

కంటెంట్లు

పరిచయం

మీ గర్భధారణ ఎంపికలు	6
మీ సంప్రదింపు	9
లైంగికంగా సంక్రమించే సంక్రమణ (STI) పరీక్ష	11
గర్భనిరోధకం	12
మీ చికిత్స ఎంపికలు	15
ముందస్తు మందులతో చేసే గర్భస్రావం	16
శస్త్రచికిత్సతో చేసే గర్భస్రావం	28
శస్త్రచికిత్సకు ముందు సలహా	36
ముందస్తు మందులతో చేసే గర్భస్రావం & శస్త్రచికిత్సతో చేసే గర్భస్రావం తరువాతి సంరక్షణ	38
ప్రెగ్నెన్సీ ఆఫ్ అన్ నోన్ లొకేషన్ (పియుఎల్)	
మరియు ఎక్స్ పిక్ ప్రెగ్నెన్సీ	42
వీనస్ థ్రోంబోఎంబోలిజం (VTE)	45
ఖాతాదారులు మరియు సంరక్షకుల కోసం సెప్పిస్ సమాచారం	48
యాంటీ-డి ఇంజెక్షన్	51
తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు	53
ఫీడ్బ్యాక్ మరియు ఫిర్యాదులు	56
ఉపయోగకరమైన పరిచయాలు	57
గమనికలు	58

విజన్

NUPAS లో మేము దయతో కూడిన సిబ్బంది గల సురక్షితమైన వాతావరణాన్ని అందించడం ద్వారా వ్యక్తి యొక్క ఎంపిక హక్కును గౌరవిస్తాము, ఇక్కడ మహిళలు గర్భస్రావం చేయించుకోగలరు, గర్భనిరోధకం మరియు లైంగిక ఆరోగ్య సేవలను పొందగలరు.



మేము చేసే ప్రతిదానిలో మేము పారదర్శకంగా మరియు నిజాయితీగా ఉంటాము మరియు స్పష్టంగా మరియు నిజాయితీగా కమ్యూనికేట్ చేస్తాము.



మేము బృందంగా మరియు ఉమ్మడి లక్ష్యంతో పని చేస్తాము: సాధ్యమైనంత ఉత్తమమైన సంరక్షణను అందించడానికి.



మేము చేసే పని పట్ల శ్రద్ధ మరియు మక్కువ కలిగి ఉంటాము.



మేము మా సిబ్బందికి విలువనిస్తాము మరియు మద్దతు ఇస్తాము.

గర్భస్రావం చేయించుకోవడం

మీరు గర్భస్రావం చేయించుకోవాలని నిర్ణయం తీసుకున్నట్లయితే, మీరు ఒంటరిగా లేరని గుర్తుంచుకోండి

యుకెలో ప్రతి సంవత్సరం **200,000** కంటే ఎక్కువ అభార్తను జరుగుతాయి

యుకె వ్యాప్తంగా **3 మంది మహిళల్లో 1 మంది** వారి జీవితకాలంలో గర్భస్రావం చేయించుకుంటారు



ఇంగ్లాండ్, వేల్స్ మరియు స్కాట్లాండ్లో **50 సంవత్సరాలకు పైగా** గర్భస్రావాలకు చట్టబద్ధత ఉంది

మీరు గర్భవతిగా ఉండి, గర్భస్రావం మీకు సరైన ఎంపిక అని నిర్ణయించుకున్నట్లయితే, దీనిని చేసి మీకు అందుబాటులో ఉన్న విభిన్న ఎంపికల గురించి తెలుసుకోవడానికి ఈ బుక్లెట్ చదవడానికి సమయం కేటాయించండి.

మేము 50 సంవత్సరాలకు పైగా మహిళలకు మా సేవలు మరియు సంరక్షణను అందించాము మరియు గర్భస్రావం చేయించుకోవాలని ఎంచుకునే స్త్రీ హక్కుకు పూర్తిగా మద్దతునిస్తాము మరియు సమర్థిస్తాము.

ఈ బుక్లెట్ మీకు అభార్తన్ చికిత్సల గురించిన సమాచారాన్ని అందిస్తుంది మరియు చికిత్స కోసం మీరు మమ్మల్ని సందర్శించినప్పుడు ఏమి జరుగుతుందో మీకు సలహా ఇస్తుంది. ఈ సమాచారం రాయల్ కాలేజ్ ఆఫ్ అబ్స్ట్రీషియన్స్ అండ్ గైనకాలజిస్ట్స్ (RCOG), నేషనల్ ఇన్ స్టిట్యూట్ ఫర్ క్లీనికల్ ఎక్సలెన్స్ (NICE) మరియు రాయల్ కాలేజ్ ఆఫ్ అనస్థీటిస్ట్స్ (RCOA) అందించే మార్గదర్శకాల ఆధారంగా అందించబడింది.

ఆఫ్ఫర్ కేర్ హెల్ప్ లైన్

T: 0333 016 0400

T: (01) 874 0097 (Eire)



అబార్షన్ చట్టం

అబార్షన్ చట్టం 1967 ప్రకారం, అబార్షన్లు యుకెలో గర్భం దాల్చిన 23 వారాలు మరియు 6 రోజుల వరకు చట్టబద్ధమైనవి. అసాధారణమైన పరిస్థితులలో 24వ వారం తర్వాత మాత్రమే అబార్షన్లు చేయవచ్చు ఉదా. ఆ స్త్రీ జీవితం ప్రమాదంలో ఉండటం లేదా పిండం అసాధారణతలు లాంటివి.

గర్భంతో కొనసాగడం కంటే అబార్షన్ చేయించుకోవడం వల్ల మీ మానసిక లేదా శారీరక ఆరోగ్యానికి తక్కువ హాని కలుగుతుందని ఇద్దరు వైద్యులు అంగీకరించాలని చట్టం పేర్కొంది. అంగీకరించిన ఇద్దరు వైద్యులు తప్పనిసరిగా HSAI ఫారమ్ అని పిలువబడే చట్టపరమైన ఫారమ్పై సంతకం చేయాలి.

పిండం యొక్క లింగం ఆధారంగా అబార్షన్ చికిత్స అందించడం చట్టవిరుద్ధం.

అబార్షన్లను ఆసుపత్రిలో లేదా ప్రత్యేక లైసెన్స్ పొందిన క్లినిక్లో మాత్రమే నిర్వహించవచ్చు.

అబార్షన్ అంటే ఏమిటి?

అబార్షన్ అనేది గర్భధారణను ముగించే ప్రక్రియ; దీనిని "ముగింపు" అని కూడా అంటారు.

అబార్షన్ను పరిగణించడం చాలా గందరగోళంతో, ఒత్తిడితో కూడిన మరియు కలత కలిగించే సమయం కావచ్చు. మేము దీన్ని అర్థం చేసుకున్నాము మరియు ఈ సమయంలో మీకు సహాయం చేయడానికి మా సంరక్షణ మరియు మద్దతును మీకు అందిస్తామని హామీ ఇస్తున్నాము.

గోప్యత

మీరు మాతో చేసే ఏదైనా సంప్రదింపు లేదా మీరు స్వీకరించే ఏదైనా చికిత్స పూర్తిగా గోప్యమైనది. మీ వయస్సు 16 ఏళ్లలోపు అయినప్పటికీ, మీ అనుమతి ఉంటే తప్ప మేము ఎవరికీ చెప్పము. మీకు తీవ్రమైన హాని కలిగే ప్రమాదం ఉందని మేము విశ్వసిస్తే మాత్రమే మేము మీ వివరాలను

ఇతర ఆరోగ్య నిపుణులు లేదా సంస్థలతో పంచుకుంటాము. మేము దీన్ని చేయాలని భావిస్తే మేము ఎల్లప్పుడూ మీకు చెప్పడానికి ప్రయత్నిస్తాము.

యువకులను మరియు హానికీ గురికాగలపెద్దలను రక్షించడం

యువకులు మరియు హానికీ గురికాగలపెద్దల సంక్షేమాన్ని కాపాడేందుకు నిపుణులందరికీ నిబద్ధత ఉంటుంది. వారు నిర్లక్ష్యం, శారీరక, లైంగిక లేదా భావోద్వేగ హాని లేదా దోపిడీ నుండి వారిని రక్షించడానికి సహేతుకమైన చర్యలు తీసుకుంటారు. మీరు 'రిస్క్'లో ఉన్నట్లు గుర్తించబడితే, మిమ్మల్ని రక్షించడానికి తగిన చర్య తీసుకోవడానికి NUPAS సిబ్బంది మీతో కలిసి పని చేస్తారు.

మీ గర్భధారణ ఎంపికలు

మీకు ఉన్న ఎంపికలు:

- గర్భంతో కొనసాగడం;
- గర్భంతో కొనసాగడం మరియు దత్తత లేదా పెంపుడు సంరక్షణను పరిగణించడం;
- అబార్షన్ చేయించుకోవడం

గర్భంతో కొనసాగడం

మీరు గర్భంతో కొనసాగాలని ఎంచుకుంటే మీరు మీ జిపిని సంప్రదించాలి లేదా మీరు మంత్రసాన్ని నేరుగా సంప్రదించవచ్చు (మీ స్థానిక ఆసుపత్రి వెబ్‌సైట్‌ను చూడండి); వారు మీ గర్భధారణను నిర్ధారించి, మీ స్థానిక మంత్రసానితో అపాయింట్మెంట్‌ను ఏర్పాటు చేస్తారు. మీ గర్భధారణ సమయంలో మంత్రసాని మీ యాంటినాటల్ కేర్‌ను చూసుకుంటుంది. ప్రసవనంతర సంరక్షణను పొందడం చాలా ముఖ్యం కాబట్టి మీరు గర్భంతో కొనసాగాలనే మీ నిర్ణయం గురించి మీరు ఖచ్చితంగా తెలుసుకున్న వెంటనే మీ జిపి/మంత్రసానికి తెలియజేయాలి. ప్రసవనంతర సంరక్షణ మరియు స్థానిక సేవల గురించి మరింత తెలుసుకోవడానికి www.nhs.uk ని చూడండి

దత్తత లేదా ఫోస్టర్ కేర్

మీరు అబార్షన్ చేయించుకోకూడదనుకుంటే మీకు దత్తత తీసుకోవడం ఎంపిక కావచ్చు. మీరు గర్భంతో కొనసాగి, జన్మనిస్తారు కానీ శిశువును చూసుకోలేరు లేదా దత్తత పూర్తయిన తర్వాత పిల్లలకి ఎటువంటి చట్టపరమైన హక్కులు లేదా బాధ్యతలు ఉండవు.

దత్తత అనేది దత్తత మరియు స్థానిక అధికారులచే నిర్వహించబడే అధికారిక ప్రక్రియ మరియు న్యాయస్థానాలచే చట్టబద్ధమైనది. ఒకసారి

దత్తత చట్టబద్ధం అయిన తర్వాత నిర్ణయం అంతిమమైనది మరియు మార్చలేము.

నేను ఎక్కడ సహాయం పొందగలను?

- మీ జిపి శస్త్రచికిత్స
- మీ స్థానిక ఆసుపత్రి సామాజిక కార్యకర్త ప్రసూతి సేవల్లో ప్రత్యేకత కలిగి ఉంటారు లేదా దత్తత గురించి చర్చించడానికి మీ స్థానిక సామాజిక సేవల బృందాన్ని సంప్రదించండి
- బ్రిటిష్ అసోసియేషన్ ఫర్ అడాప్షన్ అండ్ ఫాస్టరింగ్ ను సంప్రదించండి - BAAF యుకె అంతటా దత్తత మరియు పెంపకంలో పాల్గొన్న ప్రతి ఒక్కరితో పనిచేస్తుంది. మీరు వారిని 020 7520 0300 లేదా www.corambaaf.org.uk లో సంప్రదించవచ్చు

మీ నిర్ణయం

ఎవరైనా గర్భధారణను ముగించాలనిఎంచుకోవడానికి అనేక కారణాలు ఉన్నాయి, కానీ కారణం ఏమైనప్పటికీ, అది ఎల్లప్పుడూ మీ నిర్ణయంగా ఉండాలి.

అబార్షన్ చేయించుకోవాలనే మీ నిర్ణయం మీకు వ్యక్తిగతమైనదిగా ఉండాలి మరియు మీరు ఒత్తిడికి గురికాకుండా లేదా ఎవరి బలవంతం లేకుండా ఈ నిర్ణయం తీసుకోగలగాలి. కొందరికి, ప్రణాళిక లేని గర్భం గురించి ఏమి చేయాలో నిర్ణయించడం కష్టమైన లేదా కలతపెట్టే సమయం కావచ్చు; అందరు మహిళలు వివిధ మార్గాల్లో ఈ సంఘటనను భరించవలసి ఉంటుంది. కొంతమంది మహిళలు గర్భధారణను ముగించాలనే వారి నిర్ణయంతో ఆత్మవిశ్వాసంతో ఉండగా, మరికొందరు అబార్షన్ విషయంలో ఏకాభిప్రాయానికి రావడానికి కష్టపడవచ్చు.

కౌన్సెలింగ్

మేము అబార్షన్ కు ముందు మరియు తర్వాత రెండు కౌన్సెలింగ్లను అందిస్తాము.

కౌన్సెలింగ్ అపాయింట్మెంట్లు ఫోన్లో జరుగుతాయి. దయచేసి ఇది సంక్షిప్త సేవ కాదని గుర్తుంచుకోండి, మీ మానసిక ఆరోగ్యం కోసం మీకు తక్షణ సహాయం అవసరమని మేము భావిస్తే, మీరు ప్రత్యేక సేవకు సిఫార్సు చేయబడాలి.

మీరు మీ నిర్ణయం గురించి మరియు మీరు అనుభూతి చెందుతున్న భావాలు మరియు భావోద్వేగాల గురించి ఎవరితోనైనా మాట్లాడాలని మీరు భావిస్తే, దయచేసి 0333 004 6666 కు మాకు కాల్ చేయండి.- మీరు ఎప్పుడైనా మీకు అందుబాటులో ఉన్న ఎంపికల గురించి మా బృందంలోని సభ్యునితో మాట్లాడవచ్చు మరియు మేము మీకు కౌన్సెలింగ్ కోసం ఏర్పాటు చేస్తాము.



ఆఫర్ కేర్ హెల్ప్ లైన్

T: 0333 016 0400

T: (01) 874 0097 (Eire)



T: 0333 004 6666 T: (01) 874 0097 (Eire)

మీ సంప్రదింపులు

ఏదైనా చికిత్సను నిర్ణయించే ముందు మీరు వైద్యునితో సంప్రదింపులు జరుపుతారు, వారు మీ అన్ని చికిత్సా ఎంపికలను వివరిస్తారు మరియు అభార్షన్ గురించి మీకు ఉండగల ఏదైనా సందేహాలకు సమాధానం ఇస్తారు.

క్లినికల్ అసెస్మెంట్

వైద్యుడు మీ వైద్య, ప్రసూతికి సంబంధించిన మరియు స్త్రీ జననంద్రియ చరిత్ర గురించి మిమ్మల్ని అడుగుతాడు. మీరు వారి ప్రశ్నలకు నిజాయితీగా సమాధానం ఇవ్వడం మరియు మీకు గల ఏదైనా వైద్య పరిస్థితులు లేదా మీరు తీసుకునే మందుల గురించి మీకు వీలైనంత ఎక్కువ సమాచారం ఇవ్వడం చాలా ముఖ్యం. ఇది మీ భద్రతను మరియు చికిత్సకు అనుకూలతను నిర్ధారించడానికి. మీరు తల్లిపాలు ఇస్తున్నట్లయితే దయచేసి వైద్యునికి తెలియజేయండి. వైద్యునితో మీ సంప్రదింపులు టెలిఫోన్ ద్వారా నిర్వహించబడతాయి లేదా మీరు కావాలనుకుంటే ముఖాముఖంగా నిర్వహించబడతాయి, దయచేసి మీరు స్పష్టంగా వినగలిగే మరియు గోప్యత కోసం ఒంటరిగా ఉండగలిగే నిశ్శబ్ద వాతావరణంలో ఉండేలా చూసుకోండి.

