

# కంటెంట్లు

పరిచయం

మీ గర్భధారణ ఎంపికలు	6
మీ సంప్రదింపులు	9
లైంగికంగా సంక్రమించిన ఇన్ఫెక్షన్ (STI) పరీక్ష	11
గర్భనిరోధకం	12
మీ చికిత్స ఎంపికలు	15
ప్రారంభ వైద్య గర్భస్రావం	16
సర్జికల్ అబార్షన్	28
శస్త్రచికిత్సకు ముందు సలహా	36
ఎర్లీ మెడికల్ అబార్షన్ & సర్జికల్ అబార్షన్ ఆప్షన్ కేర్	38
తెలియని ప్రదేశం యొక్క గర్భం (PUL) మరియు ఎక్స్‌పెక్ట్ గర్భం	42
సిరల త్రాంబోఎంబోలిజం (VTE)	45
క్లయింట్లు మరియు సంరక్షకులకు సెప్పిస్ సమాచారం	48
యాంటీ-డి ఇంజెక్షన్	51
తరచుగా అడిగే ప్రశ్నలు	53
అభిప్రాయం మరియు ఫిర్యాదులు	56
ఉపయోగకరమైన పరిచయాలు	57
గమనికలు	58

## విజన్

NUPAS వద్ద మేము కారుణ్య సిబ్బందితో సురక్షితమైన వాతావరణాన్ని అందించడం ద్వారా ఎంచుకునే వ్యక్తి యొక్క హక్కును గౌరవిస్తాము, ఇక్కడ మహిళలు గర్భం, గర్భనిరోధకం మరియు లైంగిక ఆరోగ్య సేవను రద్దు చేయవచ్చు.

## విలువలు

మా క్లయింట్లు మాకు ముఖ్యమైనవి, ఎంచుకునే వారి హక్కును మేము గౌరవిస్తాము మరియు వారికి అన్ని విధాలుగా మద్దతు ఇస్తున్నాము.



మేము చేసే మరియు కమ్యూనికేట్ చేసే ప్రతిదానిలో మేము పారదర్శకంగా మరియు నిజాయితీగా ఉంటాము బహిరంగంగా మరియు నిజాయితీగా.



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




మేము చేసే పని పట్ల శ్రద్ధ మరియు మక్కువ కలిగి ఉంటాము.



మేము మా సిబ్బందికి విలువనిస్తాము మరియు మద్దతు ఇస్తాము.

# అబార్షన్ చేయించుకోవడం

మీరు గర్భస్రావం చేయాలని నిర్ణయం తీసుకున్నట్లయితే, మీరు ఒంటరిగా లేదని గుర్తుంచుకోండి

<p>UKలో ప్రతి సంవత్సరం <b>200,000</b> కంటే ఎక్కువ అబార్షన్లు జరుగుతాయి</p>	<p><b>UK అంతటా 3 మంది</b> మహిళల్లో 1 మంది తమ జీవితకాలంలో అబార్షన్ చేయించుకుంటారు</p> 	<p>ఇంగ్లాండ్, వేల్స్ మరియు స్కాట్లాండ్లలో <b>50 సంవత్సరాలకు పైగా</b> గర్భస్రావాలకు చట్టబద్ధత ఉంది</p>
--	--	---

మీరు గర్భవతిగా ఉండి, మీకు అబార్షన్ సరైన ఎంపిక అని నిర్ణయించుకున్నట్లయితే, దయచేసి మీకు అందుబాటులో ఉన్న విభిన్న ఎంపికల గురించి తెలుసుకోవడానికి ఈ బుక్ లెట్ చదవడానికి సమయాన్ని వెచ్చించండి.

మేము 50 సంవత్సరాలకు పైగా మహిళలకు మా సేవలు మరియు సంరక్షణను అందించాము మరియు గర్భాన్ని ముగించడానికి ఎంచుకునే స్త్రీ హక్కుకు పూర్తిగా మద్దతునిస్తాము మరియు సమర్థించాము.

ఈ బుక్లెట్ మీకు అబార్షన్ చికిత్సల గురించి సమాచారాన్ని అందిస్తుంది మరియు చికిత్స కోసం మీరు మమ్మల్ని సందర్శించినప్పుడు ఏమి జరుగుతుందో మీకు సలహా ఇస్తుంది. సమాచారం ఆధారంగా ఉంటుంది రాయల్ కాలేజ్ ఆఫ్ అబ్సెట్టిషియన్స్ అండ్ గైనకాలజిస్ట్స్ (RCOG), నేషనల్ ఇన్ స్టిట్యూట్ ఫర్ క్లినికల్ ఎక్సలెన్స్ (NICE) మరియు రాయల్ కాలేజ్ ఆఫ్ అనస్థీటిస్ట్స్ (RCOA) అందించే మార్గదర్శకాలపై.

ఆఫ్లర్ గ్రేడ్ హెల్ప్ లైన్

T: 0333 016 0400

T: (01) 874 0097 (Eire)



## అబార్షన్ చట్టం

అబార్షన్ చట్టం 1967 ప్రకారం, UKలో గర్భం దాల్చిన 23 వారాల మరియు 6 రోజుల వరకు అబార్షన్లు చట్టబద్ధం. అసాధారణమైన పరిస్థితులలో 24వ వారం తర్వాత మాత్రమే అబార్షన్లు చేయవచ్చు ఉదా. స్త్రీ జీవితం ప్రమాదంలో ఉంది లేదా పిండం అసాధారణతలు ఉన్నాయి.

గర్భంతో కొనసాగడం కంటే అబార్షన్ చేయడం వల్ల మీ మానసిక లేదా శారీరక ఆరోగ్యానికి తక్కువ హాని కలుగుతుందని ఇద్దరు వైద్యులు అంగీకరించాలని చట్టం పేర్కొంది. ఇద్దరు అంగీకరించిన వైద్యులు తప్పనిసరిగా HSA1 ఫారమ్ అని పిలువబడే చట్టపరమైన ఫారమ్మై సంతకం చేయాలి.

పిండం యొక్క లింగం ఆధారంగా అబార్షన్ చికిత్స అందించడం చట్టవిరుద్ధం.

అబార్షన్లు ఆసుపత్రిలో లేదా ప్రత్యేక లైసెన్స్ పొందిన క్లినిక్లో మాత్రమే నిర్వహించబడతాయి.

## అబార్షన్ అంటే ఏమిటి?

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

అబార్షన్లు పరిగణనలోకి తీసుకోవడం చాలా గందరగోళంగా, ఒత్తిడితో కూడిన మరియు కలత కలిగించే సమయం. మేము దీన్ని అర్థం చేసుకున్నాము మరియు ఈ సమయంలో మీకు సహాయం చేయడానికి మా సంరక్షణ మరియు మద్దతును మీకు అందిస్తామని హామీ ఇస్తున్నాము.

## గోప్యత

మీరు మాతో ఉన్న ఏదైనా పరిచయం 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 రక్షించడం మరియు హాని కలిగించే పెద్దలు

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

# మీ గర్భం ఎంపికలు

మీకు ఉన్న ఎంపికలు:

- గర్భంతో కొనసాగండి;
- గర్భంతో కొనసాగండి మరియు దత్తత లేదా పెంపుడు సంరక్షణను పరిగణించండి;
- అబార్షన్ చేయించుకోండి

## గర్భంతో కొనసాగండి;

మీరు గర్భంతో కొనసాగాలని ఎంచుకుంటే, మీరు తప్పనిసరిగా మీ GPని సంప్రదించాలి లేదా మీరు మంత్రసానిని నేరుగా సంప్రదించవచ్చు (మీ స్థానిక ఆసుపత్రి వెబ్సైట్ చూడండి); వారు మీ గర్భాన్ని నిర్ధారిస్తారు మరియు మీ స్థానిక మంత్రసానితో అపాయింట్మెంట్ 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 GP/ మంత్రసానికి తెలియజేయాలి. ప్రసవనంతర సంరక్షణ మరియు స్థానిక సేవల గురించి మరింత తెలుసుకోవడానికి [www.nhs.uk](http://www.nhs.uk)ని చూడండి

## దత్తత లేదా ఫోస్టర్ కేర్

మీరు అబార్షన్ చేయకూడదనుకుంటే దత్తత తీసుకోవడం మీ కోసం ఎంపిక కావచ్చు. మీరు గర్భంతో కొనసాగుతారు మరియు జన్మనిస్తారు కానీ శిశువును చూసుకోలేరు లేదా దత్తత పూర్తయిన తర్వాత పిల్లలకి ఎటువంటి చట్టపరమైన హక్కులు లేదా బాధ్యతలు ఉండవు.

దత్తతదత్తత మరియు స్థానిక అధికారులచే నిర్వహించబడే అధికారిక ప్రక్రియ మరియు న్యాయస్థానాలచే చట్టబద్ధమైనది. దత్తత చట్టబద్ధమైన తర్వాత నిర్ణయం అంతిమమైనది మరియు మార్చబడదు.

## నేను ఎక్కడ సహాయం పొందగలను?

- మీ GP శస్త్రచికిత్స
- మీ స్థానిక ఆసుపత్రి సామాజిక కార్యకర్త ప్రసూతి సేవల్లో ప్రత్యేకత కలిగి ఉంటారు లేదా దత్తత గురించి చర్చించడానికి మీ స్థానిక సామాజిక సేవల బృందాన్ని సంప్రదించండి
- దత్తత మరియు పెంపకం కోసం బ్రిటిష్ అసోసియేషన్ను సంప్రదించండి - BAAF UK అంతటా దత్తత మరియు పెంపకంలో పాల్గొన్న ప్రతి ఒక్కరితో పనిచేస్తుంది. మీరు వారిని 020 7520 0300 లేదా సంప్రదించవచ్చు

[www.corambaaf.org.uk](http://www.corambaaf.org.uk)

## మీ నిర్ణయం

ఎవరైనా గర్భాన్ని ముగించడానికి ఎంచుకోవడానికి అనేక కారణాలు ఉన్నాయి, కానీ కారణం ఏమైనప్పటికీ, అది ఎల్లప్పుడూ క్లయింట్ యొక్క నిర్ణయంగా ఉండాలి.

అబార్షన్ చేయాలనే మీ నిర్ణయం మీకు వ్యక్తిగతంగా ఉండాలి మరియు మీరు ఒత్తిడికి గురికాకుండా లేదా ఎవరి బలవంతం లేకుండా ఈ నిర్ణయం తీసుకోగలరు. కొందరికి, ప్రణాళిక లేని గర్భం గురించి ఏమీ చేయాలో నిర్ణయించడం కష్టమైన లేదా కలతపెట్టే సమయం కావచ్చు; అన్ని మహిళలు వివిధ మార్గాల్లో ఈ ఈవెంట్ భరించవలసి ఉంటుంది. కొంతమంది మహిళలు గర్భాన్ని ముగించాలనే వారి నిర్ణయంతో నమ్మకంగా ఉంటారు, మరికొందరు అబార్షన్తో ఒప్పందానికి రావడానికి కష్టపడవచ్చు.

## కొన్సెలింగ్

మేము అబార్షన్కు ముందు మరియు తర్వాత రెండు కొన్సెలింగ్లను అందిస్తాము. కొన్సెలింగ్ అపాయింట్మెంట్లు ఫోన్లో జరుగుతాయి. దయచేసి ఇది సంక్షేప సేవ కాదని గుర్తుంచుకోండి, మీ మానసిక ఆరోగ్యం కోసం మీకు తక్షణ సహాయం అవసరమని మేము భావిస్తే, మీరు ప్రత్యేక సేవకు సిఫార్సు చేయబడాలి.

మీరు మీ నిర్ణయం మరియు మీరు అనుభవిస్తున్న 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 కొన్సెలింగ్ కోసం ఏర్పాటు చేస్తాము.



ఆఫ్షర్ షిఫ్ట్ హెల్ప్లైన్

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 అబార్షన్ గురించి మీకు ఏవైనా సందేహాలకు సమాధానం ఇస్తారు.

### క్లినికల్ అసెస్మెంట్

మీ వైద్య, ప్రసూతి మరియు స్త్రీ జననేంద్రియ చరిత్ర గురించి వైద్యుడు మిమ్మల్ని అడుగుతాడు. మీరు వారి ప్రశ్నలకు నిజాయితీగా సమాధానం ఇవ్వడం మరియు మీకు ఏవైనా వైద్య పరిస్థితులు లేదా మీరు తీసుకునే మందుల గురించి మీకు వీలైనంత ఎక్కువ సమాచారం ఇవ్వడం చాలా ముఖ్యం. ఇది మీ భద్రత మరియు చికిత్స కోసం అనుకూలతను నిర్ధారించడం. మీరు తల్లిపాలు ఇస్తున్నట్లయితే దయచేసి వైద్యునికి తెలియజేయండి. మీ సంప్రదింపులు టెలిఫోన్ ద్వారా వైద్యునితో నిర్వహించబడతాయి లేదా మీరు కావాలనుకుంటే ముఖాముఖంగా నిర్వహించబడతాయి, దయచేసి మీరు నిశ్శబ్ద వాతావరణంలో ఉన్నారని నిర్ధారించుకోండి, ఇక్కడ మీరు స్పష్టంగా వినవచ్చు మరియు గోప్యత కోసం ఒంటరిగా ఉండవచ్చు.

