

## กรุณาอ่านคำแนะนำต่อไปนี้อย่างละเอียด และปฏิบัติตาม

### สำหรับ 24 ชั่วโมงแรกหลังการทำแท้ง

ห้ามขับขีเยี่ยวพาหนะ ลงชื่อในเอกสารทางกฎหมาย หรือควบคุมเครื่องจักรจนกระทั่งวันรุ่งขึ้นต่อจากวันวางยาสลบ

เริ่มทานยาปฏิชีวนะที่สั่งให้ (จะต้องทานตอนกลางระหว่างรับประทานอาหาร เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดอาการคลื่นไส้)

หากท่านจะทานยาคุมกำเนิด ควรเริ่มทานวันที่เข้ารับการทำแท้งหรือในวันรุ่งขึ้น ยาส่วนมากจะยังไม่ออกฤทธิ์จนกระทั่งทานไปแล้วเป็นเวลาอย่างน้อย 2 สัปดาห์

### สำหรับสองสัปดาห์แรกหลังการทำแท้ง

ท่านควรหลีกเลี่ยงการออกกำลังกายหนักหรือยกของหนัก แต่ออกกำลังกายแบบแอโรบิก โยคะ และการวิ่งจ็อกกิ้งได้

ทานยาปฏิชีวนะทุกตัวที่สั่งให้อย่างต่อเนื่อง (ทานตอนกลางระหว่างรับประทานอาหาร)

เพื่อหลีกเลี่ยงการติดเชื้อ (ซึ่งอาจเป็นเหตุให้เกิดการเป็นหมันหรือการเจ็บป่วยอย่างรุนแรงได้หากไม่ได้รับการรักษา)

- ห้ามมีการร่วมประเวณี
- ห้ามว่ายน้ำหรือแช่ในอ่างอาบน้ำ แต่อาบน้ำฝักบัวได้
- ห้ามใช้ผ้าอนามัยแบบสอด ให้ใช้แผ่นอนามัยแทน
- ห้ามฉีดน้ำทำความสะอาดหรือฉีดของเหลวอย่างอื่น

ห้ามใส่ทุกอย่างที่อวัยวะเพศของคุณเป็นเวลาสองสัปดาห์

### สิ่งที่คาดว่าจะเกิดขึ้นได้ในระหว่างช่วงเวลาหลังการทำแท้ง และก่อนที่ประจำเดือนครั้งถัดไปของท่าน

ประจำเดือนครั้งถัดไปของท่านจะมาในระยะเวลา 4 ถึง 8 สัปดาห์หลังทำแท้ง ประจำเดือนครั้งนี้อาจมามากขึ้นเล็กน้อยและนานกว่าปกติ

เป็นไปได้ที่ท่านอาจตั้งครรภ์ในระหว่างช่วงเวลาหลังการทำแท้งและก่อนที่ประจำเดือนครั้งถัดไปของท่าน ดังนั้นท่านจึงควรใช้วิธีคุมกำเนิดอย่างใดอย่างหนึ่ง การทดสอบการตั้งครรภ์จะยังคงให้ผลเป็นบวกต่อไปได้เป็นเวลานานถึงสามสัปดาห์ ดังนั้นการที่ตรวจสอบได้ผลบวกในช่วงนี้ไม่ได้หมายความว่าท่านยังคงตั้งครรภ์อยู่

**การมีเลือดออกหลังการทำแท้งนั้นอาจแตกต่างกันออกไป แต่อาการต่อไปนี้ทุกอาการเป็นอาการปกติ:**

- เลือดออกเพียงเล็กน้อยเป็นเวลาหนึ่งวัน แล้วไม่มีเลือดออกอีกเลยหลังจากนั้น
- เลือดออกเล็กน้อย หรือไม่มีเลือดออกเลยเป็นเวลา 4 ถึง 5 วัน ต่อจากนั้นมีเลือดออกมากและมีอาการตะคริว (เหมือนกับปวดประจำเดือนเบาๆ) ซึ่งอาจกินเวลานานสองสามวัน
- สตรีบางรายอาจมีเลือดออกเป็น "จุด" บางๆ จนถึงเวลามีประจำเดือนครั้งถัดไป

**หากท่านมีอาการดังต่อไปนี้ กรุณาติดต่อกับสถานพยาบาลเพื่อขอคำปรึกษา**

- ไม่ว่าเมื่อไร ที่ในระยะเวลาหนึ่งชั่วโมง แผ่นผ้าอนามัยของท่านชุ่มเลือดตั้งแต่หนึ่งแผ่นขึ้นไป ติดต่อกันเป็นเวลา 2 ถึง 3 ชั่วโมง
- ไม่ว่าเมื่อไร ที่ในเวลา 24 ชั่วโมง แผ่นผ้าอนามัยของท่านชุ่มเลือดมากกว่า 5 แผ่น
- ท่านมีเลือดคล้ายประจำเดือนออกอย่างหนักและต่อเนื่องเป็นเวลานานกว่าสองสัปดาห์หลังจากการทำแท้ง อย่างไรก็ตาม การมีเลือดออกเบา ๆ หรือออกเป็นจุดจะเป็นอาการที่ปกติสำหรับผู้ป่วยบางราย
- ท่านเป็นตะคริวอย่างรุนแรง โดยจะมีเลือดออกหรือไม่ก็ตาม
- หากท่านเริ่มรู้สึกไม่สบายหลังจาก 24 ชั่วโมงแรกของการทำงานแท้ง กรุณาวัดอุณหภูมิของท่าน หากพบว่าท่านมีอุณหภูมิสูงกว่า 37.2 จากการทำแท้ง 2 ครั้ง กรุณาติดต่อสถานพยาบาล อุณหภูมิที่สูงนี้อาจหมายความว่ามีการติดเชื้อ ซึ่งจำเป็นต้องได้รับการรักษาเพิ่มเติม
- ท่านสังเกตพบสิ่งผิดปกติออกมาจากช่องคลอด
- ท่านยังคงมีอาการของการตั้งครรภ์ (คลื่นไส้ ง่วงซึม ปัสสาวะบ่อย) หลัง 1 สัปดาห์ไปแล้ว อย่างไรก็ตาม อาการระบมที่เต้านมนั้นอาจเป็นต่อเนื่องเป็นเวลานานถึงสองสัปดาห์ ยกทรงที่กระชับอาจบรรเทาอาการเหล่านี้ได้

เราแนะนำให้ท่านควรไปรับการตรวจร่างกายภายในช่วง 10 ถึง 14 วัน กรุณาพบแพทย์ที่ท่านไปพบตามปกติหรือแพทย์ที่ส่งตัวท่านมา

หากท่านมีความกังวลเรื่องใดที่เกี่ยวข้องกับการทำแท้งนี้ กรุณาโทรมายังคลินิกได้ที่หมายเลข (02) 9690 0000

เลขหมายดังกล่าวมีไว้สำหรับปรึกษาปัญหาทางการแพทย์ฉุกเฉินและเปิดบริการตลอด 24 ชั่วโมง หากไม่มีผู้ตอบโทรศัพท์ในทันที กรุณาฝากข้อความสั้น ๆ ไว้

หากท่านมีความกังวลทางการแพทย์แบบฉุกเฉินและไม่สามารถติดต่อกับทางคลินิกได้ กรุณาไปที่แผนกอุบัติเหตุของโรงพยาบาลที่ใกล้ที่สุด