మీ సంప్రదింపు సమయంలో వైద్యుడు లైంగికంగా సంక్రమించే అంటువ్యాధుల కోసం మేము అందించే స్క్రీనింగ్ పరీక్షల గురించి మరియు మీ గర్భనిరోధక ఎంపికల గురించి కూడా చర్చిస్తారు. గర్భనిరోధకం యొక్క ఏ రూపాలు అందుబాటులో ఉన్నాయి అనే దాని గురించి మేము మీకు సలహా ఇవ్వగలము. అభార్షన్ తర్వాత కూడా మీరు గర్భం దాల్చువచ్చు కాబట్టి మీరు ఏ రకమైన గర్భనిరోధకాన్ని ఉపయోగించబోతున్నారో అనే దాని గురించి ఆలోచించడం చాలా ముఖ్యం (మీ గర్భనిరోధక ఎంపికల కోసం పేజీ 12 చూడండి).

మీరు గర్భస్రావం ప్రక్రియను అర్థం చేసుకున్నారా అని వైద్యుడు అడిగి, ఆ చికిత్సను స్వీకరించడానికి సమ్మతి ఇవ్వడం గురించి మీరు అర్థం చేసుకున్నారని నిర్ధారించుకుంటారు.

అల్ట్రాసౌండ్ స్కాన్

మీ వైద్య, ప్రసూతికి సంబంధించిన మరియు స్త్రీ జననోద్ధియ చరిత్రపై ఆధారపడి మీరు అబార్షన్ కోసం అల్ట్రాసౌండ్ స్కాన్ చేయించుకోవలసిరావచ్చు లేదా లేకపోవచ్చు. అవసరమైతే, మీ గర్భధారణ తేదీని తెలుసుకోవడానికి మరియు మీకు ఏ చికిత్సా ఎంపికలు అందుబాటులో ఉన్నాయో నిర్ణయించడంలో మాకు సహాయపడటానికి మీరు అల్ట్రాసౌండ్ స్కాన్ని కలిగి ఉంటారు. కొన్నిసార్లు గర్భం మేము పొత్తికడుపు (కడుపు) స్కాన్ ద్వారా చూడలేనంత ప్రారంభ దశలో ఉంటుంది కాబట్టి మేము మీ యోనిలోకి చిన్న అల్ట్రాసౌండ్ ప్రోబ్ ను చొప్పించాల్సి రావచ్చు. మేము యోని స్కాన్ లో గర్భాన్ని చూడలేకపోతే, గర్భం అభివృద్ధి చెందుతుందని మేము ఖచ్చితంగా చెప్పలేము మరియు వైద్యుడు మీతో దీని గురించి మరింత చర్చించి, కొన్ని రోజులలో రీస్కాన్ ను ఏర్పాటు చేస్తారు.

మీ గర్భం స్కాన్ లో చూడలేనంత ప్రారంభ దశలో ఉండవచ్చు, లేదా ముందస్తు గర్భనావం సంభవించి ఉండవచ్చు లేదా గర్భం గర్భాశయం (గర్భం) వెలుపల అభివృద్ధి చెందుతూ ఉండవచ్చు - ఎక్స్ పిక్ గర్భం - **ఎక్స్ పిక్ గర్భం గురించి మరింత సమాచారం మరియు సలహా కోసం పేజీ 42 చూడండి**

ఆఫ్ థర్ కేర్ హెల్త్ లైన్

T: 0333 016 0400

T: (01) 874 0097 (Eire)



T: 0333 004 6666 T: (01) 874 0097 (Eire)

STI లు - లైంగికంగా సంక్రమించే అంటువ్యాధులు

మీ సంప్రదింపులో భాగంగా మీకు లైంగికంగా సంక్రమించే ఇన్ఫెక్షన్లు (STIలు) స్క్రీనింగ్ పరీక్షలు అందించబడతాయి. అసురక్షిత వజినల్ సెక్స్, ఓరల్ సెక్స్, ఆనల్ సెక్స్, సెక్స్ టాయ్లను పంచుకోవడం మరియు దగ్గరగా జననేంద్రియాలు తాకడం ద్వారా STIలు వ్యాపిస్తాయి. STI యొక్క అత్యంత సాధారణ లక్షణాలు ఏమిటంటే **ఎటువంటి లక్షణాలు లేకపోవడం... చాలా మందికి తమకు STI ఉందని తెలియదు.** చికిత్స చేయకుండా వదిలేస్తే, STIలు పెల్విక్ ఇన్ఫ్లమేటరీ డిసీజ్ లేదా వంధ్యత్వం (పిల్లలు పుట్టలేకపోవడం) వంటి దీర్ఘకాలిక సమస్యలకు దారితీయవచ్చు.

NUPASలో STI స్క్రీనింగ్

NUPAS దీని కోసం స్క్రీనింగ్ను అందిస్తోంది: క్లామిడియా, గోనేరియా, HIV మరియు సిఫిలిస్. పరీక్షలు శీఘ్రమైనవి మరియు సౌకర్యవంతంగా ఉంటాయి - మాకు కావలసినదంతా ఒక స్వాబ్ లేదా మూత్ర పరీక్ష మరియు వేలి నుంచి రక్త నమూనా మాత్రమే.

మీకు STI ఉందో లేదో తెలుసుకోవడానికి పరీక్ష చేయించుకోవడమే ఏకైక మార్గం. మీరు అసురక్షిత సెక్స్ చేసి ఉంటే, ఇటీవల భాగస్వామిని మార్చుకున్నట్లయితే లేదా మీ భాగస్వామి వేరొకరితో లైంగిక సంబంధం కలిగి ఉండే ప్రమాదం ఉన్నట్లయితే ఇది ప్రత్యేకంగా సిఫార్సు చేయబడింది. నిర్ధారణ అయిన తర్వాత చాలా STI లకు యాంటీబయాటిక్స్ తో చికిత్స చేయడం సులభం. మీరు లైంగికంగా సంక్రమించే ఇన్ఫెక్షన్ కోసం ఇదివరకే పరీక్షలు చేయించుకోకపోతే ఇప్పుడు మంచి సమయం. మీరు పరీక్షలు చేయించుకోవడం మరియు లైంగికంగా ఆరోగ్యంగా ఉండడం గురించి మీ భాగస్వామితో కూడా మాట్లాడాలి. మీరు మీ స్థానిక లైంగిక ఆరోగ్య సేవ, గర్భనిరోధకం మరియు లైంగిక ఆరోగ్య క్లినిక్, బ్రూక్ వంటి నిపుణుల సేవ లేదా మీ జిపి శస్త్రచికిత్సకు వెళ్లడం ద్వారా కూడా పరీక్షలు మరియు చికిత్సను పొందవచ్చు. స్థానిక సేవల కోసం

NHS ఎంపికలు వెబ్సైట్ను చూడండి: www.nhs.uk

గర్భనిరోధకం

మీ సంప్రదింపులో భాగంగా వైద్యుడు మీకు అందుబాటులో ఉన్న గర్భనిరోధక పద్ధతుల గురించి చర్చిస్తారు. గర్భస్రావం జరిగిన 5 రోజులలోపే స్త్రీ ఫలదీకరణం చెందుతుంది మరియు గర్భనిరోధకం ఉపయోగించకపోతే మళ్ళీ గర్భం దాల్చువచ్చు. ఎంచుకోవడానికి అనేక గర్భనిరోధక పద్ధతులు ఉన్నాయి కాబట్టి మొదటి రకం మీకు సరైనది కాకపోతే ఆగిపోవద్దు; మీరు మరొక పద్ధతిని ప్రయత్నించవచ్చు. సరిగ్గా ఉపయోగించినట్లయితే అనేక గర్భనిరోధకాలు 99% కంటే ఎక్కువ ప్రభావవంతమైనవి.

LARC - లాంగ్ యాక్టింగ్ రివర్సిబుల్ గర్భనిరోధకం

LARC చాలా ప్రభావవంతమైనది, ఎందుకంటే మీరు దీన్ని తీసుకోవడం లేదా ఉపయోగించడం గుర్తుంచుకోవడంపై ఆధారపడి ఉండదు -

గర్భనిరోధక ఇంప్లాంట్ -ఇంప్లాంట్ అనేది అత్యంత ప్రభావవంతమైన గర్భనిరోధక పద్ధతి. ఇది 99% కంటే ఎక్కువ ప్రభావవంతమైనది. వాడిన మొదటి సంవత్సరంలో 1,000 మంది వినియోగదారులలో 1 కంటే తక్కువ మంది గర్భం దాల్చుతారు. ఒకసారి అమర్చబడిన తర్వాత, ఇది 3 సంవత్సరాల పాటు గర్భనిరోధకంగా పనిచేస్తుంది. మీరు కావాలనుకుంటే దాన్ని ముందే తొలగించవచ్చు మరియు ఒకసారి తొలగించిన తర్వాత మీ సంతానోత్పత్తి చాలా త్వరగా సాధారణ స్థితికి వస్తుంది.

ఇది ఎలా పని చేస్తుంది: మీ పై చేయి చర్మం కింద ఒక చిన్న, వంగగల రాడ్ ఉంచబడుతుంది. ఇది ప్రొజెస్టెరాన్ అనే హార్మోన్ ను విడుదల చేస్తుంది. ఇది అండోత్సర్గాన్ని (ఒక గుడ్డును విడుదల చేయడాన్ని) ఆపివేస్తుంది, శుక్రకణాలు గుడ్డు దగ్గరికి చేరకుండా ఆపడానికి గర్భాశయ శ్లేష్మాన్ని మందంగా చేస్తుంది మరియు ఫలదీకరణం చెందిన గుడ్డు నాటకీయంగా నిరోధించడానికి గర్భాశయం (గర్భం) యొక్క పొరను పలుచగా చేస్తుంది.

గర్భాశయ పరికరం (IUD) - రాగి IUD 99% పైగా ప్రభావవంతమైనది. 100 IUD వినియోగదారులలో 1 కంటే తక్కువమంది ఒక సంవత్సరంలో గర్భం దాల్చుతారు. ఒకసారి దానిని అమర్చిన తర్వాత రకాన్ని బట్టి 5-10 సంవత్సరాల పాటు గర్భనిరోధకం కోసం పని చేస్తుంది మరియు మీరు కావాలనుకుంటే దాన్ని ముందే బయటకు తీసేయవచ్చు. IUD తొలగించబడిన వెంటనే మీ సంతానోత్పత్తి సాధారణ స్థితికి వస్తుంది.

ఇది ఎలా పనిచేస్తుంది: ఒక చిన్న, వంగే ప్లాస్టిక్ మరియు రాగి పరికరం గర్భాశయం (గర్భం) లోకి ఉంచబడుతుంది. రాగి శుక్రకణం మరియు అండాలను మనుగడ సాగించకుండా ఆపుతుంది. ఇది శుక్రకణం గుడ్డు దగ్గరికి చేరకుండా ఆపడానికి మీ గర్భాశయ శ్లేష్మాన్ని కూడా మారుస్తుంది. ఒక IUD గర్భాశయంలో ఫలదీకరణ గుడ్డును నాటుకోడాన్ని కూడా ఆపవచ్చు.

గర్భాశయ వ్యవస్థ (IUS) - IUS 99% పైగా ప్రభావవంతమైనది. 100 మంది IUD వినియోగదారులలో 1 కంటే తక్కువమంది ఒక సంవత్సరంలో గర్భం దాల్చుతారు. ఒకసారి అమర్చిన తర్వాత రకాన్ని బట్టి దాన్ని 3-5 సంవత్సరాల వరకు గర్భనిరోధకంగా ఉపయోగించవచ్చు, కానీ ముందుగానే తొలగించవచ్చు. పరికరం తీసివేయబడిన తర్వాత సంతానోత్పత్తి తిరిగి వస్తుంది.

ఇది ఎలా పని చేస్తుంది: ఒక చిన్న, వంగే T- ఆకారపు ప్లాస్టిక్ పరికరం గర్భాశయం (గర్భం) లోకి ఉంచబడుతుంది. ఇది ప్రొజెస్టిరాన్ అనే హార్మోన్‌ను



విడుదల చేస్తుంది. ఇది ఎలా పని చేస్తుంది: ఒక చిన్న, సౌకర్యవంతమైన T- ఆకారపు ప్లాస్టిక్ పరికరం గర్భాశయం (గర్భం) లోకి ఉంచబడుతుంది.

గర్భనిరోధక ఇంజక్షన్ -నిర్దేశించిన విధంగా (ప్రతి 13 వారాలకు) గర్భనిరోధక ఇంజక్షన్‌ను ఉపయోగించడం ద్వారా ఇది గర్భాన్ని నిరోధించడంలో 99% కంటే ఎక్కువ ప్రభావవంతమైనదని నిర్ధారిస్తుంది. ఇంజక్షన్ వాడేవారిలో 100 మందిలో 1 కంటే తక్కువ మంది గర్భవతి అవుతారు.

ఇది ఎలా పని చేస్తుంది: డెపో-ప్రోవెరా కండరాలలోకి ఇంజెక్ట్ చేయబడుతుంది, సాధారణంగా పిరుదు లేదా కొన్నిసార్లు చేతిలో; సయానా ప్రెస్ ఒక చిన్న సూదితో మీ తొడ లేదా పొత్తికడుపు ముందు భాగంలో చర్మం క్రింద ఇంజెక్ట్ చేయబడుతుంది.

సయానా ప్రెస్ ఇంట్లో మీరే చేసుకోవచ్చు. ఇంజెక్షన్ ప్రొజెస్టిరాన్ అనే హార్మోన్‌ను విడుదల చేస్తుంది, ఇది అండేత్యర్గాన్ని ఆపివేస్తుంది (ఒక గుడ్డును విడుదల చేస్తుంది, శుక్రకణాలు గుడ్డు దగ్గరకి చేరకుండా ఆపడానికి గర్భాశయ శ్రేష్టాన్ని మందంగా చేస్తుంది మరియు ఫలదీకరణం చేయబడిన గుడ్డు నాటుకోడాన్ని నిరోధించడానికి గర్భాశయం (గర్భం) యొక్క పొరను పలుచగా చేస్తుంది.

అత్యంత ప్రభావవంతమైన - గర్భనిరోధక ఇంప్లాంట్ - తర్వాత గర్భనిరోధక కాయిల్, ఇంజెక్ట్ చేయగల గర్భనిరోధకాలు, నీటి గర్భనిరోధక మాత్రలు మరియు కండోమ్‌లతో సహా వివిధ రకాల గర్భనిరోధక పద్ధతులు ఉన్నాయి.

ఈ పద్ధతులన్నీ NUPAS నుండి అందుబాటులో ఉన్నాయి మరియు మా సేవలో భాగంగా మేము ఎంపికల గురించి చర్చిస్తాము, మీకు గర్భనిరోధకాన్ని అందిస్తాము మరియు మీ దీర్ఘకాలిక గర్భనిరోధక ఉపయోగం కోసం ప్రణాళికలు రూపొందించడంలో మీకు సహాయం చేస్తాము.

గర్భనిరోధకం గురించి మరింత సమాచారం కోసం చూడండి - మా వెబ్సైట్ www.nupas.co.uk, లేదా మీ GP, నర్సు లేదా బ్రాక్ వంటి స్థానిక లైంగిక ఆరోగ్య క్లినిక్ లేదా స్పెషలిస్ట్ క్లినిక్కు సందర్శించండి; సందర్శించండి www.fpa.org.uk/resources; లేదా www.sexwise.org.uk/contraception/

T: 0333 004 6666 T: (01) 874 0097 (Eire)

మీ చికిత్స ఎంపికలు

ఏ అబార్షన్ మీకు అత్యంత అనుకూలమైనది అనే దాని గురించి ఆలోచించేటప్పుడు మీకు అనేక ఎంపికలు ఉన్నాయి. మీకు అందుబాటులో ఉన్న అబార్షన్ రకం అనేది మీరు ఎన్ని వారాల గర్భవతిగా ఉన్నారనే దానిపై ఆధారపడి ఉంటుంది (దీనిని గర్భధారణ అంటారు) మరియు మీకు ఉండగల ఏవైనా వైద్య పరిస్థితులను బట్టి చికిత్సకు మీ అనుకూలతపై ఆధారపడి ఉంటుంది. మీ సంప్రదింపు సమయంలో ఇవి మీతో పూర్తిగా చర్చించబడతాయి మరియు ఎంచుకున్న చికిత్స మీకు తగినదని నిర్ధారించుకోవడానికి మా వైద్య బృందం కూడా సమీక్షిస్తుంది.

