CHN-এ ওষুধের সহায়তায় গর্ভপাত

Community Healthcare Network

একটি ওষুধের সহায়তায় করা গর্ভপাত হল কোনও গর্ভাবস্থার প্রাথমিক পর্যায়ে (11 সপ্তাহের মধ্যে) গর্ভপাত করার একটি নিরাপদ ও কার্যকরী বিকল্প। CHN-এ ওষুধের সহায়তায় করা গর্ভপাত এবং সেক্ষেত্রে আপনার কী কী অভিজ্ঞতা হতে পারে তার ব্যাপারে আরও জানতে এই হ্যান্ডআউটে দেওয়া তথ্যগুলি পড়ুন।

আপনি ভিজিট করার পরে:

ডাক্তার ওষুধের সহায়তায় করা গর্ভপাত, কীভাবে এটি কাজ করে এবং এতে কী কী ঝুঁকি রয়েছে তার ব্যাপারে আপনার সাথে কথা বলবেন। তিনি আপনাকে একটি ওষুধের নির্দেশিকা দেবেন এবং একটি রোগী চুক্তি ফর্ম পড়ে তাতে স্বাক্ষর করতে বলবেন।

শুরু করা যাক:

ওষুধগুলি খাবার আগে, আপনার কাছে ওষুধের সাপ্লাই পর্যাপ্ত আছে কিনা তা নিশ্চিত করে নিন। প্রস্তুত হবার জন্য আপনার কী কী লাগতে পারে তার একটা চেকলিস্ট এখানে দেওয়া হল:

- ______ ম্যাক্সি সাইজের প্যাড কিনুন
- ______ সেঁক দেবার জন্য একটি সেঁক দেওয়ার প্যাড কিনুন বা অপর কোনও ব্যক্তির প্যাড ধার করুন
- ______ আপনার প্রিয় মুখরোচক ও সুস্বাদু খাবার-দাবার সংগ্রহ করে রাখুন
- ______ আরামদায়ক ও ঢিলেঢোলা পোশাক পরুন
- ______ প্রয়োজনে নিতে হতে পারে এমন ব্যথা নিরোধক বা বমিভাব কমানোর ওষুধ সম্পর্কে ডাক্তারকে জিজ্ঞাসা করুন
- ______ স্কুল বা কাজ থেকে ছুটি নেওয়ার দরকার হলে, আপনার ডাক্তারের থেকে পাওয়া নোট স্কুলে বা কর্মস্থলে দেখাতে পারবেন

আপনাকে কী কী ওষুধ খেতে হবে:

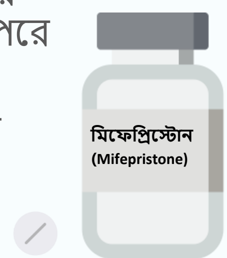
ডাক্তার আপনাকে দু'টি আলাদা ওষুধ দেবেন: মিফেপ্রিস্টোন (Mifepristone) এবং মিসোপ্রোস্টোল (Misoprostol)।

এই ওষুধদুটি যেমনভাবে এবং যেটা যার পরে নেওয়ার দরকার, তেমনভাবেই আপনাকে গ্রহণ করতে হবে। ওষুধ ঠিকমতো কাজ করার জন্য এটি মেনে চলা প্রয়োজন। এই ওষুধগুলি কীভাবে নিতে হবে সে সম্বন্ধে আরও জানতে পরের পৃষ্ঠায় দেওয়া নির্দেশগুলি পড়ুন।

প্রথম দিন:

1টি মিফেপ্রিস্টোন (Mifepristone) বড়ি খান

অফিসে থাকাকালীন আপনাকে এগুলি মুখে দিয়ে গিলে খেতে হবে। বড়িটিকে আপনার জিভের উপরে রাখুন। গিলে ফেলার জন্য এক ঢোঁক জল খান।