మీ సంప్రదింపుల సమయంలో వైద్యుడు లైంగికంగా సంక్రమించే అంటువ్యాధుల కోసం మేము అందించే స్క్రీనింగ్ పరీక్షలను మరియు మీ గర్భనిరోధక ఎంపికలను కూడా చర్చిస్తారు. గర్భనిరోధకం యొక్క ఏ రూపాలు అందుబాటులో ఉన్నాయో మేము మీకు సలహా ఇవ్వగలము. అబార్షన్ తర్వాత కూడా మీరు గర్భం దాల్చవచ్చు కాబట్టి మీరు ఏ రకమైన గర్భనిరోధకాన్ని ఉపయోగించబోతున్నారో పరిగణనలోకి తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం (మీ గర్భనిరోధక ఎంపికల కోసం పేజీ 12 చూడండి).

మీరు గర్భస్రావం ప్రక్రియను అర్థం చేసుకున్నారా అని వైద్యుడు అడుగుతాడు మరియు చికిత్సను స్వీకరించడానికి సమ్మతి ఇవ్వడం గురించి మీరు అర్థం చేసుకున్నారని నిర్ధారిస్తారు.

## అల్ట్రాసౌండ్ స్కాన్

మీ వైద్య, ప్రసూతి మరియు స్త్రీ జననేంద్రియ చరిత్రపై ఆధారపడి మీరు అబార్షన్ కోసం అల్ట్రాసౌండ్ స్కాన్ చేయవలసి రావచ్చు లేదా చేయకపోవచ్చు. అవసరమైతే, మీ గర్భధారణ తేదీని తెలుసుకోవడానికి మరియు మీకు ఏ చికిత్సా ఎంపికలు అందుబాటులో ఉన్నాయో నిర్ణయించడంలో మాకు సహాయపడటానికి మీరు అల్ట్రాసౌండ్ స్కాన్ని కలిగి ఉంటారు. కొన్నిసార్లు మేము పొత్తికడుపు (కడుపు) స్కాన్ ద్వారా చూడడానికి గర్భం చాలా తొందరగా ఉంటుంది కాబట్టి మేము మీ యోనిలోకి చిన్న అల్ట్రాసౌండ్ ప్రోబు చొప్పించాల్సి రావచ్చు. మేము యోని స్కాన్లో గర్భాన్ని చూడలేకపోతే, గర్భం అభివృద్ధి చెందుతుందని మేము ఖచ్చితంగా చెప్పలేము మరియు వైద్యుడు మీతో దీని గురించి మరింత చర్చించి, కొన్ని రోజులలో రెస్కాన్ను ఏర్పాటు చేస్తారు.

మీ గర్భం స్కాన్లో చూడడానికి చాలా తొందరగా ఉండవచ్చు, లేదా ముందస్తు గర్భస్రావం సంభవించి ఉండవచ్చు లేదా గర్భం గర్భాశయం (గర్భం) వెలుపల అభివృద్ధి చెందుతూ ఉండవచ్చు - ఎక్టోపిక్ గర్భం - ఎక్టోపిక్ గర్భం గురించి మరింత సమాచారం మరియు సలహా కోసం పేజీ 42 చూడండి

ఆప్టరైర్ హెల్త్స్

T: 0333 016 0400

T: (01) 874 0097 (Eire)



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

# STI లు - లైంగికంగా సంక్రమించే అంటువ్యాధులు

మీ సంప్రదింపులలో భాగంగా మీకు లైంగికంగా సంక్రమించే ఇన్ఫెక్షన్లు (STIలు) స్క్రీనింగ్ పరీక్షలు అందించబడతాయి. అసురక్షిత యోని సెక్స్, ఓరల్ సెక్స్, అంగ సంపర్కం, సెక్స్ టూల్స్ పంచుకోవడం మరియు సన్నిహిత జననేంద్రియాల ద్వారా STIలు వ్యాపిస్తాయి. అత్యంత సాధారణ లక్షణాలు ఒక STI ఉంది ఎటువంటి లక్షణాలు లేవు... చాలా మందికి తమకు STI ఉందని తెలియదు. చికిత్స చేయకుండా వదిలేస్తే, STIలు పెల్విక్ ఇన్ఫ్లమేటరీ డిసీజ్ లేదా వంధ్యత్వం (పిల్లలను కలిగి ఉండకపోవడం) వంటి దీర్ఘకాలిక సమస్యలకు దారితీయవచ్చు.

## NUPAS వద్ద STI స్క్రీనింగ్

NUPAS దీని కోసం స్క్రీనింగ్ను అందిస్తోంది: క్లమిడియా, గోనోరియా, HIV మరియు సిఫిలిస్ పరీక్షలు త్వరగా మరియు సౌకర్యవంతంగా ఉంటాయి - ఒక శుభ్రముపరచు లేదా మూత్ర పరీక్ష మరియు వేలితో రక్త నమూనా మాత్రమే మనకు అవసరం.

మీకు STI ఉందే లేదే తెలుసుకోవడానికి పరీక్ష చేయించుకోవడమే ఏకైక మార్గం. మీరు అసురక్షిత సెక్స్, ఉంటే, ఇటీవల భాగస్వామిని మార్చుకున్నట్లయితే లేదా మీ భాగస్వామి వేరొకరితో లైంగిక సంబంధం కలిగి ఉండే ప్రమాదం ఉన్నట్లయితే ఇది ప్రత్యేకంగా సిఫార్సు చేయబడింది. నిర్ధారణ అయిన తర్వాత చాలా STI లు యాంటీబయాటిక్స్ చికిత్స చేయడం సులభం. మీరు లైంగికంగా సంక్రమించే ఇన్ఫెక్షన్ కోసం ఇదివరకే పరీక్షలు చేయించుకోవడం లేదా 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, బ్రక్ వంటి నిపుణుల సేవ లేదా మీ GP శస్త్రచికిత్సకు వెళ్లడం ద్వారా కూడా పరీక్షలు మరియు చికిత్సను పొందవచ్చు. స్థానిక సేవల కోసం **NHS ఎంపికల** వెబ్సైట్ను చూడండి: [www.nhs.uk](http://www.nhs.uk)

# గర్భనిరోధకం

మీ సంప్రదింపులో భాగంగా వైద్యుడు మీకు అందుబాటులో ఉన్న గర్భనిరోధక పద్ధతులను చర్చిస్తారు. గర్భస్రావం జరిగిన 5 రోజులలోపు స్త్రీ ఫలదీకరణం చెందుతుంది మరియు గర్భనిరోధకం ఉపయోగించకపోతే మళ్ళీ గర్భం దాల్చవచ్చు. ఎంచుకోవడానికి అనేక గర్భనిరోధక పద్ధతులు ఉన్నాయి కాబట్టి మొదటి రకం మీకు సరిగ్గా లేకుంటే నిలిపివేయవద్దు; మీరు మరొక పద్ధతిని ప్రయత్నించవచ్చు. సరిగ్గా ఉపయోగించినట్లయితే అనేక గర్భనిరోధకాలు 99% కంటే ఎక్కువ ప్రభావవంతంగా ఉంటాయి.

## LARC - లాంగ్ యాక్టింగ్ రివర్సిబుల్

### గర్భనిరోధకం

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

గర్భనిరోధక ఇంప్లాంట్ -ఇంప్లాంట్ అనేది గర్భనిరోధకం యొక్క అత్యంత ప్రభావవంతమైన పద్ధతి. ఇది 99% కంటే ఎక్కువ ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది. వాడిన మొదటి సంవత్సరంలో 1,000 మంది వినియోగదారులలో 1 కంటే తక్కువ మంది గర్భవతి అవుతారు. వాడిన మొదటి సంవత్సరంలో 1,000 మంది వినియోగదారులలో 1 కంటే తక్కువ మంది గర్భవతి అవుతారు. మీరు ఎంచుకుంటే అది త్వరగా తొలగించబడుతుంది మరియు ఒకసారి తీసివేసిన తర్వాత మీ సంతానేత్పత్తి చాలా త్వరగా సాధారణ స్థితికి వస్తుంది.

ఇది ఎలా పని చేస్తుంది: మీ పై చేయి చర్మం కింద ఒక చిన్న, సౌకర్యవంతమైన రాడ్ ఉంచబడుతుంది. ఇది ప్రొజెస్టెరాన్ అనే హార్మోన్ను విడుదల చేస్తుంది. ఇది అండేత్సర్గాన్ని ఆపివేస్తుంది (ఒక గుడ్డును విడుదల చేస్తుంది), శుక్రకణాలు గుడ్డులోకి చేరకుండా ఆపడానికి గర్భాశయ శ్రేష్ఠం మందంగా చేస్తుంది మరియు ఫలదీకరణం చేయబడిన గుడ్డు అమర్చడాన్ని నిరోధించడానికి గర్భాశయం (గర్భం) యొక్క లైనింగ్ను పలుచగా చేస్తుంది.

గర్భాశయ పరికరం (IUD) -రాగి IUD 99% పైగా ప్రభావవంతంగా

ఉంటుంది. 100 IUD వినియోగదారులలో 1 కంటే తక్కువ ఒక సంవత్సరంలో గర్భవతి అవుతుంది. ఒకసారి దానిని అమర్చిన తర్వాత రకాన్ని బట్టి 5-10 సంవత్సరాల పాటు గర్భనిరోధకం కోసం పని చేస్తుంది మరియు మీరు ఎంచుకుంటే త్వరగా బయటకు తీయవచ్చు. IUD తొలగించబడిన వెంటనే మీ సంతానోత్పత్తి సాధారణ స్థితికి వస్తుంది.

ఇది ఎలా పనిచేస్తుంది: ఒక చిన్న, సౌకర్యవంతమైన ప్లాస్టిక్ మరియు రాగి పరికరం గర్భాశయం (గర్భం) లోకి ఉంచబడుతుంది. రాగి స్పెర్మ్ మరియు అండాలును మనుగడ సాగించకుండా ఆపుతుంది. ఇది గుడ్డులోకి స్పెర్మ్ చేరకుండా ఆపడానికి మీ గర్భాశయ శ్లేష్మాన్ని కూడా మారుస్తుంది. ఒక IUD కూడా గర్భాశయంలో ఫలదీకరణ గుడ్డును అమర్చడాన్ని ఆపవచ్చు.

గర్భాశయ వ్యవస్థ (IUS) - IUS 99% పైగా ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది. 100 IUD వినియోగదారులలో 1 కంటే తక్కువ ఒక సంవత్సరంలో గర్భవతి అవుతుంది. ఒకసారి అమర్చిన తర్వాత రకాన్ని బట్టి 3-5 సంవత్సరాల వరకు గర్భనిరోధకంగా ఉపయోగించవచ్చు, కానీ త్వరగా తొలగించవచ్చు. పరికరం తీసివేయబడిన తర్వాత సంతానోత్పత్తి తిరిగి వస్తుంది.

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



అనే హార్వేస్టు 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 ప్రభావవంతంగా ఉంటుందని 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 పైస్ ఒక చిన్న సూదితో మీ తొడ లేదా పొత్తికడుపు ముందు భాగంలో చర్మం క్రింద ఇంజెక్ట్ చేయబడింది.

సయానా పైస్ ఇంట్లో మీరే చేసుకోవచ్చు. ఇది అండేత్సర్గాన్ని ఆపివేస్తుంది (ఒక గుడ్డును విడుదల చేస్తుంది), శుక్రకణాలు గుడ్డులోకి చేరకుండా ఆపడానికి గర్భాశయ శ్లేష్మం మందంగా చేస్తుంది మరియు ఫలదీకరణం చేయబడిన గుడ్డు అమర్చడాన్ని నిరోధించడానికి గర్భాశయం (గర్భం) యొక్క లైనింగ్ను పలుచగా చేస్తుంది.