అబార్షన్ రకాలు

ముందస్తుగా మందులతో చేసే గర్భస్రావం (EMA)

(10 వారాల లోపు గర్భవతి అయితే)

- మీ ఇంటి చిరునామాకు పోస్ట్ ద్వారా చికిత్స.
- వ్యక్తిగతంగా క్లినిక్లో చికిత్సను సేకరించండి.
- క్లినిక్లో జారీ చేయబడిన చికిత్స - విరామం

శస్త్రచికిత్స ఎంపికలు

- స్థానిక మత్తుమందుతో శస్త్రచికిత్స
- చేతన మత్తుతో శస్త్రచికిత్స
- సాధారణ మత్తుమందుతో శస్త్రచికిత్స

మీరు ఇంగ్లండ్, స్కాట్లాండ్, వేల్స్ లేదా నార్తర్న్ ఐర్లాండ్లో నివసిస్తుంటే గర్భస్రావాలకు సాధారణంగా NHS నిధులు సమకూరుస్తుంది.

ఎర్లీ మెడికల్ అబార్వన్

ఎర్లీ మెడికల్ అబార్వన్ (EMA) లేదా 'ది అబార్వన్ పిల్' - అనే దానిలో గర్భం ముగించడానికి రెండు మందులు తీసుకోవడం ఉంటుంది.

మొదటి ఔషధం, మిఫెప్రిస్టోన్, ప్రొజెస్టిరాన్ అనే హార్మోన్‌ను నిరోధించడం ద్వారా పనిచేస్తుంది. ప్రొజెస్టిరాన్ లేకపోవడంతో, గర్భాశయం యొక్క పొర విచ్ఛిన్నమై, గర్భం కొనసాగదు.

రెండవ ఔషధం అయిన మిసోప్రోస్టోల్, గర్భం సంకోచించేలా చేస్తుంది, ఇది తిమ్మిరి, రక్తస్రావం మరియు గర్భస్రావం లాగా గర్భాన్ని కోల్పోవడానికి దారితీస్తుంది.

(ఎన్బి మిసోప్రోస్టోల్‌కు గర్భధారణలో ఉపయోగించడానికి యుకె లైసెన్స్ లేదు, కానీ గర్భధారణను ముగించడానికి ఒక గుర్తింపు పొందిన మరియు ఆమోదించబడిన ఔషధం).

ముందస్తుగా మందులతో చేసే గర్భస్రావం చేయించుకోవడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలు:

- నాన్-ఇన్వేసివ్ చికిత్స మరియు మత్తుమందు అవసరం లేదు
- అధిక భద్రతా స్థాయిలు
- శస్త్రచికిత్సా క్లినిక్కి వెళ్లడానికి బదులు చికిత్సను (తరచుగా) స్థానికంగా యాక్సెస్ చేయవచ్చు
- చికిత్సకు ముందు మీరు తినవచ్చు మరియు త్రాగవచ్చు
- గర్భాన్ని తొలగించినప్పుడు మీరు ఇంట్లోనే ఉండవచ్చు.

మీ ఇంటి చిరునామాకు పోస్ట్ ద్వారా చికిత్స (పోస్ట్ ద్వారా మాత్రలు)

క్లినిక్కి హాజరుకాకుండానే (9+6 వారాల గర్భధారణలోపు) గర్భధారణను ముగించడానికి పోస్ట్ ద్వారా మాత్రలు అనేది సురక్షితమైన మరియు చట్టబద్ధమైన మార్గం. మీరు పోస్ట్ ద్వారా మాత్రలు అనేదానికి అనుకూలంగా ఉన్నట్లయితే, మీ సంప్రదింపు తరువాత మీరు పోస్ట్‌లో మా ఆఫ్ఫిసర్ సేవ యొక్క మందులు మరియు వివరాలను ఎలా తీసుకోవాలి అనే దాని గురించి పూర్తి సూచనలతో మీ EMA చికిత్సను అందుకుంటారు.

మొదటి టాబ్లెట్ తీసుకోవడం -మీరుమీ అబార్షన్ టాబ్లెట్లను కలిగి ఉన్న ప్యాకేజీని అందుకుంటారు. మొదటి మరియు రెండవ మాత్రల మధ్య 24-48 గంటలు వదలడం ముఖ్యం.

మొదటి టాబ్లెట్ (మిఫెప్రిస్టాన్)ను నీళ్ళతో తీసుకోండి.

మీరు మొదటి టాబ్లెట్ తీసుకున్న 90 నిమిషాలలోపు వాంతులు చేసుకుంటే, మీరు మరొక టాబ్లెట్ తీసుకోవలసి రావచ్చు కాబట్టి వీలైనంత త్వరగా 0333 016 0400కి ఫోన్ చేయడం ద్వారా మాకు తెలియజేయాలి.

రెండవ టాబ్లెట్ తీసుకోవడం -పూర్తి సూచనల కోసం పేజీ 18లో EMA (ఇంటర్వెల్) చూడండి

మీ ప్యాక్ లో ఇవి కూడా ఉంటాయి:-

- గర్భనిరోధక కరపత్రం
- కండోమ్స్
- గర్భధారణ పరీక్ష కిట్.

వ్యక్తిగతంగా క్లినిక్లో మీ చికిత్సను సేకరించండి

ఇది క్లినిక్కు రావడం కాదు, మీకు మీ టెలిఫోన్ సంప్రదింపుల సమయంలో ఏర్పాటు చేయబడిన అప్పాయింట్మెంట్ అవసరమవుతుంది.

ముఖ్యమైన సమాచారం

మీరు మొదటి టాబ్లెట్ తీసుకున్న తర్వాత మీ మనసు మార్చుకుని, గర్భం కొనసాగించాలని నిర్ణయించుకుంటే, మేము ఆరోగ్యకరమైన గర్భధారణకు హామీ ఇవ్వలేము మరియు యాంటినాటల్ కేర్ ఏర్పాటు చేయడానికి వీలైనంత త్వరగా మీ GPని కలవమని మీకు సలహా ఇస్తాము.

చట్టపరమైన సమాచారం

మీకు ఈ మందులను సూచించారు.

మీ మందులను ఎవరికైనా ఇవ్వడం చట్టవిరుద్ధం ఎందుకంటే ఇది మీ కోసం వ్యక్తిగతంగా సూచించబడింది. మీరు ఈ ఔషధాన్ని ఉపయోగించకుంటే, ఔషధాన్ని ఎలా పారవేయాలనే దాని గురించి మమ్మల్ని సంప్రదించండి. మీకు అవసరమైతే వైద్య సహాయం కోరకుండా ఇది మిమ్మల్ని ఎప్పుడూ నిరోధించదు.

మీరు (వైద్య) అబార్షన్ కు వ్యతిరేకంగా నిర్ణయించుకుంటే మరియు మందులు తీసుకోకపోతే దయచేసి:

- NUPAS లేదా ఫార్మసీకి మందులను తిరిగి ఇచ్చేయండి
- మందులు వేరొకరికి ఇవ్వడం చట్టవిరుద్ధం
- ఉద్దేశపూర్వకంగా 10 వారాల పాటు ఇంట్లో లేదా తదుపరి గర్భధారణ కోసం మందులను ఉపయోగించడం చట్టవిరుద్ధం

ఎర్లీ మెడికల్ అబార్షన్ (ఇంటర్వెల్) - ఇంట్లో రెండవ దశ చికిత్స

మీ టెలిఫోన్ సంప్రదింపుల తర్వాత మీకు అనుకూలమైన క్లినిక్కి హాజరు కావడానికి మీకు అపాయింట్మెంట్ ఇవ్వబడుతుంది. గర్భధారణ తేదీని నిర్ధారించడానికి మీకు అల్ట్రాసౌండ్ స్కాన్ అందించబడుతుంది మరియు మీకు సరిపోయినట్లయితే, నోటితో తీసుకోవడానికి మీకు మైఫెప్రిస్టోన్ (నోటితో మింగేది) ఇవ్వబడుతుంది.

మీరు మైఫెప్రిస్టోన్ తీసుకున్న వెంటనే మీరు క్లినిక్ నుండి వెళ్లిపోగలరు. ఇంట్లో మీ రెండవ దశ చికిత్స కోసం మీరు 6 మిసోప్రోస్టోల్ మాత్రలు మరియు నొప్పి నివారణ అందుకుంటారు.

మిఫెప్రిస్టోన్ (మొదటి దశ చికిత్స) తర్వాత 24 - 48 గంటల మధ్య మిసోప్రోస్టోల్ మాత్రలు తీసుకోవాలి.

మీ మిసోప్రోస్టోల్స్ ఎలా ఇవ్వాలి

మిసోప్రోస్టోల్ మాత్రలు యోనిలో లేదా చెంప మరియు చిగుళ్ళు మధ్య ఉంచబడతాయి. మరిన్ని వివరాల కోసం దృష్టాంతాలను చూడండి. మిసోప్రోస్టోల్ బలమైన, బాధాకరమైన నొప్పులను మరియు భారీ రక్తస్రావాన్ని కలిగిస్తుంది.

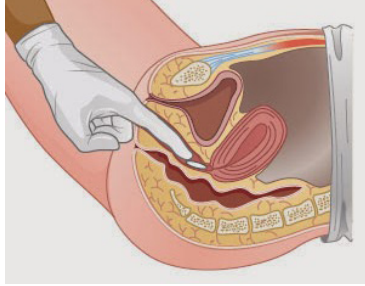
మీ నోటిలో లేదా యోనిలో మిసోప్రోస్టోల్ మాత్రలను చొప్పించే ముందు మరియు తర్వాత సబ్బు మరియు నోటితో మీ చేతులను పూర్తిగా శుభ్రం చేసుకోవడం అనేది ఏ చికిత్సనైనా ప్రారంభించే ముందు ముఖ్యం.

యోనిలోకి చొప్పించడం

1 మీ మూత్రాశయాన్ని ఖాళీ చేయండి

2 సబ్బు మరియు నీటిని ఉపయోగించి మీ చేతులను బాగా శుభ్రం చేసుకోండి

3 నాలుగు మాత్రలను మీ యోనిలోకి వీలైనంత ఎక్కువగా **చొప్పించండి.** మాత్రల యొక్క ఖచ్చితమైన స్థానం ముఖ్యం కాదు, ఎందుకంటే అవి బయట పడిపోకుండా ఉంటాయి. మీ వేలి



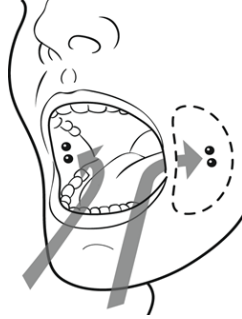
కొనతో **వీలైనంత పైకి** నెట్టండి; వాటిని ఒక్కోసారి లేదా అన్నింటినీ కలిపి చొప్పించండి. మీరు పడుకున్నప్పుడు, చతికిలబడినప్పుడు లేదా ఒక కాలు పైకి లేపి నిలబడి ఉన్నప్పుడు మాత్రలను ఉంచవచ్చు- ఏది అత్యంత సౌకర్యవంతంగా ఉంటే అలా.

4 3 గంటల తరువాత, మీకు బాగా అనిపిస్తుంటేకానీ రక్తస్రావం లేదా తేలికపాటి మచ్చలు/స్పైయరింగ్ మాత్రమే లేకపోతే, అదనపు రెండు (2) మాత్రలను యోనిలోకి లేదా రెండు వైపులా ఎగువ చెంప మరియు చిగురు మధ్య (1) చొప్పించండి. యోనిలోని మాత్రలు వాటంత అవి కరిగిపోతాయి - చెంప మరియు చిగురు మధ్య అయితే, మిగిలిన ఏదైనా నీళ్ళతో మింగడానికి ముందు 30 నిమిషాలు వదిలేయండి. కొంత రక్తస్రావం ఉంటే యోని మార్గాన్ని నివారించండి. మిసోప్రోస్టాల్ యొక్క రెండవ మోతాదు ఉపయోగించకపోతే, దయచేసి సీరిగ్గా పారవేయడం గురించి సూచించే రోగి సమాచార కరపత్రాన్ని చూడండి; మిగిలిపోయిన మందులను మరెవరికీ ఇవ్వవద్దు లేదా వాటిని మరొక గర్భధారణకు ఉపయోగించవద్దు.

చెంప మరియు చిగురు మధ్య నోటిలో (బకల్)

1 మాత్రలను మీ నోటిలో ఉంచడానికి ముందు నీటిని తాగడం ద్వారా మీ నోటిని తడవడం మంచిది, ఎందుకంటే ఇది మాత్రలు కరిగించడానికి సహాయపడుతుంది.

2 ఎగువ చెంప మరియు చిగురు లేదా దిగువ చెంప మరియు చిగురు మధ్య (రెండు వైపులా 2) మీ నోటిలో **నాలుగు మాత్రలు ఉంచండి**, ఏది మీకు అత్యంత అనుకూలంగా ఉంటుందో అలా ఉంచి, మరియు మాత్రలను 30 నిమిషాల పాటు కరగనివ్వండి. మీ నోటిని తడిగా ఉంచడానికి నీటిని సిప్ చేయడం చాలా



ముఖ్యం ఎందుకంటే అవి పొడి నోటిలో కరగవు. ఈ దశలో మాత్రలు **మింగవద్దు**. 30 నిమిషాల తర్వాత మాత్రలు పూర్తిగా కరిగిపోకపోతే, మీరు వాటిని కొద్ది నీటితో మింగవచ్చు. మాత్రలు మీ నోటిలో అసహ్యకరమైన రుచిని కలిగించవచ్చు.

3 గంటల తర్వాత, మీకు బాగా అనిపిస్తున్నప్పటికీ, రక్తస్రావం లేకుంటే లేదా తేలికపాటి మచ్చలు/స్మిరింగ్ మాత్రమే ఉన్నట్లయితే, రెండు (2) మాత్రలను యోనిలోకి చొప్పించండి లేదా రెండు వైపులా ఎగువ చెంప మరియు చిగురు మధ్య (1) చొప్పించండి. యోనిలోని మాత్రలు వాటంత అవి కరిగిపోతాయి - చెంప మరియు చిగురు మధ్య అయితే, మిగిలిన ఏదైనా నీళ్ళతో మింగడానికి ముందు 30 నిమిషాలు వదిలేయండి.

నొప్పి ఉపశమనం

మీరు క్రాంపింగ్ మరియు నొప్పిని అనుభవిస్తారు, ఇది తక్కువ కాలం పాటు తీవ్రంగా ఉండవచ్చు. ఈ విధంగా గర్భం తొలగించబడుతుంది. ఇంట్లో నొప్పి నివారణ మందులు తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. క్లినిక్ నుండి ఇంటికి తీసుకెళ్ళడానికి మీకు కొన్ని మందులు ఇస్తారు, అయితే మీకు కొన్ని ఇబుప్రోఫెన్ లేదా పారాసెటమాల్ అందుబాటులో ఉంచుకోవాలని మేము సలహా ఇస్తాము. మీ వైద్య చరిత్ర మరియు సంభావ్య అలెర్జీలను బట్టి, నర్స్/మంత్రసాని మీతో మరియు మీ మొదటి చికిత్సతో ఉత్తమ ఎంపికలను చర్చించి ఉంటారు.

