratament sau dacă folosiți o metodă doar pe bază de progesteron, și sunteți îngrijorată că ați putea fi în continuare însărcinată, atunci vă rugăm să ne contactați (vedeți datele de mai jos)

Doar pentru femeile care au între 10 și 12 săptămâni de sarcină

Vi se va da o doză suplimentară de tablete de Misoprostol să luați la nevoie și vi se va explica aceasta în timpul consultației telefonice.

Ecografia

În mod normal femeile nu au nevoie de ecografie înainte de întreruperea sarcinii. Riscul unei sarcini ectopice (sarcină localizată în afara uterului, de obicei în unul din tuburi) este extrem de scăzut și vi se face în prealabil o evaluare în timpul consultației telefonice, pentru eventuale semne, simptome sau factori de risc de sarcină ectopică. Dacă nu ați făcut ecografie și aveți dureri în abdomen (în afara zilei de tratament), atunci vă rugăm sunați pe mobilul Choices pentru a primi sfaturi de la o asistentă medicală. Dacă durerea este intensă (ceea ce poate indica o sarcină ectopică), atunci trebuie să mergeți la spital la urgențe (A&E).

Rezumatul:

Data planificată pentru mifepristone (Ziua 1)

Data planificată pentru misoprostol (Ziua 2)

Data planificată pentru testul de sarcină

Date de contact

Dacă vă faceți griji că ați putea fi în continuare însărcinată, sau pentru orice alte motive de îngrijorare, vă rugăm să ne contactați de urgență pe unul din numerele de mai jos:

Centrul Chalmers:

Număr mobil asistentă șefă (luni-vineri 8.30-16:00): **07765 395 887**

(În afara acestor ore vă rugăm contactați Spitalul Royal Infirmary)

Spitalul Royal Infirmary din Edinburgh:

Secția 210 RIE (Secția de Ginecologie) luni-duminică la orice oră, sunați la: **0131 242 2101**

Spitalul St John's:

Secția 12 (Secția de Ginecologie) luni-duminică la orice oră, sunați la: **01506 524 112**

Mobil: **07966 629 971**