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

ఈ పద్ధతులన్నీ NUPAS నుండి అందుబాటులో ఉన్నాయి మరియు మా సేవలో భాగంగా మేము ఎంపికలను 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](http://www.nupas.co.uk), లేదా మీ GP ని సందర్శించండి, నర్సు లేదా స్థానిక లైంగిక ఆరోగ్య క్లినిక్ లేదా నిపుణుడు బ్రక్ వంటి క్లినిక్; సందర్శించండి [www.fpa.org.uk/resources](http://www.fpa.org.uk/resources); లేదా [www.sexwise.org.uk/contraception/](http://www.sexwise.org.uk/contraception/)

# మీ చికిత్స ఎంపికలు

ఏ అబార్షన్ మీకు అత్యంత అనుకూలమైనదిగా పరిగణించేటప్పుడు మీకు అనేక ఎంపికలు ఉన్నాయి. మీకు అందుబాటులో ఉన్న అబార్షన్ రకం మీరు ఎన్ని వారాల గర్భవతిగా ఉన్నారనే దానిపై ఆధారపడి ఉంటుంది (దీనిని గర్భధారణ అంటారు) మరియు మీరు కలిగి ఉన్న ఏవైనా వైద్య పరిస్థితులపై ఆధారపడి చికిత్సకు మీ అనుకూలత ఆధారపడి ఉంటుంది. మీ సంప్రదింపుల సమయంలో ఇవి మీతో పూర్తిగా చర్చించబడతాయి మరియు ఎంచుకున్న చికిత్స మీకు తగినదని నిర్ధారించుకోవడానికి మా వైద్య బృందం కూడా సమీక్షిస్తుంది.

## అబార్షన్ రకాలు

### ఎర్లీ మెడికల్ అబార్షన్ (EMA)

(10 వారాలలోపు 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
- స్థానిక మత్తుమందుతో శస్త్రచికిత్స

మీరు ఇంగ్లండ్, స్కాట్లాండ్, వేల్స్ లేదా నివాసి అయితే

ఉత్తర ఐర్లాండ్ గర్భస్రావాలకు సాధారణంగా నిధులు సమకూరుస్తాయి

NHS

# ప్రారంభ వైద్య గర్భస్రావం

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

మొదటి ఔషధం, Mifepristone, గర్భం ముగుస్తుంది. ప్రాజెస్టెరాన్ అనే హార్మోన్ను నిరోధించడం ద్వారా ఇది పనిచేస్తుంది. ప్రాజెస్టెరాన్ లేకుండా, గర్భాశయం యొక్క లైనింగ్ విచ్చిన్నమవుతుంది మరియు గర్భం కొనసాగదు.

రెండవ ఔషధం, మిసోప్రోస్టాల్, గర్భం సంకోచించేలా చేస్తుంది, ఇది తిమ్మిరి, రక్తస్రావం మరియు గర్భస్రావం వంటి గర్భాన్ని కోల్పోయేలా చేస్తుంది.

(NB Misoprostol గర్భధారణలో ఉపయోగించడానికి UK లైసెన్సు కలిగి లేదు, కానీ గర్భధారణను ముగించడానికి ఒక గుర్తింపు పొందిన మరియు ఆమోదించబడిన ఔషధం).

ముందస్తు వైద్య గర్భస్రావం చేయడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలు:

- నాన్-ఇన్వ్యాసివ్ చికిత్స మరియు మత్తుమందు అవసరం లేదు
- అధిక భద్రతా స్థాయిలు
- శస్త్రచికిత్సా క్లినిక్కి వెళ్లడం కంటే చికిత్సను (తరచుగా) స్థానికంగా యాక్సెస్ చేయవచ్చు
- చికిత్సకు ముందు మీరు తినవచ్చు మరియు త్రాగవచ్చు
- గర్భం బహిష్కరించబడినప్పుడు మీరు ఇంట్లోనే ఉండవచ్చు.

## వ్యక్తిగతంగా క్లినిక్లో చికిత్స సేకరించండి (పోస్ట్ ద్వారా మాత్రలు)

క్లినిక్కి హాజరుకాకుండానే (9+6 వారాల గర్భధారణలోపు) గర్భధారణను ముగించడానికి పోస్ట్ ద్వారా మాత్రలు సురక్షితమైన మరియు చట్టబద్ధమైన మార్గం. మీరు పోస్ట్ ద్వారా పిల్చు అనుకూలంగా ఉన్నట్లయితే, మీ సంప్రదింపులను అనుసరించి మీరు మా ఆప్టర్స్ సేవ యొక్క మందులు మరియు వివరాలను ఎలా తీసుకోవాలో పూర్తి సూచనలతో పోస్ట్ మీ EMA చికిత్సను అందుకుంటారు.



**మొదటి టాబ్లెట్ తీసుకోవడం** - మీరు మీ అబార్షన్ టాబ్లెట్లను కలిగి ఉన్న ప్యాకేజీని అందుకుంటారు. మొదటి మరియు రెండవ మాత్రల మధ్య 24-48 గంటలు వదిలివేయడం ముఖ్యం.

నీటితో మొదటి టాబ్లెట్ (మిఫెప్రిస్టాన్) తీసుకోండి.

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

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

మీ ప్యాక్ కూడా కలిగి ఉంటుంది:-

- గర్భనిరోధక కరపత్రం
- కండమ్స్
- గర్భ పరీక్ష కిట్.

## వ్యక్తిగతంగా క్లినిక్లో చికిత్సను సేకరించండి.

ఇది క్లినిక్లో తగ్గుదల కాదు, మీ టెలిఫోన్ సంప్రదింపుల సమయంలో ఏర్పాటు చేయబడిన అపాయింట్మెంట్ మీకు అవసరం.

## ముఖ్యమైన సమాచారం

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

## చట్టపరమైన సమాచారం

ఈ మందులు మీ కోసం సూచించబడ్డాయి.

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.

## ఎర్లీ మెడికల్ అబార్షన్ (ఇంటర్వెల్) - ఇంట్లో రెండవ దశ చికిత్స

మీ టెలిఫోన్ సంప్రదింపుల తర్వాత మీకు అనుకూలమైన క్లినిక్కి హాజరు కావడానికి మీకు అపాయింట్మెంట్ ఇవ్వబడుతుంది. మీరు గర్భధారణ తేదీని నిర్ధారించడానికి అల్ట్రాసౌండ్ స్కాన్ అందించబడతారు మరియు మీరు సరిఅయినట్లయితే, మీకు మైఫెప్రిస్టోన్ మాఖికంగా తీసుకోవడానికి (నీటితో మింగడం) ఇవ్వబడుతుంది.

మీరు Mifepristone తీసుకున్న వెంటనే మీరు క్లినిక్ నుండి నిష్క్రమించగలరు. ఇంట్లో మీ రెండవ దశ చికిత్స కోసం మీరు 6 మిసోప్రోస్టోల్ మాత్రలు మరియు నొప్పి నివారణను అందుకుంటారు.

మధ్య మిసోప్రోస్టోల్ మాత్రలు వేసుకోవాలి  
మైఫెప్రిస్టోన్ తర్వాత 24 - 48 గంటలు  
(మొదటి దశ చికిత్స).

## మీ మిసోప్రోస్టోల్ను ఎలా నిర్వహించాలి

మిసోప్రోస్టోల్ మాత్రలు యోనిలో లేదా చెంప మరియు చిగుళ్ళ మధ్య ఉంచబడతాయి. మరిన్ని వివరాల కోసం దృష్టాంతాలను చూడండి. Misoprostol బలమైన, బాధాకరమైన తిమ్మిరి మరియు కారణమవుతుంది భారీ రక్తస్రావం.

మీ నోటిలో లేదా యోనిలో Misoprostol మాత్రలను చొప్పించే ముందు మరియు తర్వాత నబ్బు మరియు నీటితో మీ చేతులను పూర్తిగా కడగడం ఏ చికిత్సను ప్రారంభించే ముందు ముఖ్యం.

## యోని చొప్పించడం

1

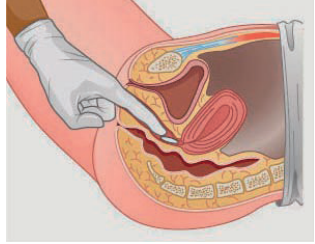
మీ మూత్రాశయాన్ని ఖాళీ చేయండి

2

సబ్బు మరియు నీటిని ఉపయోగించి మీ చేతులను బాగా కడగాలి

3

చొప్పించునాలుగుమాత్రలుమీ యోనిలోకి వీలైనంత ఎక్కువ. టాబ్లెట్ల యొక్క ఖచ్చితమైన స్థానం ముఖ్యమైనది కాదు, ఎందుకంటే అవి బయట పడకుండా ఉంటాయి. వాటిని పైకి నెట్టండివీలైనంత ఎక్కువమీ వేలి కొనతో; వాటిని ఒకేసారి



1 ఇన్సర్ట్ చేయండి లేదా అన్నింటినీ కలిపి. మీరు పడుకున్నప్పుడు, చతికిలబడినప్పుడు లేదా ఒక కాలు పైకి లేపి నిలబడి ఉన్నప్పుడు - ఏది అత్యంత సౌకర్యవంతంగా ఉంటే అది టాబ్లెట్లను ఉంచవచ్చు.

4

4 గంటల తర్వాత, మీకు రక్తస్రావం ప్రారంభమైనా, కాకపోయినా సరే మిగిలిన రెండు మాత్రలను తీసుకోండి. మీ యోని నుండి టాబ్లెట్ పడిపోయినట్లు మీరు గమనించినట్లయితే దయచేసి సలహా కోసం క్లినిక్కి కాల్ చేయండి. ఒక నర్సు/ మంత్రసాని రోజులో 24 గంటలు మాట్లాడేందుకు అందుబాటులో ఉంటారు.

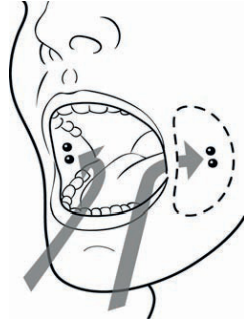
# చెంప మరియు మధ్య నోటిలో గమ్ (బుకాల్)

1

మీ నోటిలో మాత్రలను ఉంచే ముందు నీరు త్రాగటం ద్వారా మీ నోటిని తేమ చేయడం మంచిది, ఎందుకంటే ఇది మాత్రలు కరిగిపోవడానికి సహాయపడుతుంది.

2

స్థలనాలుగుమీ నోటిలో మాత్రలు ఎగువ చెంప మరియు చిగుళ్ళ మధ్య లేదా దిగువ చెంప మరియు గమ్ (ప్రతి వైపు 2) మధ్య ఏది మీకు అత్యంత అనుకూలమైనది మరియు మాత్రలు 30 నిమిషాల పాటు కరిగిపోయేలా అనుమతించండి. 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 కొద్దిగా నీటితో మింగవచ్చు. మాత్రలు అసహ్యకరమైన రుచిని వదిలివేయవచ్చు మీ నోరు.



3

4 గంటల తర్వాత, మీకు రక్తస్రావం ప్రారంభమైనా, కాకపోయినా సరే బాక్స్ పై సూచించిన విధంగా మీరు రెండు టాబ్లెట్ లను తీసుకోండి..

## నొప్పి నివారని

మీరు నొప్పి, తిమ్మిరి మరియు రక్తస్రావాన్ని భారీ పీరియడ్ మాదిరిగానే అనుభవిస్తారు. ఈ విధంగా గర్భం తొలగించబడుతుంది. ఇంట్లో నొప్పి నివారణ మందులు తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. క్లినిక్ నుండి ఇంటికి తీసుకెళ్లడానికి మీకు కొన్ని మందులు ఇవ్వబడతాయి, అయితే మీకు కొన్ని ఇబుప్రోఫెన్ లేదా కో-కోడమాల్ అందుబాటులో ఉండాలని మేము సలహా ఇస్తున్నాము. మీ వైద్య చరిత్ర మరియు సంభాష్య అలెర్జిక్ ఆధారంగా, నర్సు/మిడ్వైఫ్ మీతో మరియు మీ మొదటి చికిత్సతో ఉత్తమ ఎంపికలను చర్చిస్తారు.

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:

- Codeine తీసుకునేటప్పుడు డ్రైవ్ చేయవద్దు లేదా యంత్రాలను ఆపరేట్ చేయవద్దు.
- మీరు గర్భం దాల్చేంత వరకు Misoprostol తీసుకున్న తర్వాత డ్రైవ్ చేయవద్దు మరియు అలా చేస్తే సరిపోతుంది
- ఇంట్లో మద్దతు ఇవ్వడానికి మీతో భాగస్వామి లేదా విశ్వసనీయ పెద్దల సహచరుడు (18 ఏళ్లు పైబడినవారు) ఉండాలని సిఫార్సు చేయబడింది. ఇంట్లో మద్దతు ఇవ్వడానికి మీతో భాగస్వామి లేదా విశ్వసనీయ

# ఎర్లీ మెడికల్ అబార్షన్ మరియు సాధారణ దుప్పుభావాల నుండి ఏమి ఆశించాలి

గర్భస్రావం సాధారణంగా మందులు తీసుకున్న 2-12 గంటల మధ్య జరుగుతుంది. మీరు రక్తస్రావం మరియు రక్తం గడ్డకట్టడాన్ని ఆశించాలి. మీరు మొదటి దశ ఔషధాలను (మిఫెప్రిస్టోన్) తీసుకున్న తర్వాత రక్తస్రావం ప్రారంభించవచ్చు, ఇది జరిగితే, మీరు సూచించిన విధంగా రెండవ దశ ఔషధాలను (మిసోప్రోస్టోల్) తీసుకోవాలి. మీరు 4 వారాల వరకు రక్తస్రావం మరియు ఆఫ్ చేయడం కొనసాగించవచ్చు. మిసోప్రోస్టోల్ తీసుకున్న 7 రోజుల తర్వాత రక్తస్రావం జరగకపోతే, మీరు ఆప్టర్గేర్ లైన్సు ఫోన్ చేసి, వైద్యుడితో మాట్లాడాలి.