నొప్పి మందుల ఉదాహరణలు:

- మీ నొప్పి ప్రారంభమైనప్పుడు తేలికపాటి నొప్పికి ఇబుప్రోఫెన్ తీసుకోండి - 2x200mgs - వీటిని ప్రతి 4-6 గంటలకు తీసుకోవచ్చు (24 గంటల్లో గరిష్టంగా 6 మాత్రలు).
- ఇబుప్రోఫెన్ తీసుకోలేని వారు (24 గంటల్లో గరిష్టంగా 8 మాత్రలు) తేలికపాటి నుండి మితమైన నొప్పికి పారాసెటమాల్ ఉపయోగించవచ్చు.
- ప్రతి 6-8 గంటలకు 1x30mg కోడైన్ ఫాస్ఫేట్
- వేడి నీటి బాటిల్ను ఉపయోగించండి (తయారీదారు సూచనల ప్రకారం) వేడి కూడా నొప్పిని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది.

దయచేసి గమనించండి:

- కోడైన్ తీసుకునేటప్పుడు డ్రైవ్ చేయవద్దు లేదా యంత్రాలను ఆపరేట్ చేయవద్దు.
- మిసోప్రోస్టోల్ ఇవ్వబడిన తర్వాత మీరు గర్భం దాల్చి, వాహనం నడిపేందుకు తగినంతగా ఆరోగ్యంగా ఉండే వరకు వాహనం నడపవద్దు.
- ఇంట్లో మద్దతు ఇవ్వడానికి మీతో భాగస్వామి లేదా విశ్వసనీయ యుక్తవయస్సు సహచరుడు (18 ఏళ్లు పైబడినవారు) ఉండాలని సిఫార్సు చేయబడింది. ఇది మీ స్వంత భద్రత మరియు ఎవరైనా మీపై ఆధారపడిన వారి భద్రత కోసం.

ఎర్లీ మెడికల్ అబార్న్ మరియు సాధారణ దుప్యభావాల నుండి ఏమి ఆశించాలి

మందులు తీసుకున్న తర్వాత గర్భస్రావం సాధారణంగా 2-12 గంటల మధ్య జరుగుతుంది. రక్తస్రావం జరిగి రక్తం గడ్డకట్టడం జరుగుతుందని మీరు ఆశించాలి. మొదటి దశ మందులు (మిఫెప్రిస్టాన్) తీసుకున్న తర్వాత మీరు రక్తస్రావం ప్రారంభించవచ్చు.

ఇది జరిగితే, మీరు అయిప్పటికీ నిర్దేశించిన విధంగా రెండవ దశ (మిసోప్రోస్టాల్) తీసుకోవాలి. రక్తస్రావం భారీగా ఉంటే చెంప మరియు చిగురు మధ్య చొప్పించండి (పేజీ 20 చూడండి).

మీకు 4 వారాల వరకు రక్తస్రావం కావడం మరియు ఆగడం కొనసాగవచ్చు. మిసోప్రోస్టాల్ తీసుకున్న 48 రోజుల తర్వాత రక్తస్రావం కాకపోతే, మీరు ఆప్టర్ కేర్ లైన్ కు ఫోన్ చేసి, వైద్యుడితో మాట్లాడాలి.

మందుల వలన కొంతమంది క్లయింట్లకు వికారం మరియు/లేదా తలనొప్పి వంటి దుప్యభావాలను ఎదురుకావచ్చు. అరుదైన సందర్భాల్లో మీరు ఎర్రబడిన ముఖం లేదా చర్మంపై దద్దుర్లు కలిగి ఉండవచ్చు

- మీకు ఈ లక్షణాలలో ఏదైనా ఎదురైతే దయచేసి వెంటనే ఆప్టర్ కేర్ లైన్ ను సంప్రదించండి.

మిఫెప్రిస్టాన్ టాబ్లెట్ తీసుకున్న 90 నిమిషాలలోపు మీరు వాంతి చేసుకుంటే, దయచేసి క్లినిక్ లేదా ఆప్టర్ కేర్ లైన్ ను సంప్రదించండి, ఎందుకంటే మీకు పునరావృత మోతాదు అవసరం కావచ్చు.

కొంతమంది క్లయింట్లకు చికిత్స యొక్క రెండవ దశకు ముందు యొనిలో రక్తస్రావం ఉండవచ్చు. ఇది జరిగితే, దయచేసి సానిటరీ టవల్ ధరించండి, టాంపోన్ ఉపయోగించవద్దు. భారీ రుతుక్రమంకు సమానమైన రక్తస్రావం ఆమోదయోగ్యమైనది. రక్తస్రావం మీకు చింతను కలిగిస్తే, లేదా మీరు మందులకు చెడుగా

స్పందించినట్లయితే, వెంటనే క్లినిక్ లేదా ఆఫ్టర్ కేర్ లైన్కు సంప్రదించండి.

రక్తస్రావం

రక్తస్రావం యొక్క మొత్తం మరియు రకం ప్రతి వ్యక్తి కి మరియు ప్రతి గర్భస్రావానికి మారవచ్చు. మందులతో చేసే గర్భస్రావం సమయంలో తేలికపాటి, మితమైన లేదా భారీ రక్తస్రావం అనుభవించడం సాధారణం (ప్రజీ 25లోని చిత్రాలను చూడండి). మందులతో చేసే గర్భస్రావం సమయంలో ప్రతి ఒక్కరిలో రక్తం గడ్డకట్టడం ఉండదు, కానీ అలా ఉండే వారికి, గడ్డలు నిమ్మకాయ కంటే పెద్దగా ఉండకూడదు. రక్తస్రావం లేకపోవడం/తక్కువ రక్తస్రావం (చిత్రం 1) లేదా ఎక్కువ రక్తస్రావం కావడం (చిత్రం 5) సాధారణం కాదు, కాబట్టి ఇలా ఉంటే మీరు సలహా కోసం 0333 016 0400 ఆఫ్ఫర్ కేర్ లైన్ కు ఫోన్ చేయాలి:

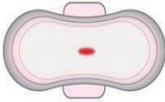
- మిసోప్రోస్టాల్ తీసుకున్న 48 గంటల తర్వాత, మీరు అస్సలు రక్తస్రావం చేయరు, మచ్చలు కలిగి ఉంటారు/తుడిచిపెట్టటప్పుడు ఒక కణజాలంపై రక్తాన్ని మాత్రమే చూడండి (SCANT చిత్రం 1 చూడండి)
- మీరు వరుసగా 2 గంటలు 2 మాక్స్ సైజు శానిటర్ ప్యాడ్లు తడిచిపోయేంత భారీ రక్తస్రావం అనుభవిస్తారు (HEAVY చిత్రం 4)

మీరు విపరీతమైన రక్తస్రావం అనుభవిస్తే (భారీస్రావం చిత్రం 5 చూడండి) మరియు అనారోగ్యంగా అనిపిస్తే 999 కు కాల్ చేయండి

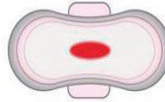
సాధారణంగా మందులు ఇచ్చిన 2 గంటల తర్వాత రక్తస్రావం ప్రారంభమవుతుంది. చాలా మంది స్త్రీలలో దాదాపు 2-4 గంటల పాటు రక్తస్రావం అవుతుంది. ఇది తేలికపాటి రక్త స్రావంగా ప్రారంభమవుతుంది, కానీ మీకు గర్భస్రావం అయ్యేంత వరకు క్రమంగా భారీగా పెరుగుతుంది. మీకు గర్భస్రావం అయిన తర్వాత రక్తస్రావం క్రమంగా తగ్గుతుంది, అయితే మీకు 7-14 రోజుల పాటు రక్తస్రావం (వీరియడ్ మాదిరిగానే) కొనసాగుతుంది.

మీ తదుపరి వీరియడ్ వరకు మీరు శానిటర్ టవల్స్ ను ఉపయోగించేలా చూసుకోండి. సంక్రమణ ప్రమాదం కారణంగా టాంపోన్లను ఉపయోగించవద్దు. శానిటర్ టవల్స్ ఉపయోగించడం వల్ల రక్త స్రావాన్ని ట్రాక్ చేయడం మరియు ఇన్ఫెక్షన్ను నివారించడంలో సహాయపడుతుంది.

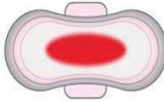
1. స్పాంజ్ - <2.5 సెం. మీ (1 అంగుళం) స్పైయిన్



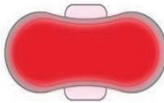
2. లైట్ - 2.5 సెం. మీ - 10 సెం. మీ (4-1 అంగుళాల) స్పైయిన్



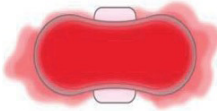
3. మోడరేట్ - 10 - 15 సెం. మీ (4-6 అంగుళాల) స్పైయిన్



3. భారీ



3. అధిక ప్రావం



ప్రమాదాలు/సమస్యలు మరియు వైఫల్యం రేట్లు

చికిత్స తాలూకు ప్రమాదాలు మరియు సాధ్యమైన సమస్యల గురించి మీ సంప్రదింపు సమయంలో పూర్తిగా చర్చించబడుతుంది.

మందులతో చేసే గర్భస్రావం పద్ధతిలో గర్భధారణను ముగించడంలో విఫలమయ్యే చిన్న ప్రమాదం ఉంటుంది. ఈ పరిస్థితులలో ప్రక్రియను పూర్తి చేయడానికి తదుపరి జోక్యం అవసరమవడమనే చిన్న ప్రమాదం ఉంది, అంటే మందులతో చేసే గర్భస్రావం తరువాత శస్త్రచికిత్స జోక్యం.

కింది సమస్యలు సంభవించవచ్చు:

- కొంత కణజాలం మిగిలిపోవడంతో ముడిపడిన అసంపూర్ణ గర్భస్రావం (100కి 1-2 కంటే తక్కువ)
- రక్తమార్పిడి అవసరమయ్యే తీవ్రమైన రక్తస్రావం (1000 కేసులలో 1 కంటే తక్కువ)
- కొన్నిసార్లు ఇన్ఫెక్షన్ సంభవించవచ్చు (100 కేసులలో 1 కంటే తక్కువ)

(RCOG 2022)

ఇన్ఫెక్షన్

కొన్నిసార్లు చిన్న మొత్తంలో కణజాలం అలాగే ఉండిపోతుంది (గర్భంతో పాటు బయటకు రాదు), దాంతో సంక్రమణకు గురి కావచ్చు. తీవ్రమైన సమస్యలు హెచ్చరిక సంకేతాలను కలిగి ఉంటాయి. మీరు దిగువన ఉన్న ఏవైనా లక్షణాలను అనుభవిస్తే వెంటనే ఆప్టర్ కేర్ హెల్ప్ లైన్ 0333 016 0400 కు కాల్ చేయండి:

- అధిక ఉష్ణోగ్రత మరియు/లేదా జ్వరం, ప్లూ వంటి లక్షణాలు లేదా వణుకుగా అనిపించడం
- 2 గంటల పాటు గంటకు 2 కంటే ఎక్కువ శానిటరీ ప్యాడ్లు తడిచిపోయేంత చాలా భారీ రక్తస్రావం. ఈ ప్యాడ్లు భారీ ప్రవాహానికి అనుకూలంగా ఉండాలి.
- నొప్పి నివారణ మందులు లేదా హీట్ ప్యాడ్ ఉపయోగించడం ద్వారా తగ్గని కడుపు నొప్పి లేదా అసౌకర్యం.
- అసహ్యకరమైన వాసనతో కూడిన యోని స్రావాలు

50వ పేజీలో సిప్పీస్ సాధనాన్ని చూడండి.

మీరు కింది లక్షణాలలో దేనినైనా అనుభవిస్తే వెంటనే అంబులెన్స్ కోసం 999 కి ఫోన్ చేయండి లేదా మీ సహాయకుడిని ఫోన్ చేయమనండి:

- గర్భం బయటికి వెళ్ళే సమయంలో, ప్రతి 5 - 10 నిమిషాలకు మందపాటి శానిటరీ ప్యాడ్లు తడిచిపోతే మరియు మీ చేతి పరిమాణం కంటే పెద్ద రక్తం గడ్డలను విసర్జించడం సాధారణం కాదు, కాబట్టి మీరు మీ స్థానిక A&E విభాగానికి వెళ్ళాలి
- స్పృహ కోల్పోవడం
- ముఖం, నోరు, గొంతు వాయడం లేదా శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బందులు వంటి తీవ్రమైన అలెర్జిక్ ప్రతిచర్య.

ప్రారంభ వైద్య గర్భస్రావం (EMA) ఆఫర్ కేర్

గర్భధారణ కాలం (గర్భధారణ దశ) తో సంబంధం లేకుండా మా క్లయింట్లందరికీ 3 వారాల తర్వాత గర్భ పరీక్షను పునరావృతం చేయాలని మేము సలహా ఇస్తాము. ఆరోజు మీరు విసర్జించే మూత్రం యొక్క మొదటి నమూనాను ఉపయోగించడం చాలా ముఖ్యం. ఉపయోగించడానికి పూర్తి సూచనలతో కూడిన గర్భధారణ పరీక్ష కిట్ మీ ఆఫర్ కేర్ ప్యాక్లో ఉంది. మీ ఫలితం సానుకూలంగా ఉంటే మీరు వెంటనే క్లినిక్కి సంప్రదించాలి.

మీకు ఏవైనా సమస్యలు ఉంటే కాల్ చేసి చర్చించడానికి వైద్య నిపుణులు 0333 016 0400 నంబర్లో వారంతా మరియు బ్యాంకు సెలవు దినాలతో సహా 24 గంటలూ అందుబాటులో ఉంటారు.

ఆఫ్టర్ కోర్ హెల్త్ లైన్

T: 0333 016 0400

T: (01) 874 0097 (Eire)



సర్జికల్ అబార్షన్

సర్జికల్ అబార్షన్ అనేది గర్భాన్ని ముగించడానికి ఉపయోగించే సురక్షితమైన మరియు సులభమైన ప్రక్రియ. మీ ఆరోగ్యం, వ్యక్తిగత ఎంపిక మరియు గర్భధారణ (గర్భధారణ దశ) ఆధారంగా వివిధ పద్ధతులు ఉపయోగించబడతాయి. సర్జికల్ అబార్షన్లు చిన్నపాటి ఆపరేషన్లు, కాబట్టి వాటిని డే-కేస్ ప్రక్రియలుగా నిర్వహిస్తారు; వాటికి మీరు రాత్రిపూట ఉండవలసిన అవసరం లేదు.

మాన్యువల్ వాక్యూమ్ అస్పిరేషన్

ఈ పద్ధతిని గర్భం దాల్చిన 14 వారాల వరకు ఉపయోగించవచ్చు మరియు దీనిలో గర్భాశయ ముఖ ద్వారం (యోని నుండి గర్భానికి దారి) గుండా గర్భాశయంలోకి ట్యూబ్ను పంపడం జరుగుతుంది. సర్జన్ గర్భాన్ని తొలగించడానికి సిరంజి మరియు కొద్దిపాటి సక్షన్ను ఉపయోగిస్తాడు.

ఈ విధానం చాలా వేగవంతమైనది, సాధారణంగా 10-15 నిమిషాలు పడుతుంది. కోలుకోవడం కూడా త్వరగా జరుగుతుంది మరియు మీరు సాధారణంగా కొద్దిసేపు విశ్రాంతి తీసుకున్న తర్వాత క్లినిక్ నుండి వెళ్ళిపోవచ్చు.

కొన్ని సందర్భాల్లో, మేము స్థానిక మత్తు ఇచ్చి MVAని ఉంచగలము, అయితే ఈ పద్ధతి 10 వారాలలోపు గర్భిణీ స్త్రీలకు మాత్రమే సిఫార్సు చేయబడింది.

డిలిటేషన్ మరియు ఇవాక్యుయేషన్ (D&E)

ఈ పద్ధతి 14 వారాల గర్భధారణ తర్వాత ఉపయోగించబడుతుంది. ఇందులో ఫోర్సెప్స్ అని పిలువబడే ప్రత్యేక పరికరాలను గర్భాశయ ముఖద్వారం గుండా, మరియు గర్భాశయంలోకి ప్రవేశపెట్టడం ద్వారా గర్భాన్ని తొలగించడం జరుగుతుంది.

