ਘਰ ਵਿੱਚ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਵੇਲੇ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰਨੀ ਹੈ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਦਵਾਈ ਨਾਲ ਗਰਭਪਾਤ ਕਰਵਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇੱਥੇ ਧਿਆਨ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕੁਝ ਗੱਲਾਂ ਹਨ। ਗਰਭਪਾਤ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ ਨੂੰ ਅਕਸਰ ਗਰਭਪਾਤ ਦੀ ਗੋਲੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਸਿਰਫ਼ 1 ਗੋਲੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ 2 ਦਵਾਈਆਂ, ਮਾਈਫੇਪ੍ਰਿਸਟੋਨ ਅਤੇ ਮਿਸੋਪ੍ਰੋਸਟੋਲ ਲੈਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਦੋਵੇਂ ਦਵਾਈਆਂ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ Mifegymiso® ਦੇ ਬ੍ਰਾਂਡ ਨਾਮ ਹੇਠ ਵਿਕਰੀ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹਨ, ਜੋ ਸਿਰਫ਼ ਤਾਂ ਹੀ ਵਰਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਆਖਰੀ ਮਾਹਵਾਰੀ 63 ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਈ ਸੀ।

ਦਵਾਈਆਂ ਕਿਵੇਂ ਲੈਣੀਆਂ ਹਨ

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨੂੰ ਪ੍ਰਿਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਉਹ ਦੋਵੇਂ ਦਵਾਈਆਂ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਦੱਸ ਸਕਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਦੋਂ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ ਲੈਣਾ ਹੈ।

ਦਵਾਈਆਂ ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ?

ਮਾਈਫੇਪ੍ਰਿਸਟੋਨ ਪਹਿਲੀ ਦਵਾਈ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਲੈਂਦੇ ਹੋ। ਇਹ ਪ੍ਰੋਜੇਸਟ੍ਰੋਨ ਨੂੰ ਰੋਕ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਪ੍ਰਜੇਸਟ੍ਰੋਨ ਨੂੰ ਬਲੌਕ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਹ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਅੰਤ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਮਾਈਫੇਪ੍ਰਿਸਟੋਨ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਲੱਛਣ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ, ਇਸ ਕਰਕੇ ਇਸਨੂੰ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਇਦ ਕੁਝ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰੋਗੇ।

ਮਿਸੋਪ੍ਰੋਸਟੋਲ ਦੂਜੀ ਦਵਾਈ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਮਾਈਫੇਪ੍ਰਿਸਟੋਨ ਤੋਂ 24-48 ਘੰਟੇ ਬਾਅਦ ਲੈਂਦੇ ਹੋ। ਮਿਸੋਪ੍ਰੋਸਟੋਲ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਸੁੰਗੜਨ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦਾ ਮੂੰਹ ਖੋਲਦੀ ਹੈ , ਜਿਸ ਨਾਲ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਗੋਲੀਆਂ ਲੈਣ ਦੇ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ ਯੋਨੀ ਵਿੱਚੋਂ ਖੂਨ ਨਿਕਲਣਾ ਅਤੇ ਕੜਵੱਲ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ । ਇਸ ਵੇਲੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹੀ ਥਾਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਿੱਥੇ ਤੁਸੀਂ ਆਰਾਮ ਕਰ ਸਕੋ।

ਦਵਾਈਆਂ ਕਿਵੇਂ ਲੈਣੀਆਂ ਹਨ

ਮਾਈਫੇਪ੍ਰਿਸਟੋਨ ਦੀ ਗੋਲੀ ਨੂੰ ਇੱਕ ਗਲਾਸ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਨਿਗਲ ਕੇ ਲਓ।

ਆਪਣੀਆਂ ਗੱਲ੍ਹਾਂ ਅਤੇ ਮਸੂੜਿਆਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਰੱਖ ਕੇ 4 **ਮਿਸੋਪ੍ਰੋਸਟੋਲ** ਗੋਲੀਆਂ ਲਓ; ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ 30 ਮਿੰਟਾਂ ਲਈ ਉਸੇ ਥਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਬਚੇ ਹੋਏ ਟੁਕੜਿਆਂ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਨਿਗਲ ਲਓ।