కొంతమంది క్లయింట్లు వికారం మరియు/లేదా తలనొప్పి వంటి మందుల నుండి దుప్పుభావాలను అనుభవించవచ్చు. అరుదైన సందర్భాల్లో మీరు ఎర్రబడిన ముఖం లేదా చర్మంపై దద్దుర్లు కలిగి ఉండవచ్చు

- మీరు ఈ లక్షణాలలో దేనినైనా అనుభవిస్తే దయచేసి వెంటనే ఆప్టర్గేర్ లైన్సు సంప్రదించండి.

మిఫెప్రిస్టోన్ టాబ్లెట్ తీసుకున్న 90 నిమిషాలలోపు మీరు వాంతి చేసుకుంటే, దయచేసి క్లినిక్ లేదా ఆప్టర్గేర్ లైన్సు సంప్రదించండి, ఎందుకంటే మీకు పునరావృత మోతాదు అవసరం కావచ్చు.

కొంతమంది ఖాతాదారులకు చికిత్స యొక్క రెండవ దశకు ముందు యొనిలో రక్తస్రావం ఉండవచ్చు. ఇది జరిగితే, దయచేసి సానిటరీ టవల్ ధరించండి, టాంపోన్ ఉపయోగించవద్దు. భారీ కాలానికి సమానమైన రక్తస్రావం ఆమోదయోగ్యమైనది. రక్తస్రావం మీకు సంబంధించినది అయితే, లేదా మీరు మందులకు చెడుగా స్పందించినట్లయితే, వెంటనే క్లినిక్ లేదా ఆప్టర్గేర్ లైన్సు సంప్రదించండి.

Mifepristone యొక్క సాధారణ దుష్ప్రభావాలలో పొత్తికడుపు నొప్పి/ తిమ్మిరి (నొప్పి కొన్నిసార్లు కోడైన్ వంటి బలమైన నొప్పి నివారణ మందులను ఉపయోగించడం అవసరం కావచ్చు), వికారం, వాంతులు, అతిసారం, జ్వరం/చలి (10 లో 1) ఉన్నాయి.

Misoprostol మందులు అతిసారం, బలహీనత, వేడి ఆవిర్భవ మరియు చలికి కారణమవుతాయి. సాధారణంగా ఈ లక్షణాలు కొన్ని గంటల్లో అదృశ్యమవుతాయి. ఈ లక్షణాలు Misoprostol తీసుకున్న తర్వాత 24 గంటల కంటే ఎక్కువ కాలం కొనసాగితే, దయచేసి మమ్మల్ని సంప్రదించండి.

## రక్షస్రావం

రక్షస్రావం మొత్తం మరియు రకం ప్రతి వ్యక్తి మరియు ప్రతి గర్భస్రావం కోసం మారవచ్చు. వైద్య గర్భస్రావం సమయంలో తేలికపాటి, మితమైన లేదా భారీ రక్షస్రావం అనుభవించడం సాధారణం (పేజీ 25లోని చిత్రాలను చూడండి). వైద్యపరమైన అబార్షన్ సమయంలో ప్రతి ఒక్కరూ రక్తం గడ్డకట్టడాన్ని ఆమోదించారు, కానీ అలా చేసే వారికి, గడ్డకట్టడం నిమ్మకాయ కంటే పెద్దదిగా ఉండకూడదు. రక్షస్రావం/తక్కువ రక్షస్రావం (చిత్రం 1) లేదా వరదలు (చిత్రం 5) లేకపోవడం సాధారణం కాదు కాబట్టి మీరు సలహా కోసం 0333 016 0400 ఆఫ్ఫర్కేర్ లైన్కు ఫోన్ చేయాలి:

- మిసోప్రోస్టోల్ తీసుకున్న 24 గంటల తర్వాత, మీకు రక్షస్రావం జరగదు, చుక్కలు కనిపిస్తాయి/ తుడుచుకున్నప్పుడు కణజాలంపై రక్తం మాత్రమే కనిపిస్తుంది (స్కాంట్ చిత్రం 1 చూడండి)
- 2 మ్యాక్సి సైజు శానిటరీ ప్యాడ్లను వరుసగా 2 గంటల పాటు నానబెట్టడం వల్ల మీకు భారీ రక్షస్రావం జరుగుతుంది (భారీ చిత్రం 4)

మీరు విపరీతమైన రక్షస్రావం (వరదలు పడుతున్న చిత్రం 5 చూడండి) మరియు అనారోగ్యంగా అనిపిస్తే 999కి కాల్ చేయండి

సాధారణంగా మందులు ఇచ్చిన 2 గంటల తర్వాత రక్షస్రావం ప్రారంభమవుతుంది. చాలా మంది స్త్రీలు దాదాపు 2-4 గంటల పాటు రక్షస్రావం అవుతుంది. ఇది తేలికపాటి రక్త సప్టంగా ప్రారంభమవుతుంది, కానీ మీరు గర్భస్రావం అయ్యేంత వరకు క్రమంగా బరువు పెరుగుతుంది. మీరు గర్భస్రావం అయిన తర్వాత రక్షస్రావం క్రమంగా తగ్గుతుంది, అయితే మీకు 7-14 రోజుల పాటు రక్షస్రావం (పీరియడ్ మాదిరిగానే) కొనసాగుతుంది.

మీ తదుపరి పీరియడ్ వరకు మీరు శానిటరీ టవల్స్ను ఉపయోగించారని నిర్ధారించుకోండి. సంక్రమణ ప్రమాదం కారణంగా టాంపోన్లను ఉపయోగించవద్దు. శానిటరీ టవల్స్ ఉపయోగించడం వల్ల రక్త నష్టాన్ని ట్రాక్ చేయడం మరియు ఇన్ఫెక్షన్ను నివారించడంలో సహాయపడుతుంది.



1. SCANT - <2.5cm (1 అంగుళాల) మరక



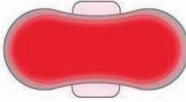
2. కాంతి - 2.5cm - 10cm (1-4 అంగుళాల) మరక



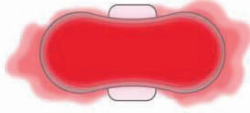
3. డబ్బెల్ - 10-15 సెం.మీ (4-6 అంగుళాలు) మరక



4. భారీ



5. వరదలు



## ప్రమాదాలు/సమస్యలు మరియు వైఫల్యం రేట్లు

ప్రమాదాలు మరియు సాధ్యమయ్యే సమస్యలు మీ సంప్రదింపుల సమయంలో చికిత్స పూర్తిగా చర్చించబడుతుంది.

గర్భస్రావం యొక్క వైద్య పద్ధతి గర్భధారణను ముగించడంలో విఫలమయ్యే చిన్న ప్రమాదాన్ని కలిగి ఉంటుంది. ఈ పరిస్థితులలో ప్రక్రియను పూర్తి చేయడానికి తదుపరి జోక్యం అవసరం యొక్క చిన్న ప్రమాదం ఉంది, అంటే వైద్య గర్భస్రావం తరువాత శస్త్రచికిత్స జోక్యం.

కింది సమస్యలు సంభవించవచ్చు:

- కొంత కణజాలం వెనుకబడి ఉండటంతో సంబంధం ఉన్న అసంపూర్ణ గర్భస్రావం (100కి 1-2 కంటే తక్కువ)
- రక్తమార్పిడి అవసరమయ్యే తీవ్రమైన రక్తస్రావం (1000 కేసులలో 1 కంటే తక్కువ)
- ఇన్ఫెక్షన్ కొన్నిసార్లు సంభవించవచ్చు (100 కేసులలో 1 కంటే తక్కువ)

(RCOG 2022)

## ఇన్ఫెక్షన్

కొన్నిసార్లు చిన్న మొత్తంలో కణజాలం అలాగే ఉండిపోతుంది (గర్భధారణతో బయటకు రాదు) మరియు వ్యాధి సోకవచ్చు. తీవ్రమైన సమస్యలు హెచ్చరిక సంకేతాలను కలిగి ఉంటాయి. మీరు దిగువన ఉన్న ఏవైనా లక్షణాలను అనుభవిస్తే వెంటనే ఆప్టర్కెర్ హెల్ప్‌లైన్ 0333 016 0400కు కాల్ చేయండి:

- అధిక ఉష్ణోగ్రత మరియు/లేదా జ్వరం, ప్లూ వంటి లక్షణాలు లేదా వణుకు అనుభూతి
- 2 గంటల కంటే ఎక్కువ శానిటరీ ప్యాడ్ల ద్వారా గంటకు నానబెట్టే చాలా భారీ రక్తస్రావం ఈ మెత్తలు భారీ ప్రవాహానికి అనుకూలంగా ఉండాలి.
- నొప్పి నివారణ మందులు లేదా హీట్ ప్యాడ్ ఉపయోగించడం ద్వారా కడుపు నొప్పి లేదా అసౌకర్యం.
- అసహ్యకరమైన వాసనతో కూడిన యోని ఉత్సర్గ

50వ పేజీలో సెప్పిస్ సాధనాన్ని చూడండి.

999కి ఫోన్ చేయండి లేదా మీరు కింది లక్షణాలలో దేనినైనా అనుభవిస్తే వెంటనే అంబులెన్స్ కోసం మీ సహాయక వ్యక్తిని ఫోన్ చేయండి:

- గర్భధారణ సమయంలో, ప్రతి 5 - 10 నిమిషాలకు మందపాటి శానిటరీ ప్యాడ్లను నానబెట్టడం మరియు మీ చేతి పరిమాణం కంటే పెద్ద రక్తం గడ్డకట్టడం సాధారణం కాదు మరియు మీరు మీ స్థానిక A&E విభాగానికి హాజరు కావాలి
- స్పృహ కోల్పోవడం
- ముఖం, నోరు, గొంతు వాపు లేదా శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బందులు వంటి తీవ్రమైన అలెర్జిక్ ప్రతిచర్య.


## ఎర్లీ మెడికల్ అబార్సన్ (EMA)

గర్భధారణ (గర్భధారణ దశ)తో సంబంధం లేకుండా మా ఖాతాదారులందరికీ 3 వారాల తర్వాత గర్భ పరీక్షను పునరావృతం చేయాలని మేము సలహా ఇస్తున్నాము. ఆ రోజు మీరు పాస్ చేసే మూత్రం యొక్క మొదటి నమూనాను ఉపయోగించడం చాలా ముఖ్యం. గర్భధారణ పరీక్షకిట్ ఉపయోగం కోసం పూర్తి సూచనలతో మీ ఆప్టర్ కేర్ ప్యాక్లో ఉంది. మీ ఫలితం సానుకూలంగా ఉంటే మీరు వెంటనే క్లినిక్కి సంప్రదించాలి. 0333 016 0400లో మీకు ఏవైనా ఆందోళనలు ఉంటే చర్చించడానికి వారాంతాల్లో మరియు బ్యాంక్ సెలవులతో సహా వైద్య నిపుణులు రోజులో 24 గంటలు అందుబాటులో ఉంటారు.

ఆఫ్ఫర్ యేర్ పాల్వైన్

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 అపరేషన్లు మరియు డే-కేస్ ప్రక్రియలుగా నిర్వహిస్తారు; వారు మీరు రాత్రిపూట ఉండవలసిన అవసరం లేదు.

## మాన్యువల్ వాక్యూమ్ ఆకాంక్ష

ఈ పద్ధతిని గర్భం దాల్చిన 14 వారాల వరకు ఉపయోగించవచ్చు మరియు గర్భాశయం (యోని నుండి గర్భానికి తెరవడం) ద్వారా గర్భాశయంలోకి ట్యూబ్ను పంపడం జరుగుతుంది. సర్జన్ గర్భాన్ని తొలగించడానికి సిరంజి మరియు సున్నితమైన చూషణను ఉపయోగిస్తాడు.

ఈ విధానం చాలా త్వరగా జరుగుతుంది, సాధారణంగా 10-15 నిమిషాలు పడుతుంది. రికవరీ కూడా త్వరగా జరుగుతుంది మరియు మీరు సాధారణంగా కొద్దిసేపు విశ్రాంతి తీసుకున్న తర్వాత క్లినిక్కి వదిలివేయవచ్చు. కొన్ని సందర్భాల్లో, మేము స్థానిక మత్తులో MVAని ఉంచగలము, అయితే ఈ పద్ధతి కంటే తక్కువ ఉన్న మహిళలకు మాత్రమే సిఫార్సు చేయబడింది 10 వారాల గర్భవతి.