D&E సాధారణంగా సాధారణ మత్తుమందు (GA) ఇచ్చి నిర్వహించబడుతుంది. ఈ ప్రక్రియకు సాధారణంగా 10-20 నిమిషాలు పడుతుంది.

కాన్సియస్ సెడేషన్ (CS) ఇచ్చి చేసే సర్జికల్ అభిర్రావ్

కాన్సియస్ సెడేషన్ (CS) అనేది వైద్య ప్రక్రియ సమయంలో మీరు విశ్రాంతి తీసుకోవడానికి మరియు నొప్పిని నిరోధించడానికి సహాయపడే మందుల కలయిక. ఇది ఆందోళనను తగ్గిస్తుంది మరియు చాలా చిన్నపాటి స్త్రీ జననేంద్రియ ప్రక్రియలకు బాగా సరిపోతుంది. CS మీ ప్రక్రియ తర్వాత త్వరగా కోలుకోవడానికి మరియు మీ రోజువారీ కార్యకలాపాలకు తిరిగి వెళ్ళడానికి మీకు వీలు కల్పిస్తుంది.

CS కోసం మందులు చేయి లేదా చేతి వెనుక ఉన్న సిర ద్వారా ఇవ్వబడతాయి మరియు మీ పరిశీలనలు ప్రక్రియ జరిగినంత సేపు పర్యవేక్షించబడతాయి. మీ చికిత్స సమయంలో మీరు మెలకువగా ఉంటారు మరియు మీ నర్సు మరియు డాక్టర్లతో మాట్లాడగలరు, కానీ మీకు మగతగా అనిపిస్తుంది మరియు తర్వాత చాలా గంటల పాటు అలాగే కొనసాగవచ్చు. కాన్సియస్ సెడేషన్ ఇవ్వబడిన తర్వాత మీకు ప్రక్రియ గురించి జ్ఞాపకం ఉండకపోవచ్చు లేదా పరిమితంగా ఉండవచ్చు.

గర్భాశయ ముఖద్వారాన్ని మొద్దుబరచడానికి స్థానిక మత్తుమందు ఇవ్వబడుతుంది. మీకు కొంచెం కుట్టినట్లు అనిపించవచ్చు, ఇది ఎక్కువ కాలం ఉండదు. మత్తుమందులు దీనికి సహాయపడతాయి. సర్జన్ అప్పుడు చికిత్సను నిర్వహిస్తారు, అయితే ఒక నర్సు/మంత్రసాని చికిత్స జరుగుతున్నంత సేపు మిమ్మల్ని నిశితంగా పర్యవేక్షిస్తారు.

మీ చికిత్స తర్వాత, రికవరీ ఏరియాకు వెళ్లేందుకు సిబ్బందిలో ఒక సభ్యుడు మీకు మద్దతు ఇస్తారు. ప్రత్యేకంగా శిక్షణ పొందిన సిబ్బంది మిమ్మల్ని చూసుకుంటారు మరియు మీ రికవరీని పర్యవేక్షిస్తారు. మీరు మీ మత్తు నుండి కోలుకున్నారని వారు భావించినప్పుడు, మీరు డిస్చార్జ్ చేయబడతారు.

మీ ఇంటికి తోడుగా వచ్చి, మరుసటి రోజు వరకు మీతో ఉండడానికి ఒక బాధ్యతాయుతమైన పెద్ద వ్యక్తి మీతో ఉండాలని మేము కోరుతున్నాము. మీరు ఏ యంత్రాలను నడపలేరు లేదా ఆపరేట్ చేయలేరు కాబట్టి మీరు ఇంటికి వెళ్ళడానికి ఏర్పాట్లు చేయాలి.

చికిత్స కోసం మీ సమ్మతిని పొందే ముందు కాన్సియస్ సెడేషన్ ముడిపడిన దుప్ప్రభావాలు మరియు సమస్యలు మీకు పూర్తిగా వివరించబడతాయి.

సాధారణ మత్తు (GA) తో శస్త్రచికిత్సతో చేసే గర్భస్రావం

జనరల్ అనస్థీటిక్ (GA) అనేది నియంత్రిత అపస్మారక స్థితి, ఇందులో మీకు శస్త్రచికిత్స గురించి తెలియకుండా, ప్రక్రియ జరుగుతున్నప్పుడు నొప్పి అనిపించకుండా ఉండేలా మీకు నిద్రపోవడానికి మందులు ఇవ్వబడతాయి.

ప్రక్రియ జరుగుతున్నప్పుడు 'నిద్రపోవడానికి' ఇష్టపడే మహిళలకు GA అనువైనది మరియు 5 మరియు 23 వారాల 6 రోజుల మధ్య ఉన్న మహిళలకు ఇది అనువైనది.

CS కోసం మందులు చేయి లేదా చేతి వెనుక ఉన్న సీర ద్వారా ఇవ్వబడతాయి మరియు మీ పరిశీలనలు ప్రక్రియ జరిగినంతసేపూ పర్యవేక్షించబడతాయి. మిమ్మల్ని మత్తుమందు నిపుణుడు నిశితంగా పర్యవేక్షిస్తారు మరియు ఒక నర్సు/మంత్రసాని మొత్తం సమయం మీ పక్కనే ఉంటారు.

సిర్వికల్ ఫ్లెమింగ్

శస్త్రచికిత్స ద్వారా గర్భస్రావం చేయడానికి ముందు గర్భాశయ ముఖద్వారం (గర్భం యొక్క మెడ) మిఫెప్రిస్టాన్, మిసోప్రోస్టాల్ మరియు డైలాపాన్ అని పిలువబడే శోషక డైలేటర్లతో చికిత్స కోసం సిద్ధం చేయబడుతుంది. మీకు ఈ మందులలో ఒకటి మాత్రమే అవసరం కావచ్చు లేదా మీకు ఎక్కువ అవసరం కావచ్చు. మీకు ఏ తయారీ అవసరమో మరియు ఇది ఎప్పుడు, ఎలా చేయబడుతుందో మేము పూర్తిగా వివరిస్తాము.

మిఫెప్రిస్టాన్ మరియు మిసోప్రోస్టాల్ మాత్రలు గర్భాశయ ముఖద్వారాన్ని మృదువుగా చేస్తాయి, తద్వారా సులభంగా వ్యాకోచిస్తాయి (తెరుచుకుంటాయి). డిలాపాన్ అనేవి శస్త్రచికిత్సకు ముందు గర్భాశయంలోకి చొప్పించబడే అగ్గిపుల్ల-పరిమాణ కడ్డీలు. గర్భాశయ ముఖద్వారాన్ని సున్నితంగా తెరవడానికి అవి ఉబ్బుతాయి. చొప్పించడం క్లినిక్లో జరుగుతుంది మరియు కొన్ని నిమిషాలు మాత్రమే పడుతుంది. ఈ ప్రక్రియ కోసం మేము ఇంజెక్ట్ చేయగల లేదా స్ప్రే చేయగల స్థానిక మత్తుని ఉపయోగించవచ్చు. మీ చికిత్సను 2 రోజులకు ప్లాన్ చేసినట్లయితే, వాటిని ఉంచిన తర్వాత మీరు ఇంటికి వెళ్తారు. డిలాపాన్ విస్తరిస్తున్నప్పుడు అది నొప్పి లేదా చాలా తక్కువ రక్తస్రావం కలిగించవచ్చు మరియు చాలా అరుదుగా మీ నీరు కారిపోవచ్చు మరియు మీరు గర్భస్రావం వరకు వెళ్ళవచ్చు. కొన్నిసార్లు డిలాపాన్ బయటికి పడిపోవచ్చు. నొప్పి నియంత్రణ గురించి మరియు మీరు ప్రసవాన్ని ప్రారంభించినట్లయితే లేదా మీ నీరు విరిగిపోతే ఏమి చేయాలో మీకు అదనపు సమాచారం అందించబడుతుంది.

శస్త్రచికిత్సతో చేసే గర్భస్రావాలకు సంబంధించిన ప్రమాదాలలో ఇవి ఉంటాయి:

- గర్భాశయానికి నష్టం (1-4: 1000 కేసులు)
- గర్భాశయ ముఖద్వారానికి నష్టం (1: 100 కేసులు)
- రక్తస్రావం (1-4: 1000 కేసులు)
- ఇన్ఫెక్షన్ (1:100 కంటే తక్కువ కేసులు)
- గర్భం యొక్క నిలుపుకున్న ఉత్పత్తులు (3:100)

(RCOG, 2022)

*అన్ని శస్త్ర చికిత్సలు కొన్ని ప్రమాదాలను కలిగి ఉంటాయి, కానీ మాకు అద్భుతమైన భద్రతా రికార్డు ఉందని మరియు అధిక అర్హత కలిగిన సర్జన్లు, మత్తుమందు నిపుణులు మరియు నర్సులు/మంత్రసానులను మాత్రమే నియమించుకుంటామని దయచేసి గుర్తుంచుకోండి.

శస్త్రచికిత్సతో చేసే గర్భస్రావం తరువాత శారీరక శ్రమ.

- మీరు మీ శస్త్రచికిత్సతో చేసే గర్భస్రావం తరువాత 24-48 గంటలు విశ్రాంతి తీసుకోవాలని మరియు తేలికగా తీసుకోవాలని ప్లాన్ చేసుకోవాలి
- స్నానం చేయడం లేదా షవర్ చేయడం, టూంపాన్లు ఉపయోగించడం, వ్యాయామం చేయడం (ఈతతో సహా) మరియు బరువు ఎత్తడం వంటి వాటికి మీరు సౌకర్యంగా ఉన్నట్లు అనిపించిన వెంటనే సాధారణంగా మీరు సాధారణ కార్యకలాపాలకు తిరిగి వెళ్ళవచ్చు. (nhs.uk, 2022)

GA కింద జరిగిన అభిర్వాన్ తర్వాత, మీ చికిత్స తర్వాత 24 గంటల పాటు మిమ్మల్ని చూసుకోవడానికి ఎవరైనా అందుబాటులో ఉంచుకోమని మేము కోరుతున్నాము.

గర్భనిరోధకం

ఈ ప్రక్రియలో భాగంగా కాయిల్స్ లేదా ఇంప్లాంట్లను అమర్చవచ్చు, అది కూడా మీరు ఎంచుకుంటే GA కింద ఉన్నప్పుడే.

CS/GA మరియు తల్లిపాలు

కాన్సియస్ సెడేషన్ లేదా జనరల్ అనస్థీషియా సమయంలో ఉపయోగించే దాదాపు అన్ని మందులు తల్లి పాలలోకి వెళతాయి, కానీ మీ బిడ్డను ప్రభావితం చేయని చాలా తక్కువ మొత్తంలో ఉంటాయి. మీరు కోలుకున్నట్లు మరియు సిద్ధంగా ఉన్నట్లు భావించిన వెంటనే మీరు తల్లిపాలు ఇవ్వడం పునఃప్రారంభించవచ్చు. మీ శిశువులో అధిక నిద్రపోయే సంకేతాలు ఉన్నాయేమో పరిశీలించండి. మీ ప్రక్రియకు ముందు మీరు పంప్ చేసి, చికిత్స తర్వాత ఉపయోగించడానికి తల్లి పాలను అందుబాటులో ఉంచుకోవాలనుకోవచ్చు.

మీ ప్రక్రియను అనుసరించడం

క్లినిక్ నుండి బయలుదేరే ముందు మీ ఆఫ్టర్ కేర్ ఏర్పాట్లు గురించి చర్చించబడి, మీకు ఆఫ్టర్ కేర్ ప్యాక్ ఇవ్వబడుతుంది, అందులో ఇవి ఉంటాయి:

- గర్భనిరోధక కరపత్రం
- కండోమ్స్
- మా ఆఫ్టర్ కేర్ లైన్ కోసం సంప్రదింపు వివరాలు

ఆఫ్టర్ కేర్ హెల్ప్ లైన్

T: 0333 016 0400

T: (01) 874 0097 (Eire)



శస్త్రచికిత్సతో చేసే గర్భస్రావం తర్వాత ఏమి ఆశించాలి.

గర్భం యొక్క దశను బట్టి రక్తస్రావం అనేది కొద్దిపాటి రక్తస్రావం నుండి మీకు అత్యంత స్రావం ఉండే పీరియడ్ అంత ఎక్కువ వరకు మారుతుంది. ఆపరేషన్ తర్వాత 7-14 రోజులకు రక్తస్రావం కావడం సాధారణం మరియు మీరు రెండు రోజుల పాటు చిన్న రక్తపు గడ్డలను విసర్జించవచ్చు. మార్గదర్శకంగా, మీ స్వంత పీరియడ్స్ ఆధారపడి ఉంటుంది - రక్తస్రావం మీ అధిక కాలం కంటే ఎక్కువగా ఉండకూడదు.

మీ గర్భం ప్రారంభ దశలో ఉంటే (5 - 7 వారాలు) మీకు రక్త నష్టం చాలా తక్కువగా ఉండవచ్చు. దీని అర్థం మీ చికిత్స విఫలమైందని కాదు.

మీలో గర్భధారణ లక్షణాలు ఒక వారం కంటే ఎక్కువ కాలం కొనసాగినా లేదా ఇప్పటికే గర్భవతి అయినట్లుగా మీరు భావించినా ఆప్టర్ కేర్ లైన్ ను సంప్రదించండి.

మీ తదుపరి పీరియడ్ వరకు మీరు శానిటర్ టవల్స్ ను ఉపయోగించేలా చూసుకోండి; టాంపోన్లను ఉపయోగించవద్దు. శానిటర్ టవల్స్ ఉపయోగించడం వల్ల రక్త నష్టాన్ని పరిశీలించడానికి మరియు ఇన్ఫెక్షన్ను నివారించడంలో సహాయపడుతుంది.

రక్తస్రావం 2 వారాల కంటే ఎక్కువ ఉంటే లేదా మీరు దాని గురించి ఆందోళన చెందుతుంటే, దయచేసి మమ్మల్ని ఆప్టర్ కేర్ లైన్లో సంప్రదించండి.

ఇన్ఫెక్షన్

మీ చికిత్స సమయంలో మీకు 2 రకాల యాంటీబయోటిక్స్ ఇవ్వబడతాయి (మీకు వాటి వలన అలెర్జిక్ లేకపోతే). అయితే కొన్నిసార్లు అబార్షన్ సమయంలో బయటకు రాని కణజాలం యొక్క చిన్న ముక్కలకు సంక్రమణ సోకవచ్చు. తీవ్రమైన సమస్యలు హెచ్చరిక సంకేతాలను కలిగి ఉంటాయి.

మీరు దిగువన ఉన్న ఏవైనా లక్షణాలను అనుభవిస్తే వెంటనే ఆఫ్టర్ కేర్ హెల్ప్ లైన్ 0333 016 0400 కు కాల్ చేయండి:

- అధిక ఉష్ణోగ్రత మరియు/లేదా జ్వరం, పూ వంటి లక్షణాలు లేదా వణుకు ఉన్నట్లు అనిపిస్తే;
- 2 గంటల పాటు గంటకు 2 కంటే ఎక్కువ శానిటర్ ప్యాడ్లు తడిచిపోయేంత చాలా భారీ రక్తస్రావం. ఈ ప్యాడ్లు భారీ ప్రవాహానికి అనుకూలంగా ఉండాలి.
- నొప్పి నివారణ మందులు లేదా హీట్ ప్యాడ్ వాడినా తగ్గని ఋతుక్రమ నొప్పి కంటే తీవ్రమైన కడుపు నొప్పి లేదా అసౌకర్యం.
- అసహ్యకరమైన వాసనతో కూడిన యోని స్రావాలు.

50వ పేజీలో సెప్పిస్ సాధనాన్ని చూడండి.

ఆఫ్టర్ కేర్ హెల్ప్ లైన్

T: 0333 016 0400

T: (01) 874 0097 (Eire)



శస్త్రచికిత్సకు ముందు సలహా

గుర్తుంచుకోవలసిన విషయాలు

మీరు క్లినిక్కి చేరుకునే ముందు ఈ సూచనలను పాటించడం ముఖ్యం; అలా చేయకపోతే మీ చికిత్స ఆలస్యం చేయబడుతుందని లేదా కొన్ని సందర్భాల్లో రద్దు చేయబడుతుందని అర్థం.