ਲੱਛਣ	ਆਮ ਸਮਾਂ ਸੀਮਾ	ਇਸ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸੰਭਾਲਣਾ ਹੈ
ਮਤਲੀ, ਉਲਟੀਆਂ ਅਤੇ ਦਸਤ	ਮਿਸੋਪ੍ਰੋਸਟੋਲ ਲੈਣ ਤੋਂ ਤੁਰੰਤ ਬਾਅਦ ਅਤੇ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਤਕ ਉਲਟੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।	• ਮਿਸੋਪ੍ਰੋਸਟੋਲ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇੱਕ ਉਲਟੀ ਰੋਕਣ ਵਾਲੀ ਦਵਾਈ (ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ, ਡਾਇਮੇਨਹਾਈਡ੍ਰੀਨੇਟ) ਲਓ ਅਤੇ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਬਾਥਰੂਮ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦੇ ਹੋ । • ਜੇਕਰ ਮਾਈਫੇਪ੍ਰਿਸਟੋਨ ਲੈਣ ਤੋਂ 1 ਘੰਟੇ ਤੋਂ ਘੱਟ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਜਾਂ ਮਿਸੋਪ੍ਰੋਸਟੋਲ ਲੈਂਦੇ ਸਮੇਂ ਉਲਟੀਆਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ। • ਜੇਕਰ ਮਿਸੋਪ੍ਰੋਸਟੋਲ ਦੇ ਬਚੇ ਹੋਏ ਛੋਟੇ ਟੁਕੜਿਆਂ ਨੂੰ ਨਿਗਲਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਲਟੀਆਂ ਆਉਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਕਾਰਵਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜੋ ਕਿ 30 ਮਿੰਟਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਥਾਂ 'ਤੇ ਰੱਖੇ ਗਏ ਸਨ।
ਦਰਦ ਅਤੇ ਕੜਵੱਲ	ਲੱਛਣ ਮਿਸੋਪ੍ਰੋਸਟੋਲ ਲੈਣ ਦੇ 4 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ । ਕੜਵੱਲ ਅਕਸਰ ਖੂਨ ਵਗਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਅਕਸਰ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਕੜਵੱਲ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤੀਬਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।	• ਹੀਟਿੰਗ ਪੈਡ ਜਾਂ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀ ਬੋਤਲ ਆਰਾਮ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। • ਪੈਕੇਜ 'ਤੇ ਦੱਸੇ ਅਨੁਸਾਰ ਕਾਊਂਟਰ ਤੇ ਮਿਲਣ ਵਾਲਿਆਂ (OTC) ਈਬੋਪਰੋਫਿਨ ਜਾਂ ਨੈਪਰੋਕਸਿਨ ਲਓ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਪ੍ਰਿਸਕ੍ਰਿਪਸ਼ਨ ਵਾਲੀ ਦਰਦ ਦੀ ਦਵਾਈ ਲਓ ।
ਯੋਨੀ ਵਿਚੋਂ ਖੂਨ ਨਿਕਲਣਾ	ਮਿਸੋਪ੍ਰੋਸਟੋਲ ਲੈਣ ਦੇ 30 ਮਿੰਟਾਂ ਤੋਂ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਤੱਕ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ; ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 2-4 ਘੰਟਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ। ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੀ 2-3 ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਮਿਆਦ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਭਾਰੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਅੰਗੂਰ ਦੇ ਆਕਾਰ ਦੇ ਖੂਨ ਦੇ ਥੱਕੇ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।	• ਦਵਾਈਆਂ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵੱਡੇ ਮਾਹਵਾਰੀ ਪੈਡ ਲਗਾਓ । ਮਾਹਵਾਰੀ ਕੱਪ ਜਾਂ ਟੈਂਪੋਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਾ ਕਰੋ। • ਹਲਕੇ ਖੂਨ ਵਹਿਣ ਲਈ ਪਤਲੇ ਲਾਈਨਰ ਪੈਡ ਲਗਾਓ; ਇਲਾਜ ਤੋਂ ਬਾਅਦ 30 ਦਿਨਾਂ ਤੱਕ ਖੂਨ ਵਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ।
ਚੱਕਰ ਆਉਣੇ ਅਤੇ ਕਮਜ਼ੋਰੀ	ਘੱਟ ਸਮੇਂ ਲਈ; ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ।	• ਆਰਾਮ ਕਰੋ ਅਤੇ ਗੱਡੀ ਜਾਂ ਮਸ਼ੀਨਰੀ ਨਾ ਚਲਾਓ।
ਸਿਰ ਦਰਦ	ਘੱਟ ਸਮੇਂ ਲਈ; ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ।	• OTC ਈਬੋਪਰੋਫਿਨ ਜਾਂ ਨੈਪਰੋਕਸਿਨ ਕੁਝ ਆਰਾਮ ਦੇ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।
ਛਾਤੀ ਦਾ ਨਰਮ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਹੋਣਾ	1-2 ਹਫ਼ਤੇ।	• ਆਈਸ ਪੈਕ ਅਤੇ ਇੱਕ ਸਹਾਇਕ ਬ੍ਰਾ ਬੇਅਰਾਮੀ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਦੇ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਲੱਛਣ ਇੱਕ ਮੈਡੀਕਲ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਬਣ ਜਾਂਦੇ ਹਨ

