safe2choose.org / वैक्यूम एस्पिरेशन गर्भपात कैसे करें

यह जानकारी मैनुअल वैक्यूम एस्पिरेशन गर्भपात करने के लिए उन्हीं महिलाओं के लिए उपयोगी है जो 14 सप्ताह या उससे कम की गर्भवती हैं, और इलेक्ट्रिक वैक्यूम एस्पिरेशन गर्भपात करने के लिए उन्ही महिलाओं के लिए उपयोगी है जो 15 सप्ताह या उससे कम की गर्भवती हैं।

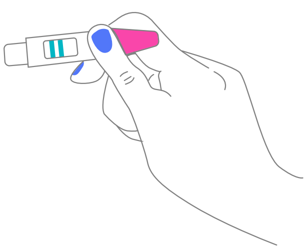
मैनुअल वैक्यूम एस्पिरेशन *(MVA)* सर्जिकल गर्भपात की एक विधि है जो गर्भधारण के 14 सप्ताह तक किया जाता है, जिसमें डाक्टर गर्भाशय से गर्भावस्था को हटाने के लिए एक वैक्यूम सक्शन सहित उपकरणों का उपयोग करते हैं।

इलेक्ट्रिक वैक्यूम एस्पिरेशन *(EVA)* MVA के समान है, लेकिन यह गर्भधारण के 15 सप्ताह तक किया जा सकता है, जिसमें डाक्टर गर्भाशय से गर्भावस्था को हटाने के लिए एक इलेक्ट्रिक मशीन का उपयोग करते हैं। क्योंकि EVA को बिजली की आवश्यकता होती है, इसलिए यह कुछ जगह पे उपलब्ध नहीं हो पाता है।

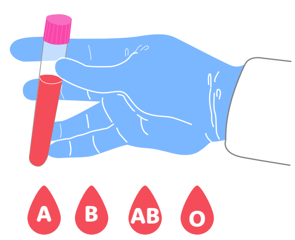
- MVA और EVA *99%* प्रभावी हैं और एक क्लिनिक या अस्पताल में प्रशिक्षित डाक्टर द्वारा किया जाता है।
- वैक्यूम एस्पिरेशन गर्भपात को पूरा करने में *5-10* मिनट लगते हैं।

वैक्यूम एस्पिरेशन गर्भपात **से पहले होने वाले टेस्ट**

1 मूत्र गर्भावस्था टेस्ट

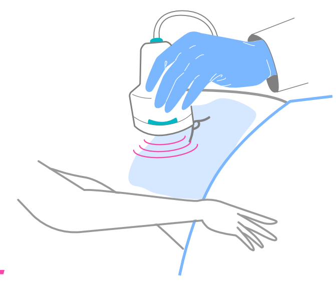


2 Rh रक्त प्रकार की जांच

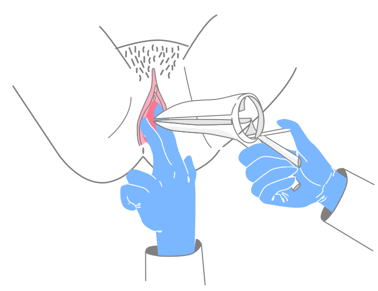


3 गर्भ की आयु का अनुमान:

अल्ट्रासाउंड

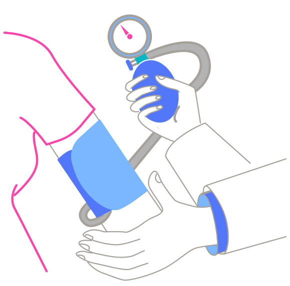


या



श्रोणि जांच

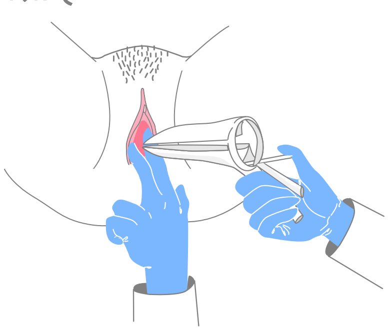
4 रक्तचाप (BP) जांच



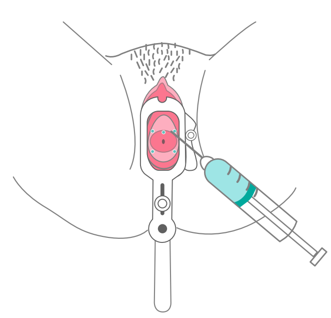
देश की कानूनी आवश्यकताओं के आधार पर कुछ अतिरिक्त टेस्ट भी किए जा सकते हैं