అన్ని సంప్రదింపులు, ముందస్తు మందులతో చేసే గర్భస్రావం మరియు శస్త్రచికిత్సతో చేసే గర్భస్రావం కోసం, మీరు ఈ సూచనలను పాటించాలి:

- వదులుగా ఉండే, సాకర్యవంతమైన దుస్తులు ధరించండి
- ఏదైనా సూచించిన మందులు లేదా ఇన్జెక్షన్లు జాబితాను తీసుకురండి
- మీరు సూచించిన మందులను తీసుకుంటుంటే, మీరు వీటిని సాధారణంగా తీసుకోవడం కొనసాగించాలి
- మీకు క్రింది మందులు సూచించబడితే దయచేసి మమ్మల్ని సంప్రదించండి: ఆస్పిరిన్, వార్ఫరిన్ లేదా క్లోపిడోగ్రేల్ (ప్లావిక్)
- మీరు శానిటరీ టవల్స్ (టాంపాన్లు కాదు)తెచ్చుకోవలసి ఉంటుంది

జనరల్ అనస్థీషియా లేదా కాన్సియస్ సెడేషన్ కింద శస్త్రచికిత్సతో చేసే గర్భస్రావాల కోసం దయచేసి ఈ అదనపు సూచనలను కూడా పాటించండి:

- ప్రక్రియకు 2 గంటల ముందు మాత్రమే ద్రవాలను (నీరు) క్లియర్ చేయండి
- ప్రక్రియకు 6 గంటల ముందు నుండి ఘనపదార్థాలు వద్దు
- చికిత్స తర్వాత 24 గంటల పాటు మిమ్మల్ని చూసుకోవడానికి ఎవరైనా ఉన్నారని నిర్ధారించుకోండి
- మీ శస్త్రచికిత్సా ప్రక్రియకు ముందు మరియు తర్వాత 24 గంటల పాటు మీరు ధూమపానం చేయకూడదని మేము గట్టిగా సిఫార్సు చేస్తున్నాము

- మీతో డ్రెస్సింగ్ గౌను మరియు చెప్పులు తీసుకురండి
- శస్త్రచికిత్సకు ముందు దయచేసి అన్ని ముఖ మరియు శరీర పియర్సింగ్లు, మేకప్ మరియు నేయిల్ వార్నిష్ తొలగించండి
- దయచేసి మీ ప్రక్రియకు ముందు అన్ని కాంటాక్ట్ లెన్సులను తీసివేయండి
- మీ శస్త్రచికిత్స ప్రక్రియకు ముందు 48 గంటలలోపు మీరు అనారోగ్యంతో ఉంటే, దయచేసి మీరు రీబుక్ చేయాల్సి ఉంటుంది కాబట్టి దయచేసి క్లినిక్కి సంప్రదించండి.

ఆఫ్ఫర్ కేర్ హెల్ప్ లైన్

T: 0333 016 0400

T: (01) 874 0097 (Eire)



ఎర్ల్ మెడికల్ అబార్వన్ & సర్జికల్ అబార్వన్ ఆఫర్ కేర్

గర్భస్రావం తరువాత, మీరు వీటిని చేయవచ్చు:

- ✓ నొప్పి లేదా అసౌకర్యం విషయంలో సహాయపడటానికి ఇబుప్రోఫెన్ లేదా పారాసెటమాల్ వంటి నొప్పి నివారణలు
- ✓ రక్తస్రావం ఆగే వరకు టాంపాన్ల కంటే సానిటరీ టవల్స్ లేదా ప్యాడ్లను ఉపయోగించండి (మరియు తద్వారా మీరు మీ రక్త నష్టాన్ని పర్యవేక్షించవచ్చు)
- ✓ మీరు సిద్ధంగా భావిస్తున్న వెంటనే సెక్స్ కలిగి, కానీ మీరు గర్భస్రావం తర్వాత వెంటనే సాధారణంగా సారవంతంగా చేస్తాము కాబట్టి మీరు మళ్ళీ గర్భవతి కావడానికి ఇష్టపడకపోతే గర్భనిరోధకం ఉపయోగించండి
- ✓ స్నానం లేదా షవర్ కలిగి ఉండటం, టాంపాన్లను ఉపయోగించడం, వ్యాయామం చేయడం (ఈతతో సహా) మరియు భారీ బరువులెత్తడం వంటి వాటిలో మీకు సౌకర్యంగా ఉన్న వెంటనే సాధారణంగా మీరు సాధారణ కార్యకలాపాలకు తిరిగి రావచ్చు. (nhs.uk, 2022)

! మీరు విపరీతమైన రక్తస్రావంతో బాధపడుతుంటే (25వ పేజీలోని భారీ స్రావం చిత్రం 5 చూడండి) మరియు అనారోగ్యంగా అనిపిస్తే 999కి కాల్ చేయండి

మాకు కాల్ చేయండి, ఒకవేళ మీకు:

- ! వరుసగా 2 గంటలపాటు గంటకు రెండు లేదా అంతకంటే ఎక్కువ మాక్సి-స్ట్రెజ్ సానిటరీ టవల్స్ ను తడిచిపోతుంటే, (మీరు ఆశించాల్సిన రక్తస్రావం మొత్తం మరియు రకంపై సలహా కోసం పేజీ 25 చూడండి)
- ! అసాధారణమైన, అసహ్యకరమైన వాసన కలిగించే యోని స్రావాలు అభివృద్ధి అయితే



24 గంటల తర్వాత జ్వరం లేదా ప్లూ లాంటి లక్షణాల అభివృద్ధి అయితే



ఒక నిర్ధారణ కాని ఎక్స్‌పిక్ గర్భాన్ని సూచించగల దానితో సహా తీవ్రమయ్యే నొప్పి అభివృద్ధి అయితే (ఉదాహరణకు, పక్కటెముకల కింద, దిగువ కడుపు నొప్పి ఒకవైపునే ఉంటే, లేదా భుజాల వరకు వెళితే)



మిసోప్రోస్టోల్ (2 వ దశ మందులు) తీసుకున్న 48 గంటల తర్వాత మీకు తక్కువ రక్తస్రావం ఉంటే లేదా రక్తస్రావం లేకుంటే/సానిటరీ టవల్ లేదా లోదుస్తులపై రక్తపు మరకలు లేదా మచ్చలు మాత్రమే అంటితే



గర్భస్రావం అయిన 1 వారం తర్వాత ఇంకా గర్భవతిగా అనిపిస్తే (RCOG, 2022)

సెక్స్

మీరు సిద్ధంగా ఉన్నట్లు భావించిన వెంటనే సెక్స్ చేయండి, కానీ గర్భస్రావం జరిగిన వెంటనే మీరు సాధారణంగా ఫలవంతం అవుతారు కాబట్టి మీరు మళ్లీ గర్భం దాల్చుకూడదనుకుంటే గర్భనిరోధకం ఉపయోగించండి (nhs.uk, 2022)

దయచేసి 12వ పేజీలోని మీ గర్భనిరోధక ఎంపికలను పరిగణించండి.

రోమ్ములో అసౌకర్యం మరియు కారడం

మీ చికిత్సకు ముందు మీకు రోమ్ములో అసౌకర్యం ఉంటే లక్షణాలు తగ్గడానికి ఒక వారం లేదా అంతకంటే ఎక్కువ సమయం పట్టవచ్చు. మీరు 2 వారాల తర్వాత కూడా అసౌకర్యాన్ని ఎదుర్కొంటుంటే దయచేసి ఆఫ్సర్ కేర్ లైన్ ను సంప్రదించండి.

12 వారాల కంటే తక్కువ సమయం నుండి గర్భంతో ఉన్న క్లయింట్లకు రోమ్ములు కారడం అసాధారణం. మీరు ఆందోళన చెందుతుంటే దయచేసి సలహా కోసం రింగ్ చేయండి. మీ చికిత్సకు ముందు మీకు రోమ్ములో అసౌకర్యం ఉంటే, లక్షణాలు తగ్గడానికి ఒక వారం లేదా అంతకంటే ఎక్కువ సమయం పట్టవచ్చు. దయచేసి ఆఫ్సర్ కేర్ లైన్ లేదా మీ స్వంత GP ని సంప్రదించండి.

అనారోగ్యం/వికారం

మీ చికిత్సకు ముందు మీకు అనారోగ్యం లేదా వికారం ఉంటేలక్షణాలు తగ్గడానికి ఒక వారం లేదా అంతకంటే ఎక్కువ సమయం పట్టవచ్చు. మీరు తీసుకున్న మందులు కూడా మీకు అనారోగ్యం కలిగించవచ్చు. అయితే, 2 వారాల తర్వాత ఎటువంటి మెరుగుదల లేకుంటే, దయచేసి ఆఫ్టర్ కేర్ లైన్ ను సంప్రదించండి.

డ్రైవింగ్

మీకు సాధారణ మత్తు ఇచ్చినట్లయితే, మీరు కనీసం 48 గంటల పాటు డ్రైవ్ చేయకూడదు. దయచేసి మీ బీమా కంపెనీతో తనిఖీ చేయండి. మీరు ప్రమాదంలో చిక్కుకున్నట్లయితే, మీరు మీ బీమా పరిధిలోకి రాకపోవచ్చు.

UK వెలుపల ప్రయాణం/సెలవులు

మీరు నెగెటివ్ ప్రెగ్నెన్సీ టెస్ట్ మరియు 4 వారాల చెక్ అప్ చేసే వరకు ఎక్యూడిక్సినా సెలవుపై వెళ్లడం మంచిది కాదు. మీరు వారికి తెలియజేయకుంటే మీ ప్రయాణ బీమా కంపెనీ ఎలాంటి వైద్య సమస్యలను కవర్ చేయకపోవచ్చు. ఇన్సెక్షన్ సోకే ప్రమాదం ఉన్నందున మీరు 4 వారాల పాటు సముద్రంలో ఈత కొట్టకూడదని సూచించారు.

**దయచేసి గమనించండి - గర్భస్రావం
మందులను దేశం నుండి
బయటకు తీసుకెళ్ళడం చట్టవిరుద్ధం.**

ప్రక్రియ తర్వాత తనిఖీ

మీరు 4 వారాల వ్యవధిలో చెక్-అప్ చేయించుకోవాలని సూచించబడింది. చెక్-అప్ మీ స్థానిక గర్భనిరోధకం మరియు లైంగిక ఆరోగ్యం (CASH) క్లినిక్ లో లేదా మీ డాక్టర్ తో చేయవచ్చు.

మీ గర్భధారణ పరీక్షను పునరావృతం చేయండి

మీరు ఈఎమ్ఎ(EMA) చేయించుకున్నట్లయితే, చికిత్స విజయవంతమైందని నిర్ధారించుకోవడానికి మీరు తప్పనిసరిగా 3 వారాల్లో గర్భధారణ పరీక్షను రిపీట్ చేయాలి. ఆ రోజు మీరు విసర్జించే మూత్రం యొక్క మొదటి నమూనాను ఉపయోగించడం చాలా ముఖ్యం. ప్రెగ్నెన్సీ టెస్ట్ కిట్ మీ ఆఫర్ కేర్ ప్యాక్లో ఉంటుంది. ఫలితం పాజిటివ్ అయితే మీరు వెంటనే క్లినిక్ లేదా ఆఫ్ఫర్ లైన్కు సంప్రదించాలి మరియు మేము ఫోలో అప్ అప్రయింట్మెంట్లు ఏర్పాటు చేస్తాము. తదుపరి అల్ట్రాసౌండ్ స్కాన్ గర్భం తొలగింపు విఫలమైందని మరియు మీరు ఇంకా గర్భవతిగా ఉన్నారని వెల్లడిస్తే, మీ కోసం శస్త్రచికిత్స ద్వారా గర్భం తొలగించడానికి ఏర్పాటు చేయబడవచ్చు. మీరు తీసుకున్న మందులతో ముడిపడి ఉన్న ప్రమాదాల కారణంగా మీరు గర్భంతో కొనసాగాలని సిఫార్సు చేయబడలేదు.

మీరు ఆపరేషన్ ద్వారా అబార్షన్ చేయించుకున్నట్లయితే, వైఫల్యం రేటు చాలా తక్కువగా ఉండే అవకాశముంది కాబట్టి మీరు గర్భధారణ పరీక్ష చేయబడదు. అయితే మీలో గర్భధారణ లక్షణాలు 2 వారాల తర్వాత ఆగిపోకపోతే మరియు/లేదా ఇప్పటికే మీకు గర్భం వచ్చిందని భావిస్తే, దయచేసి సలహా కోసం ఆఫ్ఫర్ కేర్ లైన్ 0333 016 0400ని సంప్రదించండి.

గర్భం రాలేదనే భరోసా కోసం మీరు స్వయంగా గర్భధారణ పరీక్ష చేసుకోవాలనుకుంటే, మీ ప్రక్రియ పూర్తయిన తర్వాత 4 వారాల కంటే తక్కువ వ్యవధిలోనే ఈ పరీక్షను పూర్తి చేయాలని మేము మీకు సిఫార్సు చేస్తున్నాము.

ఆఫ్ఫర్ కేర్ హెల్ప్ లైన్

T: 0333 016 0400

T: (01) 874 0097 (Eire)



తెలియని గర్భం సానం (PUL) మరియు ఎక్స్‌పిక్ గర్భం

పాజిటివ్ ప్రెగ్నెన్సీ టెస్ట్ అంటే మీరు గర్భవతి అని అర్థం కానీ గర్భం మరీ ప్రారంభ దశలో ఉంటే అల్ట్రాసౌండ్ స్కాన్స్ దాన్ని గుర్తించడం కష్టం.

గర్భధారణ పరీక్ష సానుకూల ఫలితాన్ని చూపించడానికి హార్మోన్ స్థాయి 10mlU/mL మాత్రమే అవసరం కాబట్టి ఇది చాలా సాధారణం. కడుపు/పొట్టికడుపు ద్వారా స్కాన్ చేయడం ద్వారా గర్భాన్ని కనుగొనటానికి 1500 mlU/mL హార్మోన్ స్థాయి అవసరం. స్కానింగ్ పరికరాలను ఉపయోగించి కనుగొనబడిన అత్యంత ప్రారంభ దశ గర్భం/గర్భధారణ దాదాపు 4 వారాలు మరియు 6 రోజులు, దాదాపు 5 వారాలు. స్కాన్ ద్వారా గర్భం కనుగొనబడే వరకు చికిత్స అందించబడదు.

కొన్ని సందర్భాల్లో గర్భం గర్భాశయం వెలుపల ఉన్నందున స్కాన్ ద్వారా కనుగొనబడకపోవచ్చు. దీనిని "ఎక్స్‌పిక్" అంటారు. ఎక్స్‌పిక్ అంటే "తప్పు స్థానంలో" అని అర్థం.

ఎక్స్‌పిక్ ప్రెగ్నెన్సీ అనేది దాదాపు 100 గర్భధారణలలో 1 దానిలో సంభవిస్తుంది కాబట్టి చాలా అరుదు. గర్భం స్కాన్ ద్వారా కనుగొనబడలేకపోయేంత మరీ ప్రారంభ దశలో/చిన్నదిగా ఉండే అవకాశం చాలా ఉంది. అయితే, మీకు ఎక్స్‌పిక్ ప్రెగ్నెన్సీ ఉందని మీరు భావిస్తే, మీరు ఎల్లప్పుడూ A&Eని సందర్శించాలి.

ఎక్స్‌పిక్ ప్రెగ్నెన్సీ యొక్క లక్షణాలు ఏమిటి?

గర్భం దాల్చిన 4 మరియు 10 వారాల మధ్య ఏ సమయంలోనైనా లక్షణాలు అభివృద్ధి చెందవచ్చు.

