

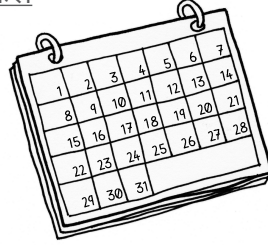
तथ्य-पत्रक : गर्भपात की गोलियों का उपयोग कैसे करें

- 1. सुनिश्चित करें कि आप गर्भवती हैं**
यूरिन प्रेगनेंसी टेस्ट करें।



- 2. अपनी तारीखों की जांच करें**
एक कैलेंडर या एक गर्भावधि आयु कैलकुलेटर का इस्तेमाल करें।

आपके अंतिम पीरियड के पहले दिन से आज तक का समय जोड़ें। दवा द्वारा गर्भपात आपकी अंतिम पीरियड के पहले दिन से 11 सप्ताह तक काम करता है।

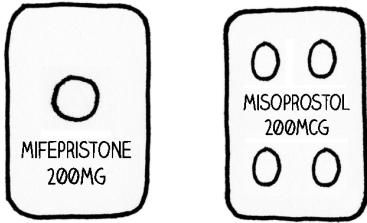


- 3. सुनिश्चित करें कि आपके लिए निम्नलिखित नहीं हैं:**

- आईयूडी उपयोग में (गर्भपात से पहले हटाना होगा)
- स्टेरॉयड से दीर्घकालिक उपचार (नाक, साँस द्वारा, या सामयिक स्टेरॉयड ठीक हैं)
- एक्टोपिक गर्भावस्था (आपके निचले पेट में तेज़ दर्द एक एक्टोपिक गर्भावस्था का संकेत हो सकता है। आपको किसी चिकित्सा प्रदाता से जांच करवानी चाहिए।)
- रक्तस्राव की समस्या या रक्त पतला करने वाली दवा से उपचार (एस्पिरिन ठीक है)

- 4. दवा की गोली**

आपको दो प्रकार की गोलियों की आवश्यकता है। पहली मिफेप्रिस्टोन है। दूसरी मिसोप्रोस्टोल है।



- 5. गोलियां लेने के लिए समय रेखा**

अंतिम पीरियड के बाद से समय → 8 सप्ताह या उससे कम 9-11 सप्ताह

दिन 1	मिफेप्रिस्टोन लें	मिफेप्रिस्टोन लें
दिन 2 (मिफेप्रिस्टोन लेने के 24-48 घंटे बाद)	दर्द की दवा लें ↓ एक घंटा इंतज़ार करें ↓ फिर मिसोप्रोस्टोल की 4 गोलियां लें	दर्द की दवा लें ↓ एक घंटा इंतज़ार करें ↓ फिर मिसोप्रोस्टोल की 4 गोलियां लें ↓ 4 घंटे इंतज़ार करें, उसके बाद मिसोप्रोस्टोल के 4 और गोलियां लें

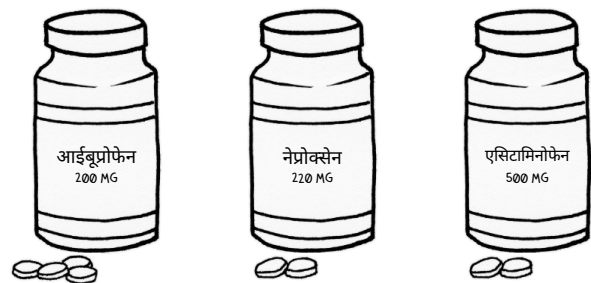
- 6. पहला दिन:
मिफेप्रिस्टोन लें**

एक 200-mg की गोली निगल लें।



- 7. दूसरा दिन:
दर्द की दवा ले**

200-mg आईबूप्रोफेन की अधिकतर चार गोलियां, 220-mg नेप्रोक्सेन की अधिकतर दो गोलियां, या 500-mg एसिटामिनोफेन की अधिकतर दो गोलियां। मिसोप्रोस्टोल से पहले आप इन दर्द की गोलियों में से कोई भी ले सकती हैं। आवश्यक होने पर आप बाद में और दर्द की गोलियां ले सकती हैं - पैकेज पर दिए गए निर्देशों का पालन करें।



8. दूसरा दिन: मिसोप्रोस्टोल का इस्तेमाल करें

• चुनें: गोलियों को अपने गालों के अंदर, अपनी जीभ के नीचे, या अपनी योनि में रखें। यदि आपके राज्य में गर्भपात अपराध है तो आपको गोलियों को अपनी जीभ के अंदर रखनी चाहिए। इस तरह, कोई गोली का टुकड़ा नहीं बचेगा (उस स्थिति में जब आपको मेडिकल जांच की आवश्यकता हो। मिफेप्रिस्टोन लेने के 24-48 घंटे बाद किसी भी समय ऐसा करें। यदि आपके पीरियड होने के बाद नौ सप्ताह से कम समय बीता है, तो केवल चार 200 माइक्रोग्राम मिसोप्रोस्टोल की गोलियां लें। अगर आपका पीरियड 9-11 सप्ताह पहले हुआ था तो आपको चार घंटे बाद चार मिसोप्रोस्टोल गोलियों की दूसरी खुराक लेनी चाहिए।

- मुंह: प्रत्येक गाल के अंदर दो गोलियां रखें या अपनी जीभ के नीचे चार गोलियां रखें। जब तक आपका शरीर दवा को अवशोषित करता है, उन्हें 30 मिनट तक वहां रखें। फिर एक ड्रिंक के साथ गोलियां निगल लें।
- योनि: अपनी योनि में गोलियां रखें। जब तक आपका शरीर दवा को अवशोषित करता है, 30 मिनट तक लेटी रहें। यदि गोलियां 30 मिनट के बाद बाहर गिर जाती हैं, तो उन्हें फेंक दें।
- आपका शरीर 30 मिनट के भीतर गोलियों से दवा को अवशोषित कर लेता है।



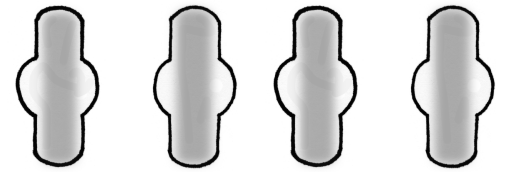
9. रक्तस्राव की उम्मीद है

मिसोप्रोस्टोल के बाद 24 घंटे के भीतर ऐंठन और भारी रक्तस्राव शुरू हो जाना चाहिए। आपको खून के थक्के दिखाई दे सकते हैं। आपको ढीले मल, बुखार या ठंड लग सकती है। यदि आपको ऐंठन और रक्तस्राव नहीं होता है, तो आप 4 और मिसोप्रोस्टोल का इस्तेमाल कर सकती हैं। यदि मिसोप्रोस्टोल का उपयोग करने के बाद आपको रक्तस्राव नहीं होता है तो आपको अपने चिकित्सा प्रदाता से संपर्क करना चाहिए।



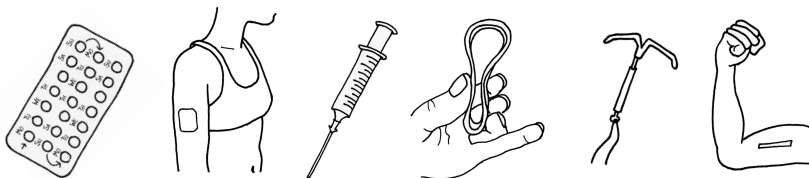
10. कितना रक्तस्राव हद से ज्यादा है?

यदि आप प्रति घंटे दो मैक्सी-पैड भिगो देती हैं, एक पंक्ति में दो घंटे, तो आपको एक चिकित्सा प्रदाता से संपर्क करना चाहिए।



11. जन्म नियंत्रण कब शुरू करें

यदि आप मिफेप्रिस्टोन लेने के 7 दिनों के भीतर प्रत्यारोपण, गोली, पैच, रिंग या शॉट शुरू करती हैं, तो वे तुरंत प्रभावी होते हैं। यदि आपको गोलियां लेने के साथ ही उसी दिन शॉट लेती है तो मिफेप्रिस्टोन थोड़ा कम प्रभावी हो सकता है। यदि आप उन्हें बाद में शुरू करती हैं, तो पहले सात दिनों के लिए कंडोम जैसे बैक-अप तरीके का इस्तेमाल करें। कृपया ध्यान रखें कि शॉट की प्रभावशीलता थोड़ी कम हो सकती है। मिसोप्रोस्टोल के कुछ ही दिनों बाद आपको आईयूडी मिल सकता है।



याद रखें 2 x 2

2 घंटे तक 2 पैड/घंटा बहुत अधिक रक्तस्राव है!