## విస్తరణ మరియు తరలింపు (D&E)

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

D&E సాధారణంగా సాధారణ మత్తుమందు (GA) కింద నిర్వహించబడుతుంది. ప్రక్రియ సాధారణంగా 10-20 నిమిషాలు పడుతుంది.

## కింద సర్జికల్ అబార్షన్ కాన్సియస్ సెడేషన్ (CS)

కాన్సియస్ సెడేషన్ (CS) అనేది మీరు విశ్రాంతి తీసుకోవడానికి మరియు వైద్య ప్రక్రియ సమయంలో నొప్పిని నిరోధించడానికి సహాయపడే మందుల కలయిక. ఇది ఆందోళనను తగ్గిస్తుంది మరియు చాలా చిన్న స్త్రీజననేంద్రియ విధానాలకు బాగా సరిపోతుంది. మీ ప్రక్రియ తర్వాత త్వరగా కోలుకోవడానికి మరియు మీ రోజువారీ కార్యకలాపాలకు తిరిగి రావడానికి CS మిమ్మల్ని అనుమతిస్తుంది.

CS కోసం మందులు చేయి లేదా చేతి వెనుక ఉన్న సిర ద్వారా ఇవ్వబడతాయి మరియు మీ పరిశీలనలు ప్రక్రియ అంతటా పర్యవేక్షించబడతాయి. మీ చికిత్స సమయంలో మీరు మెలకువగా ఉంటారు మరియు మీ నర్సు మరియు డాక్టర్లే మాట్లాడగలరు, కానీ మీరు మగతగా భావిస్తారు మరియు తర్వాత చాలా గంటల పాటు అలా కొనసాగించవచ్చు. స్పృహతో కూడిన మత్తును స్వీకరించిన తర్వాత మీరు ప్రక్రియ యొక్క జ్ఞాపకశక్తిని కలిగి ఉండకపోవచ్చు లేదా పరిమితమై ఉండవచ్చు.

గర్భాశయ ముఖద్వారాన్ని తిమ్మిరి చేయడానికి స్థానిక మత్తుమందు ఇవ్వబడుతుంది. మీరు కొంచెం కుట్టినట్లు అనిపించవచ్చు, ఇది ఎక్కువ కాలం ఉండదు. మత్తుమందులు దీనికి సహాయపడతాయి.

సర్జన్ అప్పుడు చికిత్సను నిర్వహిస్తారు, అయితే ఒక నర్సు/మంత్రసాని మిమ్మల్ని నిశితంగా పర్యవేక్షిస్తుంది.

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 డిశ్చార్జ్ చేయబడతారు.

మీ ఇంటికి తోడుగా రావడానికి మరియు మరుసటి రోజు వరకు మీతో ఉండడానికి బాధ్యతాయుతమైన పెద్దలు మీకు ఉండాలని మేము కోరుతున్నాము. మీరు ఏ యంత్రాలను నడపలేరు లేదా ఆపరేట్ చేయలేరు కాబట్టి మీరు ఇంటికి రవాణా చేయడానికి ఏర్పాట్లు చేయాలి.

కాన్షియస్ సెడేషన్లో సంబంధం ఉన్న దుష్పుభావాలు మరియు సమస్యలు చికిత్స కోసం మీ సమ్మతిని పొందే ముందు మీకు పూర్తిగా వివరించబడతాయి.

## స్థానిక మత్తుమందుతో శస్త్రచికిత్స

జనరల్ అనస్థీటిక్ (GA) అనేది నియంత్రిత అపస్మారక స్థితి, ఇక్కడ మీకు నిద్రపోవడానికి మందులు ఇవ్వబడతాయి కాబట్టి మీకు శస్త్రచికిత్స గురించి తెలియదు మరియు ప్రక్రియ జరుగుతున్నప్పుడు నొప్పి అనిపించదు.

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

CS కోసం మందులు చేయి లేదా చేతి వెనుక ఉన్న సిర ద్వారా ఇవ్వబడతాయి మరియు మీ పరిశీలనలు ప్రక్రియ అంతటా పర్యవేక్షించబడతాయి. మీరు మత్తుమందు నిపుణుడిచే నిశితంగా పర్యవేక్షిస్తారు మరియు ఒక నర్సు/మంత్రసాని మొత్తం సమయం మీ పక్కనే ఉంటారు.

## గర్భాశయ పైమింగ్

శస్త్రచికిత్స ద్వారా గర్భస్రావం చేయడానికి ముందు గర్భాశయం (గర్భం యొక్క మెడ) మిఫెప్రిస్టోన్, మిసోప్రోస్టోల్ మరియు దిలాపాన్ అని పిలువబడే శోషక డైలేటర్లతో చికిత్స కోసం సిద్ధం చేయబడుతుంది. మీకు ఈ మందులలో ఒకటి మాత్రమే అవసరం కావచ్చు లేదా మీకు మరింత అవసరం కావచ్చు. ఏది మేము పూర్తిగా వివరిస్తాము మీకు అవసరమైన తయారీ మరియు ఇది ఎప్పుడు మరియు ఎలా అవు తుందిపూర్తి చేయు.

మిఫెప్రిస్టోన్ మరియు మిసోప్రోస్టోల్ మాత్రలు గర్భాశయ ముఖద్వారాన్ని మృదువుగా చేస్తాయి, తద్వారా సులభంగా వ్యాకోచిస్తాయి (తెరవుతాయి). దిలాపాన్ అనేది శస్త్రచికిత్సకు ముందు గర్భాశయంలోకి చొప్పించబడే అగ్నిపుల్ల-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 రోజుల పాటు ప్లాస్ట్ చేసినట్లయితే, వాటిని ఉంచిన తర్వాత మీరు ఇంటికి వెళ్తారు. దిలపాన్ విస్తరిస్తున్నప్పుడు అది తిమ్మిరి లేదా చాలా తక్కువ రక్తస్రావం కలిగిస్తుంది మరియు చాలా అరుదుగా మీ నీరు విరిగిపోతుంది మరియు మీరు గర్భస్రావం వరకు వెళ్ళవచ్చు. కొన్నిసార్లు దిలపాన్ బయట పడవచ్చు. నొప్పి నియంత్రణ గురించి మరియు మీరు ప్రసవాన్ని ప్రారంభించినట్లయితే లేదా మీ నీరు విరిగిపోతే ఏమి చేయాలో మీకు అదనపు సమాచారం అందించబడుతుంది.

**శస్త్రచికిత్స గర్భస్రావాలకు సంబంధించిన ప్రమాదాలు:**

- గర్భాశయానికి నష్టం (1-4: 1000 కేసులు)
- గర్భాశయానికి 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 దయచేసి మేము అద్భుతమైన భద్రతా రికార్డును కలిగి ఉన్నామని మరియు అధిక అర్హత కలిగిన సర్జన్లు, మత్తుమందు నిపుణులు మరియు నర్సులు/మిడ్వైఫ్లను మాత్రమే నియమించుకుంటామని హామీ ఇవ్వండి.

## శస్త్రచికిత్స గర్భస్రావం తరువాత శారీరక శ్రమ.

- మీ శస్త్రచికిత్స గర్భస్రావం తర్వాత మీరు 24-48 గంటల పాటు విశ్రాంతి తీసుకోవడానికి ప్లాన్ చేసుకోవాలి
- స్నానం చేయడం లేదా స్నానం చేయడం, టాంపాస్లు ఉపయోగించడం, వ్యాయామం చేయడం (ఈతతో సహా) మరియు బరువు ఎత్తడం వంటి వాటికి మీరు సుఖంగా ఉన్న వెంటనే మీరు సాధారణంగా సాధారణ కార్యకలాపాలకు తిరిగి రావచ్చు. (nhs.uk, 2022)

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

## గర్భనిరోధకం

ఈ ప్రక్రియలో భాగంగా కాాయిల్స్ లేదా ఇంప్లాంట్లను అమర్చవచ్చు మరియు మీరు ఎంచుకుంటే GA కింద ఉన్నప్పుడే.

## CS/GA మరియు తల్లిపాలు

చేతన మత్తు లేదా సాధారణ 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 తల్లిపాలను పునఃప్రారంభించవచ్చు. మీ శిశువులో అధిక నిద్రపోయే సంకేతాల కోసం చూడండి. మీ ప్రక్రియకు ముందు మీరు పంప్ చేయాలనుకోవచ్చు మరియు చికిత్స తర్వాత తల్లి పాలను అందుబాటులో ఉంచుకోవచ్చు.



## మీ విధానాన్ని అనుసరిస్తోంది

క్లినిక్ నుండి బయలుదేరే ముందు మీ ఆప్టర్ కేర్ ఏర్పాట్లను చర్చించి, మీకు ఆప్టర్ కేర్ ప్యాక్ ఇవ్వబడుతుంది:

- గర్భనిరోధక కరపత్రం
- కండేమ్స్
- మా ఆప్టర్ కేర్ లైన్ కోసం సంప్రదింపు వివరాలు

ఆప్టర్ కేర్ హెల్ప్ లైన్

T: 0333 016 0400

T: (01) 874 0097 (Eire)



## శక్తచికిత్స గర్భస్రావం తర్వాత ఏమి ఆశించాలి.

గర్భం యొక్క దశను బట్టి రక్తస్రావం కొంచెం రక్తస్రావం నుండి మీ అధిక కాలం వరకు మారుతుంది. ఆపరేషన్ తర్వాత 7-14 రోజులకు రక్తస్రావం కావడం సాధారణం మరియు మీరు రెండు రోజుల పాటు చిన్న రక్తం గడ్డకట్టవచ్చు. మార్గదర్శకంగా, మీ స్వంత పీరియడ్లై ఆధారపడి ఉంటుంది - రక్తస్రావం మీ అధిక కాలం కంటే ఎక్కువగా ఉండకూడదు.

మీ గర్భం ప్రారంభంలో ఉంటే (5 - 7 వారాలు) మీకు తక్కువ రక్త నష్టం మాత్రమే ఉండవచ్చు. దీని అర్థం మీ చికిత్స కాదు విఫలమైంది.

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 శానిటరీ టవల్స్ను ఉపయోగించారని నిర్ధారించుకోండి. శానిటరీ టవల్స్ ఉపయోగించడం వల్ల రక్త నష్టాన్ని ట్రాక్ చేయడం 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 వాటికి అలెర్జిక్ లేకపోతే). అయితే కొన్నిసార్లు అబార్షన్ సమయంలో బయటకు రాని కణజాలం యొక్క చిన్న ముక్కలు సోకవచ్చు. తీవ్రమైన సమస్యలు హెచ్చరిక సంకేతాలను కలిగి ఉంటాయి.

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

- అధిక ఉష్ణోగ్రత మరియు/లేదా జ్వరం, ప్లూ వంటి లక్షణాలు లేదా వణుకు అనుభూతి
- 2 గంటల కంటే ఎక్కువ శానిటరీ ప్యాడ్ల ద్వారా గంటకు నానబెట్టే చాలా భారీ రక్తస్రావం. ఈ మెత్తలు భారీ ప్రవాహానికి అనుకూలంగా ఉండాలి.

- నొప్పి నివారణ మందులు లేదా హీట్ ప్యాడ్ ఉపయోగించడం ద్వారా కడుపు నొప్పి లేదా అసౌకర్యం.
- అనవసరమైన వాననతో కూడిన యోని ఉత్సర్గ

50వ పేజీలో సెప్పిస్ సాధనాన్ని చూడండి.

ఆఫ్ఫర్ టో 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 చేయడంలో వైఫల్యం మీ చికిత్స ఆలస్యమైందని లేదా కొన్ని సందర్భాల్లో రద్దు చేయబడిందని అర్థం.

అన్ని సంప్రదింపులు, ముందస్తు వైద్య గర్భస్రావం మరియు శస్త్రచికిత్స గర్భస్రావం కోసం, మీరు ఈ సూచనలను అనుసరించాలి:

- వదులుగా ఉండే, సౌకర్యవంతమైన దుస్తులు ధరించండి
- ఏదైనా సూచించిన మందులు లేదా ఇన్వేలర్ల జాబితాను తీసుకురండి
- మీరు సూచించిన మందులను తీసుకుంటే, మీరు వీటిని సాధారణంగా తీసుకోవడం కొనసాగించాలి
- మీరు క్రింది మందులను సూచించినట్లయితే దయచేసి మమ్మల్ని సంప్రదించండి: ఆస్పిరిన్, వార్పరిన్ లేదా క్లోపిడోగ్రెల్ (ప్లేవిక్స్)
- మీరు శానిటరీ టవల్స్ (టాంపాస్లు కాదు) సరఫరా చేయాలి

సాధారణ మత్తు లేదా చేతన మత్తులో శస్త్రచికిత్స గర్భస్రావం కోసం దయచేసి ఈ అదనపు సూచనలను కూడా అనుసరించండి:

- ప్రక్రియకు 2 గంటల ముందు మాత్రమే ద్రవాలను (నీరు) క్లియర్ చేయండి
- ప్రక్రియకు 6 గంటల ముందు నుండి ఘనపదార్థాలు లేవు
- 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 ముఖం మరియు శరీరం

మొత్తాన్ని తొలగించండి

- కుట్లు, అలంకరణ మరియు గోరు వార్నిష్.
- దయచేసి మీ ప్రక్రియకు ముందు అన్ని కాంటాక్ట్ లెన్సును తీసివేయండి
- మీ శస్త్రచికిత్స ప్రక్రియకు ముందు 48 గంటలలోపు మీరు అనారోగ్యంతో ఉంటే, దయచేసి మీరు రీబుక్ చేయాల్సి ఉంటుంది కాబట్టి దయచేసి క్లినిక్కి సంప్రదించండి.

ఆఫ్ఫీస్ హెల్ప్ లైన్

T: 0333 016 0400

T: (01) 874 0097 (Eire)



# ఎర్లీ మెడికల్ అబార్షన్ & సర్జికల్

## అబార్షన్ ఆఫర్ కేర్

గర్భస్రావం తరువాత, మీరు వీటిని చేయవచ్చు:

- ✓ నొప్పి లేదా అసౌకర్యానికి సహాయం చేయడానికి ఇబుప్రోఫెన్ లేదా పారాసెటమాల్ వంటి నొప్పి నివారణ మందులను తీసుకోండి
- ✓ రక్తస్రావం ఆగే వరకు టాంపాస్ల కంటే సానిటరీ టవల్స్ లేదా ప్యాడ్లను ఉపయోగించండి (మరియు మీరు మీ రక్త నష్టాన్ని పర్యవేక్షించవచ్చు)
- ✓ మీరు సిద్ధంగా ఉన్నట్లు భావించిన వెంటనే సెక్స్ చేయండి, కానీ గర్భస్రావం జరిగిన వెంటనే మీరు సాధారణంగా ఫలవంతం అవుతారు కాబట్టి మీరు మళ్లీ గర్భం దాల్చకూడదనుకుంటే గర్భనిరోధకం ఉపయోగించండి.
- ✓ స్నానం చేయడం లేదా స్నానం చేయడం, టాంపాస్లు ఉపయోగించడం, వ్యాయామం చేయడం (ఈతతో సహా) మరియు బరువు ఎత్తడం వంటి వాటికి మీరు సుఖంగా ఉన్న వెంటనే మీరు సాధారణంగా సాధారణ కార్యకలాపాలకు తిరిగి రావచ్చు. (nhs.uk, 2022)

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

మీరు ఉంటే మాకు కాల్ చేయండి:

! రెండు లేదా అంతకంటే ఎక్కువ గరిష్ట-పరిమాణ శానిటరీ డ్రాఫ్టా నానబెట్టండి గంటకు తువ్వలు, వరుసగా 2 గంటలు (మీరు ఆశించే రక్తస్రావం మొత్తం మరియు రక్తంపై సలహా కోసం పేజీ 25 చూడండి)

! అసాధారణమైన, అసహ్యకరమైన వాసనగల యోనిని అభివృద్ధి చేస్తాయి ఉత్పర్గ

- ❗ 24 గంటల తర్వాత జ్వరం లేదా ప్లూ లాంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి
- ❗ రోగనిర్ధారణ చేయని ఎక్స్‌పిక్ గర్భం (ఉదాహరణకు, దిగువ పొత్తికడుపు నొప్పి ఏకపక్షంగా ఉంటే, పక్కటెముకల క్రింద లేదా భుజాల వరకు వెళితే) సహా తీవ్ర నొప్పిని అభివృద్ధి చేస్తుంది.
- ❗ మెడికల్ అబార్సన్ కోసం మిసోప్రోస్టోల్ తర్వాత 24 గంటలలో రక్తస్రావం జరగదు లేదా సానిటరీ టవల్ లేదా లోదుస్తులపై రక్తాన్ని చుక్కల వేయడం లేదా పూయడం మాత్రమే
- ❗ అబార్సన్ తర్వాత 1 వారం తర్వాత కూడా గర్భవతి అనిపిస్తుంది (RCOG, 2022)

### సెక్స్

మీరు సిద్ధంగా ఉన్నట్లు భావించిన వెంటనే సెక్స్ చేయండి, కానీ ఉపయోగించండి మీరు మళ్ళీ గర్భం పొందకూడదనుకుంటే గర్భనిరోధకం మీరు సాధారణంగా ఒక తర్వాత వెంటనే సారవంతం అవుతుంది గర్భస్రావం (nhs.uk, 2022)

దయచేసి మీ గర్భనిరోధకాన్ని పరిగణించండి  
12వ పేజీలోని ఎంపికలు.

### రొమ్ము అసౌకర్యం మరియు కారడం

మీ చికిత్సకు ముందు మీకు అనారోగ్యం లేదా వికారం ఉంటే లక్షణాలు తగ్గడానికి ఒక వారం లేదా అంతకంటే ఎక్కువ సమయం పట్టవచ్చు. మీరు 2 వారాల తర్వాత కూడా అసౌకర్యాన్ని ఎదుర్కొంటుంటే దయచేసి ఆస్టర్కెర్ లైన్సు సంప్రదించండి.

12 వారాల కంటే తక్కువ గర్భం ఉన్న ఖాతాదారులకు రొమ్ములు కారడం అసాధారణం. మీరు ఆందోళన చెందుతుంటే దయచేసి సలహా కోసం రింగ్ చేయండి. మీ చికిత్సకు ముందు మీకు రొమ్ము అసౌకర్యం ఉంటే, లక్షణాలు తగ్గడానికి ఒక వారం లేదా అంతకంటే ఎక్కువ సమయం పట్టవచ్చు. దయచేసి ఆస్టర్కెర్ లైన్ లేదా మీ స్వంత GPని సంప్రదించండి.

## అనారోగ్యం/వికారం

మీ చికిత్సకు ముందు మీకు అనారోగ్యం లేదా వికారం ఉంటే లక్షణాలు తగ్గడానికి ఒక వారం లేదా అంతకంటే ఎక్కువ సమయం పట్టవచ్చు. మీరు తీసుకున్న మందులు కూడా మీకు అనారోగ్యం కలిగించవచ్చు. అయితే, 2 వారాల తర్వాత ఎటువంటి మెరుగుదల లేకుంటే, దయచేసి ఆప్టర్నల్ లైన్ను సంప్రదించండి.

## డ్రైవింగ్

మీరు సాధారణ మత్తును కలిగి ఉన్నట్లయితే, మీరు కనీసం 48 గంటల పాటు డ్రైవ్ చేయకూడదు. దయచేసి మీ బీమా కంపెనీ తనిఖీ చేయండి. మీరు ప్రమాదంలో చిక్కుకున్నట్లయితే, మీరు మీ బీమా పరిధిలోకి రాకపోవచ్చు.

## UK వెలుపల ప్రయాణం/సెలవులు

మీరు నెగటివ్ ప్రెగ్నెన్సీ టెస్ట్ మరియు 4 వారాల చెక్ అప్ చేసే వరకు ఎక్కడికైనా 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 - ఇది చట్టవిరుద్ధం

గర్భస్రావం మందులు తీసుకోండి

దేశం వెలుపల.

## ప్రక్రియ తర్వాత తనిఖీ

మీరు 4 వారాల వ్యవధిలో చెక్-అప్ చేయించుకోవాలని సూచించారు. చెక్-అప్ మీ స్థానిక గర్భనిరోధకం మరియు లైంగిక ఆరోగ్యం (CASH) క్లినిక్లో లేదా మీ డాక్టర్లో చేయవచ్చు.



## మీ గర్భధారణ పరీక్షను పునరావృతం చేయడం

మీకు ఈఎమ్ఎ(EMA) ఉన్నట్లయితే, చికిత్స విజయవంతమైందని నిర్ధారించుకోవడానికి మీరు తప్పనిసరిగా 3 వారాల్లో గర్భ పరీక్షను రిపీట్ చేయాలి. ఆ రోజు మీరు పాస్ చేసే మూత్రం యొక్క మొదటి నమూనాను ఉపయోగించడం చాలా ముఖ్యం. ప్రెగ్నెన్సీ టెస్ట్ కిట్ మీ ఆప్టర్ కేర్ ప్యాక్లో ఉంటుంది. ఫలితం సానుకూలంగా ఉంటే మీరు వెంటనే క్లినిక్ లేదా ఆప్టర్ కేర్ లైన్సు సంప్రదించాలి మరియు మేము ఫాలో అప్ అపాయింట్మెంట్ను ఏర్పాటు చేస్తాము. తదుపరి అల్ట్రాసౌండ్ స్కాన్ రద్దు చేయడం విఫలమైందని మరియు మీరు ఇంకా గర్భవతిగా ఉన్నారని వెల్లడిస్తే, మీ కోసం శస్త్రచికిత్స ద్వారా గర్భం తొలగించబడవచ్చు. మీరు తీసుకున్న మందులతో సంబంధం ఉన్న ప్రమాదాల కారణంగా మీరు గర్భంతో కొనసాగాలని సిఫార్సు చేయబడలేదు.

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

ఆప్టర్ కేర్ హెల్ప్లైన్

T: 0333 016 0400

T: (01) 874 0097 (Eire)

# తెలియని ప్రదేశం యొక్క గర్భం (PUL) మరియు ఎక్స్‌పిక్ గర్భం

పాజిటివ్ ప్రెగ్నెన్సీ టెస్ట్ అంటే మీరు గర్భవతి అని అర్థం కాని గర్భం చాలా తొందరగా ఉంటే అల్ట్రాసౌండ్ స్కాన్ దాన్ని గుర్తించడం కష్టం.

గర్భధారణ పరీక్ష సానుకూల ఫలితాన్ని చూపించడానికి హార్మోన్ స్థాయి 10mIU/mL మాత్రమే అవసరం కాబట్టి ఇది చాలా సాధారణం. కడుపు/పొత్తికడుపు ద్వారా స్కాన్ చేయడం ద్వారా గర్భం కనుగొనబడటానికి 1500 mIU/mL హార్మోన్ స్థాయి అవసరం. స్కానింగ్ పరికరాలను ఉపయోగించి కనుగొనబడిన తొలి 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 "తప్పుగా" అని అర్థం.

ఎక్స్‌పిక్ ప్రెగ్నెన్సీ 100 గర్భాలలో 1 లో సంభవిస్తుంది కాబట్టి చాలా అరుదు. స్కాన్ ద్వారా కనుగొనడానికి చాలా వరకు గర్భం చాలా తొందరగా/చిన్నదిగా ఉంది. అయితే, మీకు ఎక్స్‌పిక్ ప్రెగ్నెన్సీ ఉందని మీరు అనుకుంటే, మీరు ఎల్లప్పుడూ A&Eని సందర్శించాలి.

## ఎక్స్‌పిక్ గర్భం యొక్క లక్షణాలు ఏమిటి?

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

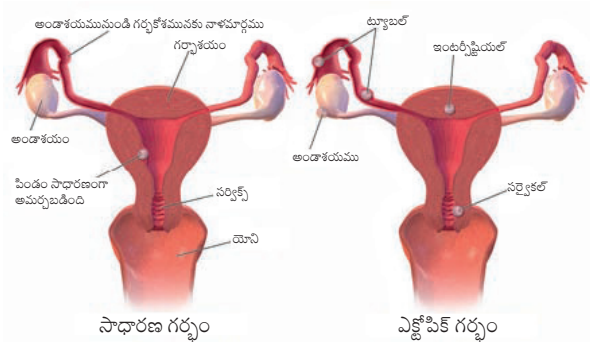
లక్షణాలు కింది వాటిలో ఒకటి లేదా అంతకంటే ఎక్కువ ఉన్నాయి:

- దిగువ ఉదరం (కడుపు) యొక్క ఒక వైపు నొప్పి. ఇది ఒక పదునైన నొప్పి కావచ్చు లేదా నెమ్మదిగా అభివృద్ధి చెందుతుంది, చాలా రోజులలో మరింత తీవ్రమవుతుంది. ఇది తీవ్రంగా మారవచ్చు.
- యోని రక్తస్రావం తరచుగా జరుగుతుంది కానీ ఎల్లప్పుడూ కాదు. ఇది తరచుగా పీరియడ్స్ నుండి ఉన్న రక్తస్రావానికి భిన్నంగా ఉంటుంది. ఉదాహరణకు, రక్తస్రావం సాధారణ కాలం కంటే భారీగా లేదా తేలికగా ఉండవచ్చు. రక్తం ముదురు రంగులో కనిపించవచ్చు. అయితే, రక్తస్రావం ఆలస్యమైనదని మీరు అనుకోవచ్చు.
- విరేచనాలు, మూర్ఛగా అనిపించడం లేదా మలం (మలం) వెళ్ళేటప్పుడు నొప్పిగా ఉండటం వంటి ఇతర లక్షణాలు సంభవించవచ్చు.
- భుజం-చిట్కా నొప్పి అభివృద్ధి చెందుతుంది. పొత్తికడుపులోకి కొంత రక్తం కారడం మరియు డయాఫ్రాగమ్ (శ్వాస తీసుకోవడానికి ఉపయోగించే కండరాలు) చికాకు కలిగించడం దీనికి కారణం.
- తీవ్రమైన నొప్పి లేదా "కూలిపోవడం". రక్తస్రావం ఎక్కువగా ఉన్నందున ఇది అత్యవసరం.
- కొన్నిసార్లు ఎటువంటి హెచ్చరిక లక్షణాలు లేవు (నొప్పి వంటివి) కాబట్టి ఆకస్మిక భారీ అంతర్గత రక్తస్రావం కారణంగా కుప్పకూలడం, కొన్నిసార్లు ఎక్జిజిట్ గర్భం యొక్క మొదటి సంకేతం.

మీరు 7-14 రోజుల మధ్య రెస్కాన్ చేయమని సలహా ఇచ్చినప్పటికీ, ఆ సమయంలో మీరు ఈ లక్షణాలలో దేనినైనా అభివృద్ధి చేస్తే, మీరు తప్పక A&E హాజరు.

# ఎక్కడ ఒక ఎక్స్‌పిక్ చేస్తుంది గర్భం అభివృద్ధి చెందుతుందా?

ఫలదీకరణం చేయబడిన 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 టెల్ఫోన్

T: 0333 016 0400

T: (01) 874 0097 (Eire)



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

# సిరలు

## డ్రాంబోసిస్ ఎంబోలిజం (VTE)

### వీనస్ డ్రాంబోసిస్ అంటే ఏమిటి?

డ్రాంబోసిస్ అనేది రక్తనాళంలో (సిర లేదా ధమని) రక్తం గడ్డకట్టడం. సిరల డ్రాంబోసిస్ సిరలో సంభవిస్తుంది. సిరలు రక్తాన్ని తిరిగి గుండె మరియు ఊపిరితిత్తులకు తీసుకువెళ్లే రక్త నాళాలు అయితే ధమనులు రక్తాన్ని తీసివేస్తాయి.

డీప్ వెయిన్ డ్రాంబోసిస్ (DVT) అనేది కాలు, దూడ లేదా పెల్విస్ యొక్క లోతైన సిరలో ఏర్పడే రక్తం గడ్డకట్టడం.

### నేను ఎందుకు ప్రమాదంలో ఉన్నాను?

గర్భం మీ DVT ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. అయినప్పటికీ, గర్భధారణలో లేదా పుట్టిన తర్వాత మొదటి 6 వారాలలో వెనస్ డ్రాంబోసిస్ ఇప్పటికీ అసాధారణం, 1000 మంది స్త్రీలలో 1-2 మందిలో మాత్రమే సంభవిస్తుంది. మీ గర్భధారణ సమయంలో ఎప్పుడైనా DVT సంభవించవచ్చు.

### DVT ఎందుకు తీవ్రమైనది?

రక్తం గడ్డకట్టడం విరిగిపోతుంది మరియు ఊపిరితిత్తుల వలె శరీరంలోని మరొక భాగంలో చేరే వరకు రక్తప్రవాహంలో ప్రయాణించవచ్చు కాబట్టి సిరల డ్రాంబోసిస్ తీవ్రంగా ఉంటుంది. దీనిని పల్మనరీ ఎంబోలిజం (PE) అని పిలుస్తారు మరియు ఇది ప్రాణాంతకం కావచ్చు.

DVT యొక్క లక్షణాలు కావచ్చు:

- చేయి లేదా కాలు వాపు
- దూడలో నొప్పి లేదా సున్నితత్వం
- పెరిగిన వేడి లేదా చేయి/కాలు ఎర్రబడడం

మీరు ఈ లక్షణాలలో దేనినైనా అనుభవించినట్లయితే మీరు వెంటనే సహాయం తీసుకోవాలి.

DVTని నిర్ధారించడం మరియు చికిత్స చేయడం తగ్గుతుంది పల్మనరీ అభివృద్ధి చెందే ప్రమాదం ఎంబోలిజం (PE).

PE యొక్క లక్షణాలు వీటిని కలిగి ఉండవచ్చు:

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

## DVT/PE నా ప్రమాదాన్ని ఏది పెంచుతుంది?

మీరు ఇలా చేస్తే రక్తం గడ్డకట్టే ప్రమాదం పెరుగుతుంది:

- 35 ఏళ్లు పైబడినవారు
- 30 కంటే ఎక్కువ బాడీ మాస్ ఇండెక్స్ (BMI)తో అధిక బరువు
- ధూమపానం చేసేవాడు
- ఇప్పటికే మూడు లేదా అంతకంటే ఎక్కువ గర్భాలు ఉన్నాయి
- గతంలో సిరల త్రాబోసిస్ కలిగి ఉన్నారు / సిరల త్రాబోసిస్ యొక్క కుటుంబ చరిత్రను కలిగి ఉన్నారు
- గుండె జబ్బులు, ఊపిరితిత్తుల వ్యాధి లేదా ఆర్థరైటిస్ వంటి వైద్య పరిస్థితిని కలిగి ఉండండి
- తీవ్రమైన అనారోగ్య సిరలు బాధాకరమైనవి లేదా మోకాలి పైన ఎరువు/వాపుతో ఉంటాయి
- నిర్ణీతకరణ లేదా తక్కువ మొబైల్ అవ్వండి గర్భం కారణంగా, ఉదాహరణకు, గర్భధారణలో వాంతులు
- ఎక్కువ కాలం లేదా 4 గంటలు లేదా అంతకంటే ఎక్కువ కాలం ప్రయాణించేటప్పుడు (గాలి, కారు లేదా రైలు ద్వారా)

మీరు సిరల త్రంబోసిస్కు ప్రమాద కారకంగా ఉన్నట్లు గుర్తించబడితే, మీరు శస్త్రచికిత్సా ప్రక్రియ కోసం బుక్ చేయబడితే మేము మీకు రక్తం పలుచబడే ఇంజెక్షన్ మరియు కంప్రెషన్ మేజోళ్ళు అందిస్తాము.

ఆఫ్ఫర్ షెల్వైన్

T: 0333 016 0400

T: (01) 874 0097 (Eire)



# కోసం సెప్పిస్ సమాచారం క్లయింట్లు మరియు సంరక్షకులు సెప్పిస్ అంటే ఏమిటి?

సెప్పిస్ అనేది ప్రాణాంతక పరిస్థితి, ఇది దాని స్వంత కణజాలం మరియు అవయవాలను గాయపరిచే ఒక ఇన్ఫెక్షన్లు శరీరం యొక్క ప్రతిస్పందనగా ఉత్పన్నమవుతుంది. సూక్ష్మజీవులు లేదా "జెర్మ్స్" (సాధారణంగా బాక్టీరియా) శరీరంపై దాడి చేయడం వల్ల ఇన్ఫెక్షన్ ఏర్పడుతుంది మరియు ఇది ఒక నిర్దిష్ట శరీర ప్రాంతానికి పరిమితం చేయబడుతుంది (ఉదా. పంటి చీము) లేదా రక్తప్రవాహంలో మరింత విస్తృతంగా వ్యాపిస్తుంది (తరచుగా "సెప్పిసిమియా" లేదా "రక్త విషం").

గుండెపోటులు మరియు స్ట్రోక్ల మాదిరిగానే సెప్పిస్ అనేది వైద్యపరమైన అత్యవసర పరిస్థితి. గుండెపోటు లేదా పక్షవాతం వచ్చిన రోగుల కంటే సెప్పిస్ ఉన్న రోగులు చనిపోయే అవకాశం ఐదు రెట్లు ఎక్కువ. ముందుగానే పట్టుకోవడం, చాలా మంది రోగులకు దృక్పథం మంచిది, 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 రేగ నిర్ధారణ మరియు నిర్వహణ విజయవంతమైన చికిత్సకు చాలా ముఖ్యమైనది.

## నేను ఎందుకు ప్రమాదంలో ఉన్నాను?

సకాలంలో గుర్తించి చికిత్స చేయకపోతే చిన్నపాటి ఇన్ఫెక్షన్లు ("ప్లూ", యూరినరీ ట్రాక్ట్ ఇన్ఫెక్షన్లు, గ్యాస్ట్రోఎంటెరిటిస్, శ్వాసకోశ ఇన్ఫెక్షన్లు మొదలైనవి) నుండి ప్రతి ఒక్కరూ సెప్పిస్ను అభివృద్ధి చేసే ప్రమాదం ఉంది. మీ చికిత్సకు ముందు లేదా తర్వాత మీకు ఏవైనా లక్షణాలు ఉంటే (క్రింద చూడండి), దయచేసి వెంటనే మాకు తెలియజేయండి.



## సెప్పిన్ యొక్క లక్షణాలు

సెప్పిన్ యొక్క లక్షణాలు సాధారణంగా త్వరగా అభివృద్ధి చెందుతాయి మరియు వీటిని కలిగి ఉండవచ్చు:

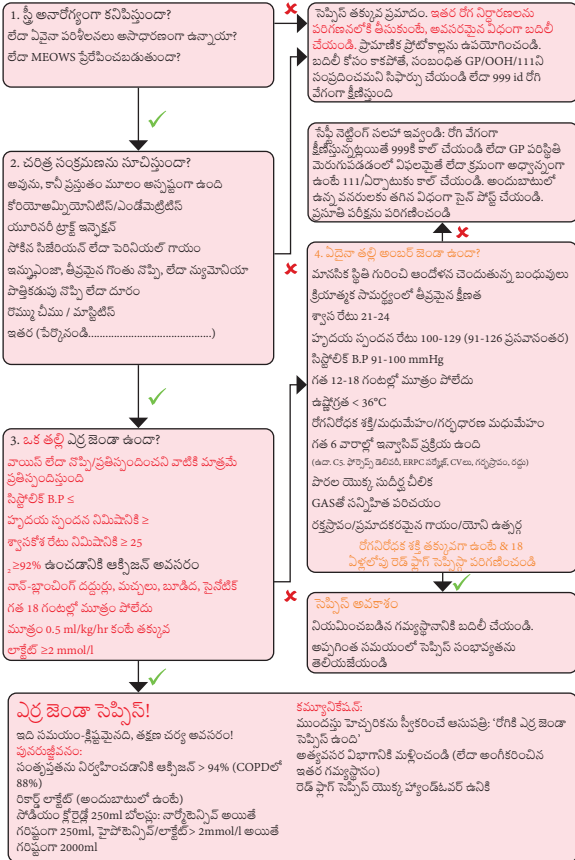
- విపరీతమైన వణుకు మరియు కండరాల నొప్పి.
- దిగువ పొత్తికడుపు/వెనుక నొప్పితో లేదా లేకుండా యోని ఉత్పర్గ మరియు / లేదా క్రమరహిత యోని రక్తస్రావంలో మార్పు.
- మూత్ర విసర్జన చేయకపోవడం (ముందు 12-18 గంటలలో).
- తక్కువ రక్తపోటు, ఇది నిలబడి ఉన్నప్పుడు మైకము అనిపించవచ్చు.
- గందరగోళం లేదా దిక్కుతోచని స్థితి వంటి మానసిక చురుకుదనంలో మార్పు.
- చల్లని, బిగుతుగా మరియు/లేదా మచ్చలు/లేత చర్మం.

గర్భం ముగిసిన మొదటి 6 వారాలలో మీకు ఈ సంకేతాలు/లక్షణాలు ఏవైనా ఉంటే, దయచేసి మా 24 గంటల హెల్ప్ లైన్ నంబర్, మీ GP కి కాల్ చేయండి లేదా అత్యవసర సేవలకు హాజరుకాండి.

## చికిత్స

- సంక్రమణ చికిత్సకు యాంటీబయాటిక్స్. ఇది మూల నియంత్రణ - అంటే చీము లేదా సోకిన గాయం వంటి సంక్రమణ మూలానికి చికిత్స చేయడం.
- మూల నియంత్రణ - అంటే చీము లేదా సోకిన గాయం వంటి సంక్రమణ మూలానికి చికిత్స చేయడం.
- ద్రవాలు - ఇంట్రావీనస్ కాథెటర్ ("డ్రీప్") ద్వారా అవసరం కావచ్చు.
- ఆక్సిజన్ - మీ శ్వాస మరియు/లేదా రక్తపోటు వంటి ముఖ్యమైన అవయవాలు సెప్పిన్ ద్వారా ప్రభావితమైతే, ఊపిరితిత్తులకు కృత్రిమ వెంటిలేషన్ (శ్వాస యంత్రం) వంటి అవయవ మద్దతు కోసం ఇంటెన్సివ్ కేర్ యూనిట్

(ICU)లో చేరడం అవసరం కావచ్చు. , కిడ్నీ సపోర్ట్ (మూత్రపిండ యంత్రం) మొదలైనవి ఇన్నాక్షన్ చికిత్స పొందుతున్నప్పుడు.



# యాంటీ-డి ఇంజెక్షన్ (విధానాల కోసం 10 వారాలు మాత్రమే)

రీసన్ (Rh) రక్త కారకం మెజారిటీ జనాభా యొక్క రక్త సమూహంలో ఉంది. దాదాపు 85% Rh పాజిటివ్ మరియు మిగిలినవి Rh నెగటివ్.

గర్భవతి ఆర్ హెచ్(Rh) నెగిటివ్ అని తేలిన సందర్భాల్లో, గర్భంలో ఉన్న బిడ్డ తండ్రి కూడా ఆర్హెచ్(Rh) పాజిటివ్ గా అయినట్లయితే, పిండం కూడా ఆర్ హెచ్(Rh) పాజిటివ్ అయ్యే అవకాశముంది.. (మేము ఈ దశలో శిశువు యొక్క Rh కారకాన్ని చెప్పలేము).

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

అటువంటి ప్రతిరోధకాలను అభివృద్ధి చేయడానికి అనుమతించిన తర్వాత, అవి భవిష్యత్తులో గర్భం కోసం మరియు బహుశా జీవితం కోసం 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 నెగటివ్ 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 భవిష్యత్తులో ఏవైనా గర్భాలతో సమస్యలను నివారిస్తుంది.

Rh ప్రతికూలంగా ఉండటం గురించి అనవసరంగా ఆందోళన చెందాల్సిన

అవసరం లేదు. Rh ప్రతికూలంగా ఉండటం గురించి అనవసరంగా ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదు. ఇది మీ మొదటి గర్భం అయితే, ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదు. గర్భధారణ సమయంలో అన్ని Rh నెగెటివ్ స్త్రీలు హాస్పిటల్ యాంటెనాటల్ క్లినిక్లలో క్రమం తప్పకుండా తనిఖీ చేయబడతారు మరియు శిశువు యొక్క రక్తాన్ని కూడా తనిఖీ చేస్తారు. శిశువుకు Rh నెగెటివ్ ఉంటే, యాంటీ డి ఇంజెక్షన్ అవసరం లేదు.

భవిష్యత్తులో ఏదైనా గర్భం తప్పనిసరిగా Rh పాజిటివ్గా ఉంటుందని దీని అర్థం 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 దాల్చిన తర్వాత శిశువు రక్తగ్రును బట్టి యాంటీ డి ఇవ్వవచ్చు. ఎల్లప్పుడూ మీ వైద్యుడిని సంప్రదించండి.

ఆఫ్ఫర్ టో 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 తెలియదని భావిస్తే, 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 కౌన్సెలర్లే మాట్లాడటం ద్వారా మీరు ప్రయోజనం పొందుతారని మీరు భావిస్తే, మేము మీ కోసం దీన్ని ఏర్పాటు చేస్తాము.

### అబార్షన్ చేయడం వల్ల భవిష్యత్తులో నేను గర్భం దాల్చుకుండా ఉంటానా?

అబార్షన్ చేయడం 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 నార్త్ ఐర్లాండ్లో నివసిస్తుంటే చాలా వరకు అబార్షన్లు NHS ద్వారా పూర్తిగా నిధులు పొందుతాయి. మీరు నిధుల కోసం అర్హులో కాదే తెలుసుకోవడానికి దయచేసి మీ స్థానం మరియు GP వివరాలతో మాకు కాల్ చేయండి మీరు ఇంగ్లాండ్ మరియు వేల్స్ వెలుపల నివసిస్తుంటే, మీరు చికిత్స కోసం చెల్లించవలసి ఉంటుంది.

తాజా ధరల కోసం దయచేసి మా వెబ్సైటు చూడండి.

[www.nupas.co.uk](http://www.nupas.co.uk)

## నేను రోజు ఎవరినైనా నాతో తీసుకురావచ్చా?

వాస్తవానికి; ప్రియమైన వ్యక్తి లేదా స్నేహితుడి మద్దతు మీకు రోజంతా సహాయపడుతుందని మీరు కనుగొనవచ్చు. వారు మీ సంప్రదింపుల యొక్క కొన్ని భాగాలకు మీతో పాటు వెళ్లగలరు, కానీ ఇతర భాగాల సమయంలో మీరు మీ స్వంతంగా ఉండాలి. మీరు మీ విధానాన్ని కలిగి ఉన్నప్పుడు, వారు టీవీని చూడగలిగే వెయిటింగ్ రూమ్కి మళ్లించబడతారు. మీరు 16 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్నట్లయితే మరియు మీరు చికిత్స మొత్తంలో కలిసి ఉండాలనుకుంటే, దయచేసి మా బృందంలోని సభ్యునికి తెలియజేయండి.

## గర్భం మిగిలి ఉంది

### అబార్షన్ తర్వాత పిండం కణజాలం అవశేషాలకు ఏమి జరుగుతుంది?

పిండం అవశేషాలను పారవేయడం గురించి మీకు నిర్దిష్ట కోరికలు ఉండకపోవచ్చు. ఇది ఇలా ఉంటే, మేము వాటిని సున్నితమైన పద్ధతిలో తొలగిస్తాము. మేము సాధారణంగా వాటిని దహన సంస్కారాలకు పంపే ముందు క్లినికల్ వ్యర్థాల నుండి వేరుగా సేకరించి నిల్వ చేస్తాము. హ్యూమన్ టిష్యూ అథారిటీ మార్గదర్శకాలను ఇక్కడ చూడవచ్చు [http://www.hta.gov.uk/sites/default/files/Guidance\\_on\\_the\\_disposal\\_of\\_pregnancy\\_remains.pdf](http://www.hta.gov.uk/sites/default/files/Guidance_on_the_disposal_of_pregnancy_remains.pdf)

మీరు చేసిన చికిత్స రకాన్ని బట్టి మీరు పిండం అవశేషాలను తీసుకెళ్లాలని అనుకోవచ్చు మరియు వాటి కోసం మీ స్వంత ఏర్పాట్లు చేసుకోండి. ఇది ప్రైవేట్ సేవ, ఖననం లేదా దహన సంస్కారాలను ఏర్పాటు చేయడం వంటివి కలిగి ఉండవచ్చు. మీరు అవశేషాలను తీసుకెళ్లాలనుకుంటే, మేము వాటిని అపారదర్శక (మీరు చూడలేము) మరియు నీరు-పోకుండా ఉండే కంటైనర్లో ఉంచుతాము. మీ వ్యక్తిగత కోరికలను చర్చించగలిగే అంత్యక్రియల డైరెక్టర్ల మేము మిమ్మల్ని సంప్రదించవచ్చు.

## నాకు చిన్న పిల్లలు ఉన్నారు; నేను వాటిని నాతో తీసుకురావచ్చా?

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

## నా చికిత్స గోప్యంగా ఉంచబడుతుందా?

మేము తప్ప మీ వివరాలను ఎవరికీ వెల్లడించము అలా చేయడానికి మీ అనుమతిని కలిగి ఉండండి. 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, స్థానిక 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 ఫారమ్లైని కంటెంట్లు గర్భస్రావాల గురించి CMOకి తెలియజేయడానికి ఉపయోగించబడతాయి మరియు ఆరోగ్య శాఖ ద్వారా గణాంక ప్రయోజనాల కోసం ఉపయోగించబడుతుంది. మీ వ్యక్తిగత వివరాలు ఏవీ ప్రచురించబడవు మరియు ఆరోగ్య శాఖకు సమర్పించిన డేటా నుండి మిమ్మల్ని గుర్తించడం సాధ్యం కాదు.

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

# అభిప్రాయం మరియు ఫిర్యాదులు

మీ సంరక్షణ మరియు సౌలభ్యం మాకు చాలా ముఖ్యమైనవి మరియు మీ సంరక్షణ యొక్క ప్రతి దశ అత్యున్నత ప్రమాణాలకు అందించబడేలా మేము కృషి చేస్తాము. మాకు అందించిన అన్ని అభిప్రాయాలను మేము స్వాగతిస్తున్నాము మరియు అందువల్ల, మా సేవ గురించి మీ ఆలోచనలతో మీ చికిత్స ముగింపులో మీకు అందించబడే ఫీడ్బ్యాక్ ఫారము పూర్తి చేయడం ద్వారా, మెరుగుదలలను కొనసాగించడంలో మీరు మాకు సహాయం చేస్తారు.

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

- సిబ్బంది లేదా క్లినిక్ మేనేజర్తో మాట్లాడండి లేదా

వీరికి ఇ-మెయిల్ పంపండి: [enquiries@nupas.co.uk](mailto:enquiries@nupas.co.uk)

విచారణ మరియు ఫిర్యాదుకు ప్రతిస్పందన కోసం సమయం ఫ్రేమ్ దాని స్వభావం మరియు సంక్లిష్టతపై ఆధారపడి ఉంటుంది. ఫిర్యాదు స్వీకరించిన తర్వాత, విచారణ నిర్వాహకుడు మిమ్మల్ని సంప్రదిస్తారు, వారు మీతో కాలపరిమితిని అంగీకరిస్తారు. ప్రతిస్పందనలు సకాలంలో మరియు లేవనెత్తిన సమస్యలకు అనులోమానుషాంతంలో ఉన్నాయని మరియు ఫిర్యాదుదారు యొక్క కోరికలకు అనుగుణంగా ఉండేలా ఇది నిర్ధారిస్తుంది.



# ఉపయోగకరమైన పరిచయాలు

## నుపాస్ క్షినిక్

గర్భం, గర్భనిరోధకం మరియు లైంగిక ఆరోగ్యం గురించి ఎంపికలకు మద్దతు. హెల్ప్లైన్: 0333 004 6666

వెబ్సైట్: [www.nupas.co.uk](http://www.nupas.co.uk)

## NHS ఎంపికలు

లైంగిక ఆరోగ్యం మరియు స్థానిక లైంగిక సమాచారం ఆరోగ్య సేవలు. వెబ్సైట్: [www.nhs.uk](http://www.nhs.uk)

## సెక్స్: గురించి మాట్లాడటం విలువ

యువకుల కోసం లైంగిక ఆరోగ్య సమాచారం.

హెల్ప్లైన్: 0300 123 2930

వెబ్సైట్: [www.nhs.uk/worthtalkingabout](http://www.nhs.uk/worthtalkingabout)

## బ్రక్

25 సంవత్సరాల కంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్న యువకులకు ఉచిత మరియు రహస్య లైంగిక ఆరోగ్య సలహా మరియు గర్భనిరోధకం.

వెబ్సైట్: [www.brook.org.uk](http://www.brook.org.uk)

## కుటుంబ ప్రణాళిక సంఘం

లైంగిక ఆరోగ్య సమాచారం మరియు గర్భనిరోధకం, లైంగికంగా సంక్రమించే అంటువ్యాధులు, గర్భధారణ ఎంపికలు, అబార్షన్ మరియు గర్భధారణ ప్రణాళికపై సలహా.

వెబ్సైట్: [www.fpa.org.uk](http://www.fpa.org.uk)

## గృహ హింస

బాధితులకు సహాయం మరియు మద్దతు అన్ని రకాల గృహ దుర్వినియోగం. హెల్ప్లైన్: 0808 168 9111

వెబ్సైట్: [www.victimsupport.org.uk/domestic/abuse](http://www.victimsupport.org.uk/domestic/abuse)

# గమనికలు

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....





.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## అపాయింట్మెంట్ వివరాలు

### 1వ అపాయింట్మెంట్

రోజు: .....

తేదీ: .....

సమయం: .....

### 2వ నియామకం

రోజు: .....

తేదీ: .....

సమయం: .....

## ఖాతాదారుల చికిత్స సారాంశం

చికిత్స	తేదీ:	సమయం:	వ్యాఖ్య
1వ దశ తీసుకున్న మందులు (మిథెప్రిస్టోన్)			
2వ దశ తీసుకున్న మందులు (4 మిసోప్రోస్టోల్ మాత్రలు)			
4 గంటల తర్వాత మిగిలిన 2 మిసోప్రోస్టోల్ మాత్రలను అదనంగా తీసుకోండి			
నొప్పి కోసం తీసుకున్న మాత్రలు		టూబైట్ల పేరు:	

రక్షప్తాపం నమూనా		
చికిత్స తర్వాత 3 వారాల గర్భధారణ పరీక్ష ఫలితం		ఫలితం:
ఏమైనా ఇబ్బందులూ		
NUPAS క్లినిక్ రికార్డును సంతృప్తించింది		