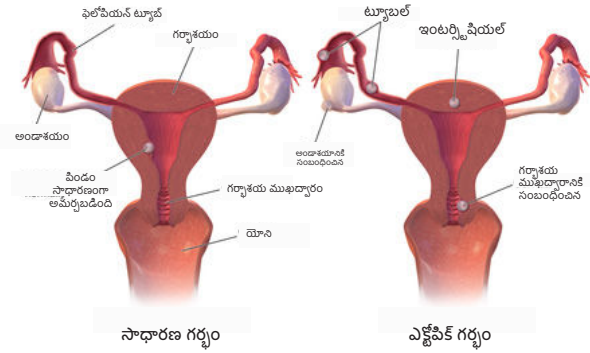
లక్షణాలలో కింది వాటిలో ఒకటి లేదా అంతకంటే ఎక్కువ ఉంటాయి:

- దిగువ ఉదరం (కడుపు) యొక్క ఒక వైపు నొప్పి. ఇది ఒక తీవ్రమైన నొప్పి కావచ్చు లేదా నెమ్మదిగా అభివృద్ధి చెందవచ్చు, చాలా రోజులలో మరింత తీవ్రమవుతుంది. ఇది తీవ్రంగా మారవచ్చు.
- యోని రక్తస్రావం తరచుగా జరుగుతుంది కానీ ఎల్లప్పుడూ కాదు. ఇది తరచుగా పీరియడ్స్‌కు సంబంధించిన రక్తస్రావానికి భిన్నంగా ఉంటుంది. ఉదాహరణకు, రక్తస్రావం సాధారణ పీరియడ్ కంటే భారీగా లేదా తేలికగా ఉండవచ్చు. రక్తం ముదురు రంగులో కనిపించవచ్చు. అయితే, రక్తస్రావం ఆలస్యమైనదని మీరు అనుకోవచ్చు.
- డయేరియా, మందకొడిగా అనిపించడం లేదా పూ (మలం) విసర్జిస్తున్నప్పుడు నొప్పి ఉండటం వంటి ఇతర లక్షణాలు సంభవించవచ్చు.
- భుజం-కొన నొప్పి అభివృద్ధి చెందవచ్చు. పొత్తికడుపులోకి కొంత రక్తం కారడంతో, డయాఫ్రమ్‌కు (శ్వాస తీసుకోవడానికి ఉపయోగించే కండరాలు) చికాకు కలిగించడం దీనికి కారణం.
- తీవ్రమైన నొప్పి లేదా "కుప్పకూలడం". రక్తస్రావం ఎక్కువగా ఉన్నందున ఇది అత్యవసరం.
- కొన్నిసార్లు ఎటువంటి హెచ్చరిక లక్షణాలు (నొప్పి వంటివి) ఉండవు, కాబట్టి ఆకస్మిక భారీ అంతర్గత రక్తస్రావం కారణంగా కుప్పకూలడం, కొన్నిసార్లు ఎక్స్‌పిక్ గర్భం యొక్క మొదటి సంకేతం.

మీకు 7-14 రోజుల మధ్య రీస్కాన్ చేయించుకోమని సలహా ఇచ్చినప్పటికీ, ఆ సమయంలో మీలో ఈ లక్షణాలలో ఏదైనా అభివృద్ధి అయితే, మీరు తప్పక A&Eకు హాజరు కావాలి.

ఎక్స్‌పిక్ గర్భం ఎక్కడ అభివృద్ధి చెందుతుంది?

ఫలదీకరణం చెందిన గుడ్డు ఫెలోపియన్ ట్యూబ్ (ట్యూబల్ ఎక్స్‌పిక్ ప్రెగ్నెన్సీ) లోపలి లైనింగ్‌కు చేరినప్పుడు చాలా ఎక్స్‌పిక్ గర్భాలు సంభవిస్తాయి. అరుదుగా, అండాశయం లేదా పొత్తికడుపు లోపల (కడుపు) వంటి ఇతర ప్రదేశాలలో ఎక్స్‌పిక్ గర్భం సంభవిస్తుంది.



ఆఫ్ఫర్ కేర్ హెల్ప్ లైన్

T: 0333 016 0400

T: (01) 874 0097 (Eire)



T: 0333 004 6666 T: (01) 874 0097 (Eire)

వీనస్ థ్రాంబోసిస్ (VTE)

వీనస్ థ్రాంబోసిస్ అంటే ఏమిటి?

థ్రాంబోసిస్ అనేది రక్తనాళం (సిర లేదా ధమని)లో రక్తపు గడ్డ. వీనస్ థ్రాంబోసిస్ సిరలో సంభవిస్తుంది. సిరలు రక్తాన్ని తిరిగి గుండె మరియు ఊపిరితిత్తులకు తీసుకువెళ్లే రక్త నాళాలు కాగా, ధమనులు రక్తాన్ని దూరంగా తీసుకెళ్తాయి.

డీప్ వెయిన్ థ్రాంబోసిస్ (DVT) అనేది కాలు, పిక్క లేదా పెల్విస్ యొక్క లోతైన సిరలో ఏర్పడే రక్తపు గడ్డ.

నేను ఎందుకు ప్రమాదంలో ఉన్నాను?

గర్భం మీకు DVT వచ్చే ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. అయినప్పటికీ, గర్భధారణలో లేదా పుట్టిన తర్వాత మొదటి 6 వారాలలో వీనస్ థ్రాంబోసిస్ ఇప్పటికీ అసాధారణం, ఇది 1000 మంది స్త్రీలలో 1-2 మందిలో మాత్రమే సంభవిస్తుంది. మీ గర్భధారణ సమయంలో ఎప్పుడైనా డివిటీ సంభవించవచ్చు.

DVT ఎందుకు తీవ్రమైనది?

రక్తపు గడ్డ విచ్చిన్నమై, ఊపిరితిత్తుల వంటి శరీరంలోని మరొక భాగంలో చేరే వరకు రక్తప్రవాహంలో ప్రయాణించవచ్చు కాబట్టి వీనస్ థ్రాంబోసిస్ తీవ్రమైనది. దీనిని పల్మనరీ ఎంబోలిజం (PE) అని పిలుస్తారు మరియు ఇది ప్రాణాంతకం కావచ్చు.

DVT యొక్క లక్షణాలు ఇవి కావచ్చు:

- చేయి లేదా కాలు వాపు
- కాలి పిక్కలో నొప్పి లేదా సున్నితత్వం
- చేయి/కాలులో పెరిగిన వేడి లేదా ఎర్రబడడం

మీరు ఈ లక్షణాలలో దేనినైనా అనుభవించినట్లయితే మీరు వెంటనే సహాయం తీసుకోవాలి.

ఒక DVT నిర్ధారణ మరియు చికిత్స ఒక పల్సనరీ ఎంబోలిజం (PE) అభివృద్ధి ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది.

PE యొక్క లక్షణాలలో ఇవి ఉండవచ్చు:

- చాలా అనారోగ్యంగా అనిపించడం
- ఒక్కసారిగా కుప్పకూలడం
- ఊపిరి తీసుకోవడంలో ఆకస్మికంగా చెప్పలేని కష్టం
- ఛాతీ నొప్పి / ఛాతీలో బిగుతు
- రక్తంతో దగ్గు

ఏది నాకు DVT/PE వచ్చే ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది?

మీకు రక్తం గడ్డకట్టే ప్రమాదం పెరుగుతుంది, ఒకవేళ:

- 35 ఏళ్లు పైబడినవారు అయితే
- 30 కంటే ఎక్కువ బాడీ మాస్ ఇండెక్స్ (BMI)తో అధిక బరువు కలిగి ఉంటే
- ధూమపానం చేసేవారైతే
- ఇప్పటికే మూడు లేదా అంతకంటే ఎక్కువ గర్భాలు దాల్చి ఉంటే
- గతంలో వీనస్ థ్రాంబోసిస్ వచ్చి ఉంటే/ వీనస్ థ్రాంబోసిస్ యొక్క కుటుంబ చరిత్రను కలిగి ఉంటే
- గుండె జబ్బులు, ఊపిరితిత్తుల వ్యాధి లేదా ఆర్థరైటిస్ వంటి వైద్య పరిస్థితిని కలిగి ఉంటే
- మీకు బాధాకరమైన తీవ్రమైన వెరికోస్ వెయిన్స్ లేదా మోకాలి పైన ఎరుపు/వాపుతో ఉంటే
- గర్భధారణ సమయంలో వాంతులు వంటి కారణాల వల్ల నిర్జీలీకరణం చెందితే లేదా తక్కువ కదలికలు ఉంటే
- ఎక్కువ కాలం పాటు లేదా 4 గంటలు లేదా అంతకంటే ఎక్కువ కాలం (విమానం, కారు లేదా రైలు ద్వారా) ప్రయాణించేటప్పుడు కదలకుండా ఉంటే

మీకు వనస్ థ్రాంబోసిస్ కు ప్రమాద కారకం ఉన్నట్లు గుర్తించబడితే, మీరు శస్త్రచికిత్సా ప్రక్రియ కోసం బుక్ చేయబడితే మేము మీకు రక్తం పలుచబడే ఇంజెక్షన్ మరియు కంప్రెషన్ స్టాకింగ్ అందిస్తాము.

ఆఫ్టర్ కేర్ హాల్ప్ లైన్

T: 0333 016 0400

T: (01) 874 0097 (Eire)



క్రయింటు మరియు సంరక్షకుల కోసం సెప్పిస్ సమాచారం

సెప్పిస్ అంటే ఏమిటి?

సెప్పిస్ అనేది ప్రాణాంతక పరిస్థితి, ఇది దాని స్వంత కణజాలం మరియు అవయవాలను గాయపరిచే ఒక ఇన్సెక్షన్కు శరీరం యొక్క ప్రతిస్పందనగా ఉత్పన్నమవుతుంది. సూక్ష్మ జీవులు లేదా “సూక్ష్మక్రిములు” (సాధారణంగా బ్యాక్టీరియా) శరీరాన్ని ఆక్రమించడం ద్వారా సంక్రమణ సంభవిస్తుంది మరియు ఇది ఒక నిర్దిష్ట శరీర ప్రాంతానికి పరిమితం కావచ్చు (ఉదా. పంటి గడ్డ) లేదా రక్తప్రవాహంలో మరింత విస్తృతంగా ఉంటుంది (తరచుగా “సెప్టిసిమియా” లేదా “రక్తం విషమయంగా కావడం” అని పిలుస్తారు).

గుండెపోటులు మరియు స్ట్రోక్ మాదిరిగానే సెప్పిస్ అనేది వైద్యపరమైన అత్యవసర పరిస్థితి. గుండెపోటు లేదా పక్షవాతం వచ్చిన రోగుల కంటే సెప్పిస్ ఉన్న రోగులు చనిపోయే అవకాశం ఐదు రెట్లు ఎక్కువ. ముందుగానే గుర్తిస్తే, చాలా మంది రోగులకు దృవీకరించబడినది, అయితే వైద్య సంరక్షణను ఆలస్యం చేయకుండా ఉండటం చాలా అవసరం. సెప్పిస్ షాక్, బహుళ అవయవ వైఫల్యం మరియు మరణానికి దారి తీస్తుంది, ప్రత్యేకించి ముందుగా గుర్తించి వెంటనే చికిత్స చేయకపోతే. సెప్పిస్ ఉన్న రోగుల యొక్క వేగవంతమైన రోగ నిర్ధారణ మరియు నిర్వహణ విజయవంతమైన చికిత్సకు చాలా ముఖ్యమైనది.

నేను ఎందుకు ప్రమాదంలో ఉన్నాను?

సకాలంలో గుర్తించి చికిత్స చేయకపోతే చిన్నపాటి ఇన్సెక్షన్ల (“పూ”, యూరినరీ ట్రాక్ట్ ఇన్సెక్షన్లు, గ్యాస్ట్రోఎంటెరిటీస్, శ్వాసకోశ ఇన్సెక్షన్లు మొదలైనవి) నుండి ప్రతి ఒక్కరిలో సెప్పిస్ అభివృద్ధి అయ్యే ప్రమాదం ఉంది. మీ చికిత్సకు ముందు లేదా తర్వాత మీకు ఏవైనా లక్షణాలు (క్రింద చూడండి) ఉంటే, దయచేసి వెంటనే మాకు తెలియజేయండి.

సెప్టిక్ యొక్క లక్షణాలు

సెప్టిక్ యొక్క లక్షణాలు సాధారణంగా త్వరగా అభివృద్ధి చెందుతాయి మరియు వాటిలో ఇవి ఉండొచ్చు:

- విపరీతమైన వణుకు మరియు కండరాల నొప్పి.
- దిగువ పొత్తికడుపు/వెనుక నొప్పితో కూడిన లేదా అది లేకుండా యోని ప్రాంతంలో మార్పు మరియు / లేదా క్రమరహిత యోని రక్తస్రావం.
- మూత్ర విసర్జన చేయకపోవడం (ముందు 12-18 గంటలలో).
- తక్కువ రక్తపోటు, ఇది నిలబడి ఉన్నప్పుడు మైకంగా అనిపించడానికి దారితీయవచ్చు.
- గందరగోళం లేదా దిక్కుతోచని స్థితి వంటి మానసిక చురుకుదనంలో మార్పు.
- చల్లని, బిగుతైన మరియు/లేదా మచ్చలతో కూడిన/ పాలిపోయిన చర్మం.

గర్భం ముగిసిన మొదటి 6 వారాలలో మీకు ఈ సంకేతాలు/ లక్షణాలు ఏదైనా ఉంటే, దయచేసి మా 24 గంటల హెల్ప్లైన్ నంబర్, మీ GPకి కాల్ చేయండి లేదా అత్యవసర సేవలకు హాజరుకాండి.

చికిత్స

- సంక్రమణకు చికిత్స చేయడానికి యాంటీబయాటిక్స్. ఇది సంక్రమణ యొక్క తీవ్రతను బట్టి ఇంట్లో లేదా ఆసుపత్రిలో ఉండవచ్చు.
- మూల నియంత్రణ - అంటే చీము లేదా సంక్రమణ సోకిన గాయం వంటి సంక్రమణ మూలానికి చికిత్స చేయడం.
- ధ్రువాలు - ఇంట్రావీన్ కాథెటర్ ("డ్రీప్") ద్వారా అవసరం కావచ్చు.
- ఆక్సిజన్ - మీ శ్వాస మరియు/లేదా రక్తపోటు వంటి ముఖ్యమైన అవయవాలు సెప్టిక్ డ్వారా ప్రభావితమైతే,

- ఇన్వెక్షన్కు చికిత్స పొందుతున్నప్పుడు ఊపిరితిత్తులకు కృత్రిమ వెంటిలేషన్ (శ్వాస యంత్రం), కిడ్నీ సపోర్ట్ (కిడ్నీ మెషిన్) మొదలైన అవయవ మద్దతు కోసం ఇంటెన్సివ్ కేర్ యూనిట్ (ఐసీయూ) లో చేర్చాల్సి రావచ్చు.



యాంటీ-డి ఇంజెక్షన్ (10 వారాలకు పైగా చేసే ప్రక్రియల కోసం మాత్రమే)

రీసస్ (Rh) రక్త కారకం మెజారిటీ జనాభా యొక్క రక్త సమూహంలో ఉంటుంది. దాదాపు 85% మంది Rh పాజిటివ్ మరియు మిగిలినవారు Rh నెగటివ్.

ఆర్ హెచ్(Rh) నెగిటివ్ స్త్రీ గర్భం దాల్చిన సందర్భాల్లో, గర్భంలో ఉన్న బిడ్డి తండ్రి కూడా ఆర్ హెచ్(Rh) పాజిటివ్ అయితే, పిరిడం కూడా ఆర్ హెచ్(Rh) పాజిటివ్ కావడానికి చాలా అవకాశముంది. (ఈ దశలో పిండం యొక్క Rh కారకాన్ని మేము చెప్పలేము).

Rh పాజిటివ్ కణాలు శిశువు నుండి తల్లి రక్తప్రవాహంలోకి ప్రవేశిస్తే, ఆమె శరీరం ఇన్జెక్షన్తో పోరాడుతున్నట్లుగానే ఈ అన్య Rh పాజిటివ్ రక్త కణాలపై దాడి చేసి నాశనం చేయడానికి యాంటీబాడీస్ (యాంటీ డి) అనే ప్రత్యేక కణాలను ఉత్పత్తి చేస్తాయి.