वैक्यूम एस्पिरेशन गर्भपात के लिए **प्रक्रिया**

1 प्रक्रिया **कोख जांच या स्पेकुलम जांच** से शुरू होती है

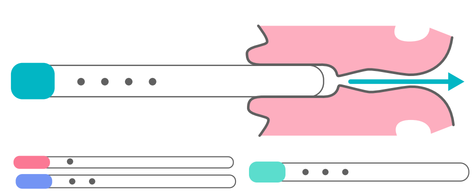


2 गर्भाशय ग्रीवा के बगल में लोकल **एनेस्थीसिया** दिया जाता है



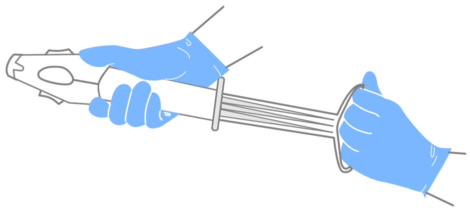
3 डाक्टर फिर **गर्भाशय ग्रीवा को फैलानेवाले** यंत्र से चौड़ा करना शुरू कर देगा

गर्भावस्था के हफ्तों के आधार पर ये फैलानेवाले यंत्र धीरे-धीरे आकार में बढ़ जाते हैं



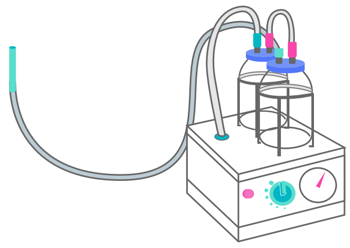
4 वांछित फैलाव प्राप्त होने के बाद, डाक्टर **एस्पिरेशन** करता है और गर्भावस्था को दूर करता है।

*क) **मैनुअल वैक्यूम एस्पिरेशन के लिए** Ipas नामक एक साइलेंट सक्शन डिवाइस के साथ*



या

*ख) **इलेक्ट्रिक वैक्यूम एस्पिरेशन** के लिए एस्पिरेशन मशीन के साथ*



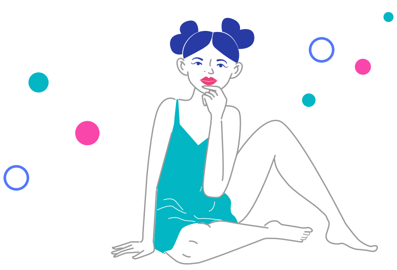
5 गर्भावस्था को हटाने के बाद, डाक्टर अल्ट्रासाउंड करने का विकल्प चुन सकता है, और महिला को **आराम** करने की अनुमति होती है।

वैक्यूम एस्पिरेशन गर्भपात के **बाद की देखभाल**

किसी भी निरंतर ऐंठन के लिए घर पर उपयोग करने के लिए महिलाओं को अक्सर **इबुप्रोफेन (Ibuprofen)**, या इसी तरह की **दर्द की दवा** दी जाती है।

कभी-कभी बाद में **दुबारा डॉक्टर के पास जाने** की भी सलाह दी जाती है। हालांकि इसकी आवश्यकता नहीं है, लेकिन प्रत्येक महिला को अपने स्वयं के स्वास्थ्य देखभाल प्रदाता की सलाह को सुनना चाहिए।

योनि में वस्तुओं को डालने से पहले **रक्तस्राव हल्का होने तक प्रतीक्षा करें** और शुरू में तीव्र शारीरिक गतिविधियों को करने से बचें।

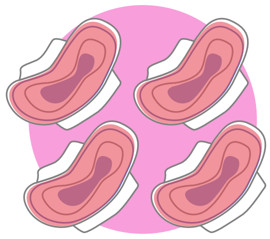


समय की कोई मेडिकल रूप से पाबन्दी नहीं है कि एक महिला को विशिष्ट गतिविधियों जैसे कि स्नान करना, व्यायाम करना, टैम्पोन का उपयोग करना या सेक्स करने के लिए इतजार करना पड़ेगा।

हालांकि, प्रत्येक महिला अलग है और अपनी सामान्य गतिविधियों में वापस आ सकती है जब यह उसे सही लगता है।

हालांकि **जटिलताएं होने का खतरा** बोहत ही कम है, लेकिन फिर भी अगर आपको इनमें से किसी का भी अनुभव हो तो आपको तुरंत मेडिकल सहायता लेनी चाहिए।

तेज बुखार, चक्कर आना, मतली और मांसपेशियों मे दर्द



गंभीर रक्तस्राव जैसे 2 घंटे में 4 पूरे पैड भरना

योनि में से दुर्गंधयुक्त स्त्राव या डिस्चार्ज

आपका मासिक धर्म लगभग 4-6 सप्ताह में वापस आ सकता है।

आपकी प्रजनन क्षमता बहुत जल्दी वापस आ सकती है। यदि आप एक और अनचाही गर्भावस्था को रोकना चाहते हैं, तो तुरंत गर्भनिरोधक शुरू करने की सलाह दी जाती है।

safe2choose

अधिक जानकारी और समर्थन के लिए, हमारे गर्भपात सलाहकारों से ***info@safe2choose.org*** पर ईमेल द्वारा या ***safe2choose.org/hi*** पर चैट द्वारा संपर्क करें।