আপনি **যে তারিখে ও সময়ে**এই বড়ি খেয়েছেন সেটি লিখে রাখুন।

তারিখ: __________ সময়: ____________

মিফেপ্রিস্টোন (Mifepristone) খাওয়ার পরে, আপনার হয়ত পেট কামড়ে-ধরা যন্ত্রণা এবং যোনিপথ দিয়ে রক্তপাত হতে পারে। আপনার গা গুলানো ভাব বা দুর্বল লাগতে পারে এবং হয়ত বমি বা পাতলা পায়খানা পর্যন্ত হতে পারে।

কোনও যন্ত্রণা বা পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া সবচেয়ে ভালভাবে সামলানোর উপায়গুলি জানতে আপনার ডাক্তারের সঙ্গে কথা বলুন।

- আপনার ডাক্তার হয়ত আপনাকে আইবুপ্রোফেন (Ibuprofen), গা-গুলোনোর মতো অস্বস্তি কাটাবার ওষুধ বা পাতলা পায়খানার জন্য কোনো ওষুধ খেতে বলতে পারেন (বা প্রেসক্রিপশনে লিখে দিতে পারেন।
- বাড়িতে যাওয়ার আগে ওষুধের দোকান বা ক্লিনিক থেকে সাজেস্ট করা ওষুধগুলি নিয়ে নিন।
- কামড়ে-ধরা যন্ত্রণা উপশম করতে, একটি গরম সেঁক দেওয়ার প্যাড ব্যবহার করুন।
- জল খেলে হয়ত আপনার ভাল লাগতে পারে।

আপনি মিফেপ্রিস্টোন (Mifepristone) খাওয়ার 24 - 48 ঘণ্টা পরে:

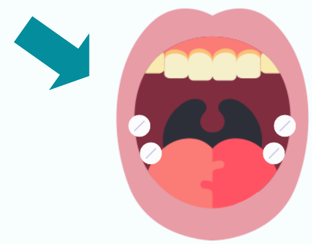
4টি মিসোপ্রোস্টোল (Misoprostol) খান

প্রথম বড়ি খাওয়ার 24-48 ঘন্টা পরে আপনাকে মিসোপ্রোস্টোল (Misoprostol) **নামের দ্বিতীয় একটি ওষুধ খেতে হবে। রক্তপাত হতে থাকলেও আপনাকে অবশ্যই মিসোপ্রোস্টোল (Misoprostol) খেতে হবে।**

ভাল করে খাওয়া-দাওয়া ও বিশ্রাম নেওয়া হলে তবেই কোনও সময় বেছে নিন। পেট কামড়ে-ধরা যন্ত্রণার জন্য, মিসোপ্রোস্টোল (Misoprostol) খাওয়ার 1 ঘন্টা আগে 1টি আইবুপ্রোফেন (Ibuprofen) বড়ি খান।

দাঁত ও গালের মাঝখানে 2টি বড়ি (মোট 4টি বড়ি) রাখুন। **30 মিনিট** অপেক্ষা করুন।

বড়ির অবশিষ্টাংশ গিলে ফেলতে**জল খান।**



যদি আপনার গর্ভাবস্থা 9-11 সপ্তাহের হয়, তাহলে আপনাকে মিসোপ্রোস্টোলের (Misoprostol) আর একটি ডোজ খেতে হবে। 4 ঘণ্টা অপেক্ষা করুন। আপনার হাত ধুয়ে নিন। আপনার গালে আরও 4টি মিসোপ্রোস্টোল (Misoprostol) রাখুন। 30 মিনিট গালের মধ্যে সেগুলি রাখুন এবং তারপর জল দিয়ে সেগুলি গিলে ফেলুন।

এই ওষুধগুলি খাওয়ার পর কী কী হতে পারে ও ফলো-আপের সময় কীভাবে নিজের যত্ন নেবেন সে সম্পর্কে জানতে, আমাদের**ওষুধের সহায়তায় করা গর্ভপাতের** পরে হ্যান্ডআউটটি পড়ুন।