అటువంటి ప్రతిరోధకాలను అభివృద్ధి అవడానికి అనుమతించిన తర్వాత, అవి భవిష్యత్తులో గర్భం కోసం మరియు బహుశా జీవితాంతం తల్లి రక్తంలో ఉంటాయి.

Rh పాజిటివ్ రక్త కణాలు అనేక విధాలుగా స్త్రీ రక్తంలోకి ప్రవేశించవచ్చు:

- శిశువు యొక్క సాధారణ ప్రసవ సమయంలో
- గర్భస్రావం తరువాత
- సరికాని రక్తమార్పిడి కారణంగా

మీ రక్త పరీక్షలో మీకు Rh నెగెటివ్ ఉందని మరియు మీ గర్భం 10 వారాలు లేదా అంతకంటే ఎక్కువ ఉంటే, మీ ఆపరేషన్ తర్వాత మీకు యాంటీ డి ఇంజెక్షన్ ఇవ్వబడుతుంది. ఇది మీ రక్తప్రవాహంలోకి ప్రవేశించిన ఏదైనా Rh పాజిటివ్ రక్త కణాలను నాశనం చేస్తుంది. ఇది మీ స్వంత యాంటీ డి అభివృద్ధిని నిరోధిస్తుంది మరియు భవిష్యత్తు గర్భధారణలకు సంబంధించిన ఏదైనా సమస్యలను నివారిస్తుంది.

Rh నెగటివ్ గా ఉండటం గురించి అనవసరంగా ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదు. మీకు ఇంతకు ముందు పిల్లలు పుట్టి ఉంటే, డేలివరీ తర్వాత మీకు యాంటీ డి ఇవ్వబడి ఉంటుంది. ఇది మీ మొదటి గర్భం అయితే, ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదు. గర్భధారణ సమయంలో అన్ని Rh నెగటివ్ స్త్రీలను హాస్పిటల్ యాంటెనాటల్ క్లినిక్లలో క్రమం తప్పకుండా తనిఖీ చేస్తారు మరియు శిశువు యొక్క రక్తాన్ని కూడా తనిఖీ చేస్తారు. శిశువు Rh నెగటివ్ అయితే, యాంటీ డి ఇంజెక్షన్ అవసరం లేదు.

దీని అర్థం భవిష్యత్తులో ఏదైనా గర్భం తప్పనిసరిగా Rh పాజిటివ్ అయి ఉంటుందని కాదు. మీ భాగస్వామి Rh పాజిటివ్ అయితే మాత్రమే ఇది వర్తిస్తుంది.

శిశువు యొక్క రక్త సమూహం తెలియదు కాబట్టి గర్భం లేదా గర్భస్రావం ముగిసిన తర్వాత యాంటీ డి ఇంజెక్షన్ ఇవ్వడం చాలా ముఖ్యం. గర్భం దాల్సిన తర్వాత శిశువు రక్త గ్రూపును బట్టి యాంటీ డి ఇవ్వవచ్చు. ఎల్లప్పుడూ మీ వైద్యుడిని సంప్రదించండి.

ఆఫ్టర్ కోర్ హెల్ప్ లైన్

T: 0333 016 0400

T: (01) 874 0097 (Eire)



T: 0333 004 6666 T: (01) 874 0097 (Eire)

తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు

నేను నా మనసు మార్చుకుంటే?

మీ నిర్ణయానికి సంబంధించి మీకు సందేహం ఉంటే, దయచేసి చింతించకండి. చికిత్స ప్రారంభమయ్యే స్థాయి వరకు మీరు మీ మనసు మార్చుకోవచ్చు. ఏదైనా కారణం చేత మీ నిర్ణయాన్ని నిర్ణయించుకోవడానికి మీకు మరింత సమయం కావాలని మీరు భావిస్తే, దయచేసి మాకు చెప్పండి. శిక్షణ పొందిన కౌన్సెలర్స్ మాట్లాడటం ద్వారా మీరు ప్రయోజనం పొందుతారని మీరు భావిస్తే, మేము మీ కోసం దీన్ని ఏర్పాటు చేస్తాము.

అబార్షన్ చేయించుకోవడం వల్ల భవిష్యత్తులో నేను గర్భం దాల్చుకుండా ఉంటానా?

అబార్షన్ చేయించుకోవడం వల్ల గర్భం దాల్చే మీ సామర్థ్యాన్ని ప్రభావితం చేయకూడదు. వాస్తవానికి, మీ సంతానోత్పత్తి తక్షణమే సాధారణ స్థితికి చేరుకుంటుంది, కాబట్టి మీరు మళ్ళీ గర్భం దాల్చుకుండా నిరోధించడానికి గర్భనిరోధకం ఉపయోగించడం చాలా ముఖ్యం.

అబార్షన్ కి ఎంత ఖర్చవుతుంది?

మీరు ఇంగ్లండ్, వేల్స్ మరియు నార్తర్న్ ఐర్లాండ్లో నివసిస్తుంటే చాలా వరకు అబార్షన్లకు NHS పూర్తిగా నిధులు సమకూరుస్తుంది. మీరు నిధుల కోసం అర్హులో కాదో తెలుసుకోవడానికి దయచేసి మీ స్థానం మరియు GP వివరాలతో మాకు కాల్ చేయండి. మీరు ఇంగ్లాండ్ మరియు వేల్స్ వెలుపల నివసిస్తుంటే, మీరు చికిత్స కోసం చెల్లించవలసి ఉంటుంది.

దయచేసి తాజా ధరల కోసం మా వెబ్సైట్ను చూడండి.

www.nupas.co.uk

నేను ఆ రోజున నాతో ఎవరినైనా తీసుకురావచ్చా?

ఖచ్చితంగా; సన్నిహిత వ్యక్తి లేదా స్నేహితుల మద్దతును పొందడం మీకు ఆ రోజు గడవడానికి సహాయపడుతుందని మీరు తెలుసుకోవచ్చు. వారు మీ సంప్రదింపుల యొక్క కొన్ని భాగాలకు మీతో పాటు రాగలరు, కానీ ఇతర భాగాల సమయంలో మీరు మీ స్వంతంగా ఉండాలి. మీరు మీ ప్రక్రియను చేయించుకునేటప్పుడు, వారిని వెయిటింగ్ రూంకు వెళ్ళమని చెప్తారు, అక్కడ వారు టీవీ చూడవచ్చు. మీరు 16 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్నట్లయితే మరియు చికిత్స సమయమంతా మీకు తోడు ఉండాలనుకుంటే, దయచేసి మా బృందంలోని సభ్యునికి తెలియజేయండి.

గర్భం తాలూకు అవశేషాలు

అబార్షన్ తర్వాత పిండం కణజాలం అవశేషాలకు ఏమి జరుగుతుంది?

పిండం అవశేషాలను పారవేయడం గురించి మీకు నిర్దిష్ట కోరికలు ఉండకపోవచ్చు. ఇది ఇలా ఉంటే, మేము వాటిని సున్నితమైన పద్ధతిలో తొలగిస్తాము. దహన సంస్కారాలకు పంపే ముందు మేము సాధారణంగా క్లినికల్ వ్యర్థాల నుండి వేరుగా ఉన్న అవశేషాలను సేకరించి నిల్వ చేస్తాము. హ్యూమన్ టిష్యూ అథారిటీ మార్గదర్శకాలను http://www.hta.gov.uk/sites/default/files/Guidance_on_the_disposal_of_pregnancy_remains.pdf లో చూడవచ్చు

మీకు చేసిన చికిత్స రకాన్ని బట్టి మీరు పిండం అవశేషాలను తీసుకెళ్లాలని అనుకోని, వాటి కోసం మీ స్వంత ఏర్పాట్లు చేసుకోవచ్చు. ఇందులో ఫైవేట్ సేవ, ఖననం లేదా దహన సంస్కారాలను ఏర్పాటు చేయడం వంటివి ఉండవచ్చు. మీరు అవశేషాలను తీసుకెళ్లాలనుకుంటే, మేము వాటిని అపారదర్శక (మీరు చూడలేము) మరియు నీరు-పోకుండా ఉండే కంటైనర్లో

ఉంచుతాము. అప్పుడు మేము మీ వ్యక్తిగత కేరికలను చర్చించగల అంత్యక్రియల డైరెక్టర్స్ మిమ్మల్ని కలుపవచ్చు.

నాకు చిన్న పిల్లలు ఉన్నారు; నేను వారిని నాతో తీసుకురావచ్చా?

దురదృష్టవశాత్తూ మేము క్లినిక్ వద్ద పిల్లలను అనుమతించము కాబట్టి మీరు మీ అపాయింట్మెంట్ రోజున తప్పనిసరిగా పిల్లల సంరక్షణను ఏర్పాటు చేసుకోవాలి. అలా చేయడంలో విఫలమైతే మీరు మీ అపాయింట్మెంట్ లేదా ట్రీట్మెంట్ ను రీబుక్ చేసుకోవాల్సి ఉంటుంది.

నా చికిత్స గోప్యంగా ఉంచబడుతుందా?

మీ అనుమతి ఉంటే తప్ప మేము మీ వివరాలను ఎవరికీ వెల్లడించము. మేము మీ గోప్యత మరియు గౌరవాన్ని అన్ని సమయాలలో గౌరవిస్తాము. అన్ని సంప్రదింపులు మరియు చికిత్సలు పూర్తిగా గోప్యంగా ఉంటాయి. అయితే, మీరు దుర్వినియోగం లేదా హాని కలిగించే ప్రమాదం ఉందని మేము భావిస్తే, సానిక రక్షణ బృందానికి తెలియజేయడానికి మేము బాధ్యత వహిస్తాము. ఇది మీ రక్షణ కోసమే.

నా సమాచారం ఎలా ఉపయోగించబడుతుంది?

మేము ఆరోగ్య విభాగానికి (చీఫ్ మెడికల్ ఆఫీసర్) అంటే వయస్సు, ప్రాంతం, గర్భాల సంఖ్య మరియు గర్భం దాల్చిన నిర్దిష్ట డేటాను పంపడానికి చట్టబద్ధంగా బాధ్యత వహిస్తాము. HSA4 ఫారమ్ ఆరోగ్య శాఖకు పంపబడుతుంది మరియు ఇది అబార్షన్ నోటిఫికేషన్ ఫారమ్. చట్టబద్ధమైన HSA4 ఫారమ్మోని విషయాలు గర్భస్రావాల గురించి CMOకి తెలియజేయడానికి ఉపయోగించబడతాయి మరియు ఆరోగ్య శాఖ ద్వారా గణాంక ప్రయోజనాల కోసం ఉపయోగించబడతాయి.

మీ వ్యక్తిగత వివరాలు ఏవీ ప్రచురించబడవు మరియు ఆరోగ్య శాఖకు సమర్పించిన డేటా నుండి మిమ్మల్ని గుర్తించడం సాధ్యం కాదు.

ఫీడ్బ్యాక్ మరియు ఫిర్యాదులు

మీ సంరక్షణ మరియు సౌకర్యం మాకు చాలా ముఖ్యమైనవి మరియు మీ సంరక్షణ యొక్క ప్రతి దశ అత్యున్నత ప్రమాణాలకు అనుగుణంగా ఉండేలా మేము కృషి చేస్తాము. మాకు అందించిన అన్ని ఫీడ్బ్యాక్ లను మేము స్వాగతిస్తున్నాము మరియు అందువల్ల, మా సేవ గురించి మీ ఆలోచనలతో మీ చికిత్స ముగింపులో మీకు అందించబడే ఫీడ్బ్యాక్ ఫారమ్ ను పూర్తి చేయడం ద్వారా, మెరుగుదలలను కొనసాగించడంలో మీరు మాకు సహాయం చేస్తారు.

మీరు అధికారికంగా మాకు ఫీడ్బ్యాక్ చేయాలనుకునే లేదా ఫిర్యాదు చేయాలనుకునే సమయం ఉండవచ్చని మేము అర్థం చేసుకున్నాము. మీరు మా సేవ యొక్క ఏదైనా అంశం పట్ల అసంతృప్తిగా ఉంటే మరియు ఫిర్యాదు చేయాలనుకుంటే, దయచేసి:

- సిబ్బందిలో ఒక సభ్యుడితో లేదా క్లినిక్ మేనేజర్తో మాట్లాడండి లేదా

వీరికి ఇ-మెయిల్ పంపండి: enquiries@nupas.co.uk

విచారణ మరియు ఫిర్యాదుకు ప్రతిస్పందన కోసం కాల పరిమితి దాని స్వభావం మరియు సంక్లిష్టతపై ఆధారపడి ఉంటుంది. ఫిర్యాదు స్వీకరించిన తర్వాత, విచారణ నిర్వాహకుడు మిమ్మల్ని సంప్రదిస్తారు, వారు మీతో ఒక కాలపరిమితిని అంగీకరిస్తారు. ప్రతిస్పందనలు సకాలంలో మరియు లేవనెత్తిన సమస్యలకు అనులోమానుపాతంలో ఉన్నాయని మరియు ఫిర్యాదుదారు యొక్క కేరికలకు అనుగుణంగా ఉండేలా ఇది నిర్ధారిస్తుంది.

ఉపయోగకరమైన పరిచయాలు

నుపాస్ క్లినిక్

గర్భం, గర్భనిరోధకం మరియు లైంగిక ఆరోగ్యం గురించి ఎంపికలకు మద్దతు. హెల్ప్ లైన్: 0333 004 6666
వెబ్సైట్: www.nupas.co.uk

NHS ఎంపికలు

లైంగిక ఆరోగ్యం మరియు స్థానిక లైంగిక ఆరోగ్య సేవల గురించి సమాచారం.
వెబ్సైట్: www.nhs.uk

సెక్స్: మాట్లాడదగినది

యువతకు లైంగిక ఆరోగ్య సమాచారం.
హెల్ప్ లైన్: 0300 123 2930
వెబ్సైట్: www.nhs.uk/worhtalkingabout

బ్రూక్

25 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్న యువతకు ఉచిత మరియు రహస్య లైంగిక ఆరోగ్య సలహా మరియు గర్భనిరోధకం.
వెబ్సైట్: www.brook.org.uk

ఫ్యామిలీ ప్లానింగ్ అసోసియేషన్

లైంగిక ఆరోగ్య సమాచారం మరియు గర్భనిరోధకం, లైంగికంగా సంక్రమించే అంటువ్యాధులు, గర్భధారణ ఎంపికలు, అబార్షన్ మరియు గర్భధారణ ప్రణాళిక గురించి సలహా.
వెబ్సైట్: www.fpa.org.uk

గృహ హింస

అన్ని రకాల గృహ వేధింపుల బాధితులకు సహాయం మరియు మద్దతు. హెల్ప్ లైన్: 0808 168 9111
వెబ్సైట్: www.victimsupport.org.uk/domestic/abuse

గమనికలు

T: 0333 004 6666 T: (01) 874 0097 (Eire)

గమనికలు

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

గమనికలు మరియు అపాయింట్మెంట్ వివరాలు

1వ అపాయింట్మెంట్

రోజు:

తేదీ:

సమయం:

2వ అపాయింట్మెంట్

రోజు:

తేదీ:

సమయం:

క్యూంట్రీ చికిత్స సారాంశం

చికిత్స	తేదీ	సమయం	వ్యాఖ్య
1 వ దశ మందులు తీసుకున్నారు (మిథిప్రిస్టోన్)			
2 వ దశ మందులు తీసుకున్నారు (4 మిసోప్రోస్టోల్ మాత్రలు)			
4 గంటల తరువాత మిసోప్రోస్టోల్ యొక్క మిగిలిన 2 అదనపు మాత్రలను తీసుకోండి			
నెప్టి కోసం మాత్రలు తీసుకున్నారు		మాత్రల పేరు:	

రక్తస్రావం నమూనా		
చికిత్స తర్వాత 3 వారాలకు గర్భధారణ పరీక్ష ఫలితం		ఫలితం:
ఏమైనా ఇబ్బందులూ		
NUPAS క్లినిక్ సంప్రదింపు రికార్డు		