ਲੱਛਣ	ਸਮਾਂ ਸੀਮਾ
• ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਦਰਦ ਜਾਂ ਬੇਅਰਾਮੀ, ਬੀਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ - ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਕਮਜ਼ੋਰੀ, ਮਤਲੀ, ਉਲਟੀਆਂ, ਦਸਤ (ਬੁਖਾਰ ਦੇ ਨਾਲ ਜਾਂ ਬਿਨਾਂ)	• ਮਿਸੋਪ੍ਰੋਸਟੋਲ ਲੈਣ ਤੋਂ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ
• ਭਾਰੀ ਖੂਨ ਵਹਿਣਾ; 2 ਮੋਟੇ, ਪੂਰੇ ਆਕਾਰ ਦੇ ਮਾਹਵਾਰੀ ਪੈਡਾਂ ਨੂੰ ਸੋਖਣ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਹੈ ਜਾਂ • ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਭਾਰੀ ਖੂਨ ਵਹਿਣਾ	• ਲਗਾਤਾਰ 2 ਘੰਟਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਲਈ ਹਰ ਘੰਟੇ ਪੈਡ ਦਾ ਭਰਨਾ • 2 ਘੰਟਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਲਈ ਨਿੰਬੂ ਦੇ ਆਕਾਰ ਦੇ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਦਾ ਆਉਣਾ • 16 ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਭਾਰੀ ਖੂਨ ਨਿਕਲਣਾ
• ਅਸਧਾਰਨ ਯੋਨੀ ਡਿਸਚਾਰਜ	• ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ
• ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਦਰਦ ਅਤੇ ਕੜਵੱਲ	• 16 ਦਿਨਾਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਦਰਦ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਜਾਂ ਕੜਵੱਲ ਨਾਲ ਦਰਦ ਤੋਂ ਆਰਾਮ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ
• ਬੁਖਾਰ >38°C ਅਤੇ ਠੰਢ ਲੱਗਣਾ	• 6 ਘੰਟੇ ਜਾਂ ਉਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਹੋਣ ਵਾਲਾ

Canadian Pharmacists Association / Association des pharmaciens du Canada

ਵਿੱਤੀ ਯੋਗਦਾਨ:
Health Canada / Santé Canada

CART-GRAC
Contraception and Abortion Research Team / Groupe de recherche sur l'avortement et la contraception

THE CART ACCESS PROJECT

ਇੱਥੇ ਪ੍ਰਗਟਾਏ ਗਏ ਵਿਚਾਰ ਹੈਲਥ ਕੈਨੇਡਾ ਦੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ।