میزوپرستول

 جان بانوان را نجات می­دهد

اطلاعات در ارتباط با میزوپرستول



**Women on Waves**

بانوان بر امواج

****

بانوان در وب

www.womenonweb.org

[www.womenonwaves.org](http://www.womenonwaves.org)

**فهرست**

**موضوع صفحه**

**۱ مقدمه ۱**

چرا اطلاعات و آگاهی در مورد میزوپروستول\* مورد نیاز و پر اهمیت است؟

\*(Misoprostol)

اصول پروژه **۲**

اساس حقوقی **۲**

**۲ اطلاعات لازم و اساسی در مورد بهداشت باروری و بارداری ۳**

عادت ماهانه

پیشگیری از بارداری  **۳**

بیماری­های منتقله از طریق روابط جنسی   **۵**

روابط جنسی پر خطر یا تجاوز به عنف  **۵**

بارداری  **۶**

زایمان  **۶**

**یادداشت برای مربی ۶**

**پیشگیری از خونریزی بعد از زایمان \* با میزوپرستول ۸**

\*( Postpartum hemorrhage, PPH(

**یادداشت برای مربی ۹**

**سقط جنین ایمن با میزوپرستول ۱۰**

هشدارها و توصیه ها  **۱۰**

روش­های تهیه میزوپرستول  **۱۱**

 روش استفاده و مصرف میزوپروستول برای سقط جنین  **۱۲**

اثرات طبیعی میزوپرستول  **۱۲**

چه زمان و در چه شرایطی باید به پزشک یا بیمارستان مراجعه کرد؟  **۱۳**

اطمینان در مورد موفقیت­آمیز بودن سقط جنین  **۱۳**

پس از مصرف میزوپرستول **۱۳**

راهنمائی در مورد سقط جنین در اینترنت   **۱۴**

**یادداشت برای مربی ۱۴**

**۳ تعلیم مشاوران ۱۵**

**۴ چگونه داروخانه ها را از کارکردهای میزوپرستول مطلع سازیم؟ ۱۸**

**۵ پرسش­های متداول و پاسخ­ها ۱۹**

**۶ برنامه آموزشی یک­روزه ۳۰**

**۷ پرسش های سه گزینه ای ۳۲**

**۱ مقدمه**

**چرا اطلاعات و آگاهی در مورد میزوپرستول\* مورد نیاز و پر اهمیت است؟**

\*(Misoprostol)

قرص میزوپرستول در فهرست داروهای ضروری واصلی سازمان بهداشت جهانی\* قرار دارد. میزوپرستول می تواند برای نجات دادن جان و زندگی بانوان استفاده شود. بانوان می­توانند با استفاده از این دارو جان خود را نجات دهند.

\*(World Health Oragnisation)

میزوپرستول باعث انقباض رحم می­شود و در موارد زیر مورد استفاده قرار می­گیرد:

انجام سقط جنین ایمن -

 - درمان سقط جنین طبیعی ناقص

تحریک زايمان -

«پیشگیری و درمان خونریزی پس از زایمان (پی پی اچ) »\* -

 \*( Postpartum hemorrhage, PPH(

۱. سقط جنین یکی از رایج ترین عمل­های پزشکی در جهان است.

بنا به گزارش سازمان بهداشت جهانی، سالانه **۴۲** میلیون بانو به دلایل مختلف از سقط جنین بعنوان مناسب­ترین گزینه استفاده می­کنند. سقط جنین یکی از رایج ترین موارد پزشکی برای بانوان در سراسر جهان محسوب می­شود. با این حال بسیاری از بانوان امکان دسترسی به خدمات بهداشتی و ایمن برای سقط جنین ندارند و به این شکل زندگی و سلامتی آنها در معرض خطر قرار دارد. سقط جنین ناایمن وغیر بهداشتی دلیل عمده مرگ و میر مادران و بانوان است. از هر **۳۰۰** بانو، یک نفر بدلیل وعواقب سقط جنین غیر بهداشتی جان خود را از دست می­دهد. درسطح جهانی سالانه **۶۷،۰۰۰** بانو جان خود را بی جهت از دست می­دهد و بسیاری از بانوان از عوارض طولانی مدت سقط جنین غیر بهداشتی مانند ناباروری و درد مزمن رنج می برند.

به ویژه در کشورهائی که قرص میزوپروستول به آسانی قابل تهیه و در دسترس نمی­باشد، دادن اطلاعات و آگاهی در مورد گزینه­های ایمن و بهداشتی سقط جنین به بانوان می­تواند به حفظ سلامت و نجات جان آنها کمک کند.

سقط جنین با استفاده از میزوپرستول نشان داده است که در صورت استفاده در ۹ هفته اول بارداری، روشی ایمن­تر و در ۸۰-۸۵درصد موارد موفقیت­آمیزتر است. در مقایسه با روش­های غیربهداشتی و خطرناک که بسیاری از بانوان برای سقط جنین بکارمی­برند، این روش یکی از ایمن­ترین­ و قابل اطمینان­ترین روش­ها می­باشد.

۲. یکی از دلایل اصلی مرگ و میر بانوان خونریزی شدید بعد از زایمان **(پی پی اچ)** \* است (۲۵%)

۱۴ میلیون بانو بعد از زایمان دچار «خونریزی بعد از زایمان (پی پی اچ)» می­شود. سالانه **۱۰۰،۰۰۰** بانو به دلیل اثرات «پی پی اچ» جان خود را از دست می­دهد. به عبارت دیگر: از هر **۱۰۰** نفر، **۱**نفربر اثر عوراض ناشی از خونریزی جان خود را از دست می دهد. با استفاده از میزوپروستول بلافاصله بعد از زایمان می­توان این خطر را تا ۵۰% کاهش داد.

\*(Postpartum hemorrhage, PPH)

۳. سقط جنین ناقص می­تواند باعث خونریزی سنگین و عفونت شود. با استفاده از میزوپرستول می­توان به سادگی از چنین عوارضی پیشگیری کرد. این کار معمولا توسط پزشک انجام می­شود، ولی بانوان نیز خود می­توانند با استفاده از میزوپرستول سقط جنین ناقص را درمان کنند.

**۴** استفاده از میزوپرستول برای تحریک زایمان فقط تحت نظر پزشک انجام می­شود و استفاده از این روش توسط بانوان بدون نظارت پزشک اکیدا منع می­شود. در این کتاب راهنما به روش­های استفاده و اعمال این دارو برای تحریک زایمان پرداخته نخواهد شد.

میزوپرستول داروئی ارزان قیمت است که به طور گسترده در دسترس می­باشد. این دارو در برابر حرارت مقاوم است و می تواند برای سال ها نگهداری شود. میزو پرستول به نام­های دیگری از جمله "کیتوتک" نیز به فروش می رسد، در کشورهای آفریقای شرقی از نام­های "میسوتک"\* و " ایسوفنت"\* نیز استفاده می­شود.

\*(Cytotc)

\*(Misotec)

\*(Isovent)

**اصول پروژه**

این کتاب راهنما شامل اطلاعات مورد نیاز درباره زایمان وسقط جنین بی­خطرو ایمن برای بانوان است. هدف این پروژه که این کتاب راهنما شامل آن می­باشد، این است که اطمینان حاصل گردد که تمامی بانوان از آگاهی کافی و اطلاع مورد نیاز در مورد بهداشت باروری و بارداری برخوردار هستند.

«بانوان در وب»\* بر این باور است مشاوران داوطلب بدون آموزش پزشکی، که توسط پزشکان متخصص تعلیم دیده­اند، می توانند با ارائه اطلاعات و آگاهی کافی و مورد نیاز به بانوان کمک کنند تا آنها بتوانند زایمان و سقط جنین با میزوپرستول را به ایمن­ترین نحو انجام دهند. این کتاب راهنما نیز شامل اطلاعات لازمه برای داوطلبان برای راهنمائی بانوان در مورد میزوپرستول می­باشد.

)\*Women on Web)

داوطلبان به خوبی آموزش دیده و تعلیم شده­اند و می­توانند اطلاعات خود را در سطح جامعه به دیگران منتقل کنند. داوطلبان دارای اطلاعات تخصصی پزشکی نیستند و نمی­توانند به پرسشهای تخصصی و پزشکی زنان پاسخ دهند، آنها منابع مناسب و مطمئن هستتند که می توانند پرسشهای بانوان را به خوبی پاسخ داده و اطلاعات مورد نیاز را در اختیار آنها بگذارند.

همچنین فعالیت این داوطلبان در سطح جامعه کسب اطلاع در مورد میزان دسترسی به این دارو در درداروخانه ها و تهیه میزوپرستول می­باشد.

**اساس حقوقی**

ماده **۱۹** از اعلامیه جهانی حقوق بشر:

«هرشخص حق آزادی عقیده و بیان دارد و حق مزبور شامل آن است که از داشتن عقاید خود بیم و هراس نداشته باشد و در کسب اطلـاعات و افکار و در اخذ و انتشار آن، به تمام وسایل ممکن و بدون ملـاحظات مرزی، آزاد باشد».

برای داوطلبانی که در کشورهائی فعالیت می­کنند که سقط جنین غیرقانونی است، قابل ذکر و حائز اهمیت است که بنا بر ماده **۱۹** اعلامیه حقوق بشر، فعالیت­ در این زمینه، قوانین مجازات اسلامی را نقض نمی­کند. داوطلبان در زمینهء اطلاع رسانی و آگاهی دادن، آموزش و تعلیم دیده­اند و آنها بانوان را تشویق به عملی غیرقانونی نمی­کنند.

بنا بر این اساس داوطلبان تحت پیرگرد قانونی برای شرکت، تحریک و یا تشویق به عمل غیرقانونی قرار نخواهند گرفت. در اکثر کشورها در مواردی که جان و یا سلامتی زن در خطر ­باشد، سقط جنین مجاز است، مهم اینست که اطلاع رسانی و استدلال بر پایه این اصل انجام شود که جان بانوان و سلامت آنها با سقط جنین نجات خواهد یافت.

**۲ اطلاعات لازم و اساسی در مورد بهداشت باروری و بارداری**

**عادت ماهانه (پریود)**

عادت ماهانه (پریود) یکی از مراحل بلوغ در دختران است. – این یک فرایند است که در آن تخمک از یکی از تخمدان ها آزاد می­شود. در صورت باروری تخمک توسط اسپرم مرد، زن باردار می­شود. بیشترین امکان بارور شدن تخمک چند روز قبل، در طی وچند روز بعد از تخمک گذاری ارزیابی می­شود.

در دوره عادت ماهانه پوشش داخلی رحم همراه با خون از واژن خارج می­شود. معمولا ۱۴ روز بعد از تخمک­گذاری، زمانی که بانو باردار نباشد، خونریزی عادت ماهانه آغاز می­شود.

معمولا دوره عادت ماهانه ۲۸ روز (با آغاز روز اول عادت ماهانه تا روز اول عادت ماهانهء بعدی) طول می­کشد، تخمک­گذاری معمولا در روز چهاردهم اتفاق می­افتد. دوره عادت ماهانه می­تواند به کوتاهی ۲۳ روز یا به مدت ۳۵ روز طول بکشد. استرس، بعضی از ورزش شدید و رژیم­های غذایی می تواند شروع و نظم دوره عادت ماهانه را تحت تاثیر قرار دهد. در هر زمان از دوره عادت ماهانه می­توان باردار شود.





**پیشگیری از بارداری**

حدود ۸۵% از بانوان که فعال جنسی هستنند بدون استفاده از وسایل ضد بارداری، در ظرف یک سال باردار می­شوند. بانوان می­توانند در دوران شیردهی (تغزیه نوزاد با شیرخود)، ۱۰ روز پس از زایمان و حتی در دوران عادت ماهانه باردار شوند. خروج آلت تناسلی قبل از انزال و اجتناب ازمقاربت، از بارداری جلوگیری نمی کند.

با استفاده از روش­های زیر می­توان از بارداری ناخواسته پیشگیری کرد:

**۱** تمرین اجتناب کامل

۲ استفاده از روش­های پیشگیری از بارداری. هیچ­یک از این روش­ها به­طور ۱۰۰%مطمئن نیست.

روش­های پیشگیری از بارداری برای بانوان:

- «دیافرام»\* یا سرپوش فقط با نسخهء پزشک قابل تهیه است و اندازه­گیری سرپوش توسط متخصص یا پزشک انجام می­شود.

\*diaphragm

- قرص­های ضد بارداری برای پیشگیری از باردار شدن استفاده می­شود. این قرص باید هر روز مصرف شود و بعد از استفراغ و اسهال مواثر نخواهد بود.

- - «دپو-پروورا»\* یک روش پیشگیری هورمونی از بارداری است که هر سه ماه یکبار از طریق تزریق به بازو یا باسن به بدن وارد می­شود. تزریق باید هر ۳ ماه یکبار تکرار شود.

)\*Depo-Provera(

- «ایمپلنت»\* میله پلاستیکی کوچک است که با عمل جراحی در زیر پوست بازو جای­داده می­شوند، از آنجا هورمون های پیشگیری از بارداری ترشح می­شود.

)\*Implants(

- «ای یو دی»\* شیء است که توسط پزشک در رحم قرار داده می شود. در صورتی که «آی یو دی» پس از ۵ روز بعد مقاربت محافظت نشده داخل رحم قرار داده شود می تواند مانع بارداری ناخواسته شود. «آی یو دی» می­تواند به مدت ۵ تا ۱۰ سال داخل رحم بماند.

)\*IUD(

- عقیم سازی یک عمل جراحی است. این یک روش دائمی پیشگیری از بارداری است.

قرص های ضد بارداری اضطراری را باید در ظرف ۷۲ ساعت پس رابطه جنسی حفاظت نشده به منظور پیشگیری از بارداری ناخواسته استفاده کرد. بانوان می­توانند از قرص معتبر ضد بارداری اضطراری به نام «نرلو»\* استفاده کنند. دو نوع قرص پیشگیری ازبارداری اورژانس موجود می­باشد: یکی حاوی ترکیبی از استروژن و پروژسترون و دیگری فقط حاوی پروژسترون است.

)\*Norlevo(

برای آقایان:

- کاندوم فقط یکبار قابل استفاده می­باشد و در پیشگیری بارداری ۸۶% موثر می­باشد. کاندوم از موثرترین روش­ها برای کاهش خطرات ابتلا به ایدز\* و سایر بیماری­های وابسته به ایدز و بیماری­های منتقله از راه جنسی می­باشد.

\*AIDS

- عقیم سازی یک عمل جراحی سریع است که تحت بی حسی موضعی انجام می شود. توانایی نعوظ و انزال با این روش را از بین نمی رود و کاهش نمی­یابد.

**بیماری های مقاربتی\***

**\*(** **Sexually transmitted diseases)**

اکثر بیماری­های مقاربتی از طریق رابطه جنسی محافظت نشده و بدون کاندوم منتقل می­شود. علائم آن می­تواند شامل موارد زیر باشد:

ترشحات زرد مایل به سبز یا خکستری از واژن -

ترشحات غیر طبیعی از واژن یا آلت تناسلی مرد -

ناراحتی در طول مقاربت -

درد در طول مقاربت -

بوی بد و متعفن از ناحیة تناسلی -

درد شکم -

خونریزی بین دوره های عادت ماهانه -

احساس درد و سوزش هنگام ادرار -

سوزش و خارش ناحیه آلت تناسلی بانوان -

درد در آلت تناسلی مرد، فرج، مهبل (واژن)، گردن رحم، زبان، لبها، و یا بخش های دیگر بدن -

زگیل بر روی آلت تناسلی، مهبل (واژن)، گردن رحم، مقعد و کیسه بیضه -

تب -

در برخی از موارد شخص دارای هیچ نشانه و علائم این بیماری­ها نمی­باشد.

**رابطه جنسی پر خطر یا تجاوز به عنف**

پس از رابطه جنسی پر خطر (تجاوز به عنف) بانوان می تواند خطر ابتلا به «ایدز»\* و سایر بیماری­های وابسته به ایدز و بیماری­های منتقله را با استفاده از داروئی به نام "پس از قرار گرفتن در معرض پیشگیری"\* کاهش دهند.

)\*AIDS(

\*(post-exposure prophylaxis, PEP)

این دارو در بسیاری از کشورها به راحتی قابل تهیه نمی­باشد. در صورت دسترسی به این دارو، بانوان باید بلافاصله پس از تجاوز این دارو را مصرف کنند. پس از گذشت ۷۲ ساعت (۳ روز) بعد از تجاوز استفاده از این دارو برای کاهش خطر مبتلا شدن به «اچ آی وی»\*، موثر نخواهد بود.

\*(HIV)

«پ ا پ»\* بطور ۱۰۰% موثر نیست و برای پیشگیری از بیماری­های مقاربتی، باید از آنتی­بیوتیک استفاده کرد. برای پیشگیری از بارداری ناخواسته باید ظرف مدت ۷۲ ساعت بعد از رابطه جنسی حفاظت نشده، قرص ضد بارداری اضطراری یا «قرص صبح روز بعد» استفاده شود.

\*(post-exposure prophylaxis, PEP)

**بارداری**

اولین و قابل اطمینان­ترین نشانه بارداری قطع عادت ماهانه است. نشانه­های دیگر بارداری عبارتند از: تهوع واستفراغ، خستگی، ولع و اشتها برای غذاهای خاص و تکرار ادرار به ویژه در شب.

بارداری را می­توان با آزمایش بارداری تائید کرد، این آزمایش جهت تعیین هورمون حاملگی در ادارار و خون انجام می­شود.

بانوان می­توانند با محاسبه دقیق مدت زمان بارداری خود را تعیین کنند. آنها می­توانند با حساب کردن روز اول از آخرین عادت ماهانه خود تا روزانجام محاسبه، زمان بارداری خود را تعیین کنند. همچین اندازه رحم می­تواند به منظور برآورد طول زمان بارداری مورد استفاده قرار گیرد.

**تغییرات در اندازه رحم در دوران بارداری**



**زایمان**

زایمان معمولا میان ۳۷ تا ۴۲ هفته پس از آخرین دوره عادت ماهانه اتفاق می­افتد.

اگر دورهء بارداری بدون مشکل بوده­است، بانوان می­توانند در خانه با کمک متخصص زایمان کنند. متاسفانه در برخی از مواقع دسترسی به متخصص و یا شخص آگاه ممکن نمی­باشد و بانوان مجبورند به تنهائی و یا با افرادی که در این زمینه دارای اطلاعات کافی نیست، زایمان کنند. اگر دوره بارداری همراه با مشکلات و عوارض بوده، توصیه می­شود که حتما برای زایمان به بیمارستان مراجعه شود.

زایمان با انقباضات منظم رحم شروع می­شود. اگر زایمان مدت طولانی ادامه داشته و نوزاد هنوز متولد نشده، برای زایمان تحت نظارت پزشک حتما به بیمارستان مراجعه کنید. هچنین می­توان به روش سزارین زایمان کرد.

پس از زایمان احتمال خونریزی­های شدید وجود دارد. یکی از دلایل اصلی خونریزی پس از زایمان عدم جمع شدن مناسب رحم است (۷۰-۹۰%). میزوپرستول داروئی مناسب برای انقباض رحم است که باقی­مانده­های پلاسنتا را از رحم جدا کرده و دفع می­کند. پس از دفع باقی­ماندهء پلاسنتا، رحم شروع به انقباض می­کند و به حالت اولیه خود بازمی­گردد.

**یادداشت برای مربی:**

**نکات اصلی:** اثر و نتایج میزوپرستول، در چه مواردی می­توان از میزوپرستول استفاده کرد، نکات ضروری و مهم در مورد سلامت مادران، دورهء عادت ماهانه، روش­های پیشگری از بارداری، چگونگی تشخیص بیماری­های مقاربتی، چگونگی تعیین مدت بارداری.

پس از ارائهء اطلاعات و توضیح در مورد روش­های پیشگیری از بارداری از حضار درخواست کنید در گروه­های کوچک یا دسته جمعی به پرسش­های زیر پاسخ دهند. همچنین می­توانید این کار را پس از توضیح هر موضوع انجام دهید.

**۱) هر دوره از عادت ماهانه معمولا چند روز طول می­کشد؟**

 پاسخ: ۲۸ روز.

**۲) آیا امکان طولانی­تر و یا کوتاه­تر بودن این دوره وجود دارد؟**

 پاسخ: عادت ماهانه می­تواند از ۲۳ تا ۳۵ روز متغیر باشد.

**۳) در چه زمانی از دوره عادت ماهانه احتمال باردارشدن وجود دارد؟**

پاسخ: در هر زمان از این دوره احتمال باردار شدن وجود دارد.

**۴) آیا احتمال باردار شدن در دوره تغزیه کودک با شیر مادر وجود دارد؟**

پاسخ: آری.

**۵) آیا احتمال باردار شدن در زمان عادت ماهانه وجود دارد؟**

پاسخ: آری.

**۶) چگونه می­توان از باردار شدن جلوگیری کرد؟**

پاسخ: با استفاده از روش­های پیشگیری از بارداری.

**۷) کدام­یک از روش­های پیشگیری از بارداری برای بانوان و آقایان در منقطه شما (شهر/کشور) در دسترس می­باشد؟**

**۸) «پ ا پ» را توضیح دهید؟**

پاسخ: «پ ا پ»یک دارو برای جلوگیری از ابتلا به بیماری «اچ آی وی» و «ایدز» می­باشد که در ظرف ۷۲ ساعت پس از تجاوز و یا سکس ناخواسته باید استفاده شود.

**۹) آیا در بیمارستان­های شهر شما امکان دسترسی به این دارو وجود دارد؟**

**۱۰) روش­های تائید بارداری را شرح دهید.**

پاسخ: با استفاده از تست­های تائید بارداری یا توسط پزشک.

**۱۱) چگونه می­توان مدت زمان بارداری را محاسبه کرد؟**

پاسخ: با محاسبه روز اول از آخرین دوره عادت ماهانه تا روز انجام محاسبه.

**۱۲) دورهء بارداری چند هفته طول می­کشد؟**

پاسخ: دورهء بارداری سالم و بدون عوارض و مشکلات معمولا بین ۳۷ تا ۴۲ هفته طول می­کشد.

**۱۳) آیا زایمان در خانه ایمن و بدون خطر است؟**

پاسخ: اگر دورهء بارداری بدون عوارض و مشکل بوده است، زایمان در خانه با کمک و تحت نظر فردی متخصص یا باتجربه بلامانع می­باشد. اگر دورهء بارداری با مشکلات و عوارض همراه بوده است توصیه می­شود برای زایمان به بیمارستان مراجعه شود.

**پیشگیری از «خونریزی بعد از زایمان» با میزوپرستول:**

یکی از دلایل اصلی مرگ بانوان خونریزی­های شدید پس از زایمان می­باشد (۲۵%). سالانه ۱۴ میلیون از بانوان دچار خونریزی پس از زایمان شده و۱۲ هزار جان خود را بر اثر خونریزی از دست می­دهد.

زایمان در بیمارستان دارای این مزیت است که داروهای جلوگیری از خونریزی در دسترس می­باشد.

اگر برای زایمان در خانه انتخاب کرده­اید، می­توانید برای جلوگیری از خونریزی پس از زایمان از مزوپرستول استفاده کنید، بر این شرط که بلا­فاصله پس از زایمان و قبل از خروج پلاسنتا، میزوپروستول مصرف شود. میزوپرستول باعث انقباض رحم می­شود.

**بسته لوازم زایمان در خانه باید شامل وسائل زیر باشد:**

اسکالپل استریلیزه شده، (یا تیغ مخصوص تراش)، ۲ تکه نخ بسیار تمیز و سه قرص میزوپروستول.

بانوان می­توانند به تنهائی یا با کمک همراه خود با استفاده از میزوپرستول در چهار مرحله از خونریزی پس از زایمان از جلوگیری کنند:

**۱**. نوزاد را بلافاصله پس از زایمان **خشک کرده** و او را روی شکم یا سینه مادربرای تغزیه با شیر مادر، قرار دهید (توصیه می­شود برای پیشگیری و کاهش ابتلاء نوزاد مادران سیرو پازیتیو\* بهتر است نوزاد را با شیر خود تغزیه نکنند). سر نوزاد را با یک حوله یا پارچهء گرم بپوشانید.

\* (HIV Positive)

**۲.**  **پس از دقیقه اول تولد:**

 **- معاینه شکم** برای پیدا کردن اطمینان که نوزاد دیگری در رحم مادر نیست (دوقلو). استفاده از میزوپرستول هنگامی که نوزاد دیگری هنوز در رحم است باعث پارگی رحم می­شود.

**سپس ۳ عدد قرص میزوپرستول ۲۰۰ میلی­گرمی را زیر زبان قرار دهید، -**

- رحم شروع به انقباض می­کند.

 - این می­تواند همراه با تب و لرز، تهوع و استفراغ، اسهال و گرفتگی عضلات همراه باشد.

**۳.** **با گیره­­بند ناف**، بند ناف را گرفته و بند ناف را با اسکالپل استریل قطع کنید. سپس صبر کنید تا پلاسنتا خارج (دفع) شود.

**۴.** پس از دفع پلاسنتا **رحم را ماساژ دهید** تا منقبض شود. این کار را هر **۱۵** دقیقه یکبار برای **۲** ساعت انجام دهید.

اگر پس از استفادهء میزوپرستول خونریزی ادامه داشت، می­توانید از چهار قرص دیگر که آنرا زیر زبان قرار می­دهید، استفاده کنید.

در موارد زیر سریعا به بیمارستان مراجعه کنید:

 زمانی که پلاسنتا در عرض ۳۰ دقیقه هنوز دفع نشده­است. -

- بعد از استفاده از میزوپرستول خونریزی کم و یا قطع نشده است.

**یادداشت برای مربی:**

**نکات اصلی:** میزوپرستول باعث انقباض رحم می­شود، ۱ دقیقه پس از زایمان، معاینه شکم برای اطمینان از وجود نوزاد دیگر، ۳ عدد قرص میزوپرستول، ماساژ رحم.

پس از ارائه اطلاعات و توضیح در مورد روش­های پیشگیری از بارداری از حضار درخواست کنید در گروه­های کوچک یا دسته جمعی به پرسش­های زیر پاسخ دهند. همچنین می­توانید این کار را پس از توضیح هر موضوع انجام دهید.

شما می­توانید از پرسش­های ۳۰- ۴۱ «صفحه ۲۶ تا ۲۸ » استفاده کنید یا گروه را به گروه­های کوچک­تر تقسیم کنید تا در این گروه­ها حضار بر روی این پرسش­ها کار کنند.

**۱. خونریزی پس از زایمان چیست؟**

پاسخ: خویریزی شدید پس از زایمان که می­تواند موجب مرگ بانوان شود.

**۲. چهار مرحلهء استفاده از میزوپرستول برای پیشگیری از خونریزی پس از زایمان را توضیح دهید.**

پاسخ:

۱. نوزاد را خشک کرده و او را روی شکم مادر قرار دهید.

۲. یک دقیقه پس از تولد:

 **-**  معاینه شکم برای پیدا کردن اطمینان که نوزاد دیگری در رحم مادر نیست (دوقلو). استفاده از میزوپروستول هنگامی که هنوز نوزاد دیگری در رحم است باعث پارگی رحم می­شود.

سپس ۳ عدد قرص میزوپرستول را زیر زبان قرار دهید. -

 همچنین می­توانید قیل از مصرب قرص­ها را در آب حل کنید. -

۳. بند ناف را بریده و صبر کنید تا پلاسنتا دفع شود.

۴. پس از دفع پلاسنتا تا انقباض رحم را ماساژ دهید. این کار را هر **۱۵** دقیقه یکبار برای **۲** ساعت انجام دهید.

 **۳. چه زمانی باید به بیمارستان مراجعه کنید؟**

پاسخ:

۱. زمانی که پلاسنتا در عرض **۳۰** دقیقه هنوز دفع نشده­است.

۲. بعد از استفاده از میزوپرستول خونریزی کم و یا قطع نشده است.

**۴. چرا نباید از میزپرستول زمانی­که هنوز نوزاد دیگری در رحم است، استفاده کرد؟**

پاسخ:

 - استفاده از میزوپرستول در این زمان باعث پارگی رحم می­شود.

**سقط جنین ایمن با استفاده از میزوپرستول**

بر اساس تحقیقات سازمان بهداشت جهانی، ۸۰ تا ۹۰% از موارد سقط­جنین با میزوپرستول موفقیت­­آمیز است.

به بانوانی که برای اتمام بارداری خود تصمیم به سقطجنین با استفاده از میزوپرستول گرفته­اند، توصیه می­شود که قبل از استفاده دستور العمل را با دقت مطالعه کرده و در مورد مراحل و طرز استفادهء آن با شخص قابل اطمینان مشورت و صحبت کرده، همچنین باید اطمینان حاصل گردد بانوان تمامی اطلاعات را به درستی فهمیده­ و دریافت کرده­اند.

میزوپرستول باعث انقباض رحم می­شود ودرنتیجه جنین دفع خواهد شد. عوارض و خطرات ناشی از سقط جنین با میزوپرستول، همانند سقط­جنین طبیعی است. در ۱۰% از موارد سقط­جنین طبیعی باعث خاتمه یافتن بارداری می­شود.

**هشدارها و توصیه ها**

**۱.**  هیچگاه نباید این کار به تنهائی انجام شود.

یکی از نکات قابل توجه و پر مهم این است که هنگام سقط­جنین نباید تنها باشید. شما می­توانید این کار را با فردی نزدیک و قابل اطمینان برای مثال همسر، دوست یا ازآشنایان انجام دهید. مهم این است که این فرد آگاهی، اطلاع یا تجربه­ای در این زمینه داشته باشد که در صورت نیاز و بروز عوارض بتواند به شما کمک کند.

۲. اگر دوران بارداری بیشتر از ۱۲ هفته است، نباید به تنهائی و با دارو سقط جنین کنید.

 بارداری بیشتر از ۱۲ هفته به این معناست که ۸۴ روز از روز اول آخرین عادت ماهانه گذشته است. برای محاسبه مدت بارداری، روز اول از آخرین عادت ماهانه خود را به­یاد آورید و تا روز انجام سقط­جنین مدت بارداری خود را تعین کنید. اگر گمان می­رود یا ا سنوگرافی نشان داده که شما بیشتر از ۱۲ هفته باردار هستید، سقط جنین داروی اکیدا منع می­شود.

 **۳.** استفاده از میزوپرستول بدون تحت نظر پزشک تنها زمانی مجاز است که بانو دچار بیماری­های جدی و خطرناک نباشد.

بیشتر بیماری­ها مانعی برای سقط­جنین نمی­باشند. سقط­ جنین (همراه با خونریزی شدید است) با داشتن بیماری­های جدی برای مثال کمخونی شدید، بسیار خطرناک است. در برخی از کشورها که سقط­جنین ممنوع می­باشد دربرخی از موارد، بیماری­های جدی خود یک دلیل قانونی برای سقط­جنین محسوب می­شود.

اگر امکان مبتلا بودن به بیماری­های مقاربتی از جمله «کلامیدیا»\* یا «سوزاک»\* وجود دارد، حتما برای مشاوره و درمان به پزشک مراجعه کنید. بانوان مبتلا به «اچ ای وی»\* می­توانند بلامانع از میزوپروستول استفاده کنند، احتمال کم­خونی و سرایت بیماری و عفونت در این افراد بیشتر می­باشد و باید هنگامی که از میزوپرستول استفاده می­­شود از آنی­بیوتیک نیز استفاده کنند.

\*(Chlamydia)

\*(Gonorrhea)

\*(HIV)

هنگامی که احتمال بارداری خارج از رحم وجود دارد، نباید از میزوپرستول استفاده کرد. بارداری خارج از رحم در همه کشورها حتی کشورهائی که سقط­جنین غیر­قانونی است، توسط پزشک درمان می­شود. میزوپرستول نمی­تواند بارداری خارج از رحم را درمان کند و جنین سقط نخواهد شد.

**۴.** هنگامی که سقط­جنین می­کنید «آی یو دی» باید از رحم خارج شده­باشد.

استفاده از میزوپرستول زمانی که «آی یو دی» هنوز داخل رحم قرار دارد اکیدا منع می­شود. اگرچه احتمال باردار شدن با داشتن «آی یو دی» بسیار کم می­باشد، برای استفاده از میزوپرستول برای سقطجنین، باید «آی یو دی» را از رحم خارج کنید.

 **۵**. زمانی از میزوپرستول استفاده کنید که امکان دسترسی و مراجعه به بیمارستان در صورت نیاز به راحتی و در کوتاه­ترین زمان امکان­پذیر باشد.

 **۶**. سقط­جنین انتخاب شخصی یک فرد می­باشد وهیچ­کس نباید او را مجبور به انجام سقط­جنین کند.

**روش­های تهیهء میزوپرستول**

در برخی از داروخانه ها میزوپرستول بدون نسخه به فروش می­رسد و قابل تهیه می­باشد. در برخی از داروخانه­ها دریافت این دارو فقط با نسخهء پزشک مجاز است. میزو پرستول با نام­های دیگری از جمله "کیتوتک"\* نیز به فروش می رسد، در کشورهای آفریقای شرقی از نام­های "میسوتک"\* و " ایسوفنت"\* نیزاستفاده می­شود. در برخی از موراد قیمت این دارو متفاوت است، تفاوت در قیمت به معنا و دال بر تفاوت در کیفت نمی­باشد. خرید ارزان­ترین نوع می­تواند انتخابی ایمن باشد. شما می­توانید بدون نگرانی ارزان­ترین دارو را خریده و استفاده کنید.

\*(Cytotc)

\*(Misotec)

\*(Isovent)

اگر برای تهیه دارو در یکی از داروخانه­ها با مشکل مواجه هستید، می­توانید به سایر داروخانه­ها مراجعه کنید، همچنین می­توانید از دوستان مذکر یا همسر خود بخواهید که این دارو را برای شما از داروخانه خریداری کند. در صورت امکان می­توانید پزشکی را پیدا کنید که حاضر به نوشتن نسخه برای شما باشد. اگر در داروخانه از شما پرسیده­شد که این دارو را به منظور چه کاری نیاز دارید، می­توانید بگوئید آنرا برای خواهر و یا دوست خود که بزودی زایمان می­کند، نیاز دارید.

این دارو نیز در بازار سیاه موجود و قابل تهیه می­باشد، شما باید اطمینان کامل حاصل کنید که این دارو، میزوپرستول واقعی است و داروئی دیگر یا داروی تقلبی نیست. بانوان باید دست کم ۱۲ قرص ۲۰۰میکروگرم خریداری کنند.

**روش استفاده و مصرف میزوپروستول برای سقط جنین ایمن**

**۱**. چهار عدد قرص ۲۰۰ میکروگرمی را زیر زبان قرار داده و از قورت دادن قرص­ها حداقل به مدت ۳۰ دقیقه بپرهیزید و صبر کنید تا قرص­ها کاملا حل شوند.

**۲**. پس از گذشت **۳** ساعت، چهار قرص دیگر ۲۰۰میکروگرمی را زیر زبان قرار دهید، از قورت دادن قرص­ها حداقل به مدت ۳۰ دقیقه بپرهیزید و صبر کنید تا قرص­ها کاملا حل شوند.

**۳**. پس از گذشت **۳** ساعت، چهار قرص دیگر ۲۰۰میکروگرمی را زیر زبان قرار ­دهید، از قورت دادن قرص­ها حداقل به مدت ۳۰ دقیقه بپرهیزید و صبر کنید تا قرص­ها کاملا حل شوند.

آمار موفقیت این روش **۸۰** تا **۹۰%** می­باشد، این به این معناست که ازهر **۱۰** بانو، **۸** تا **۹** فرد سقطجنین ایمن و موفق خواهند داشت.

**اثرات طبیعی میزوپرستول**

پس از مصرف میزان (دوز) اول دارو:

**۱** گرفتگی و درد در ناحیه شکم. برای تسکین درد می­توانید از پاراستامل (تیلنول، آکستامینوفن) یا ایبوبرفن\* استفاده کنید. \* Paracetamol (Tylenol, acetaminophen) or Ibuprofen

**۲** تهوع، استفراغ و اسهال و در بعضی از موارد تب و لرز. این عوارض در برخی از بانوان دیده­ می­شود.

**۳** پس از استفادهء قرص­ها خونریزی معمولا پس از گذشت ۴ ساعت و در برخی از موارد با گذشت بیش از ۴ ساعت آغاز می­شود. خونریزی از اولین علائم شروع سقط­جنین است، در صورت ادامه سقط­جنین گرفتگی و درد در ناحیه شکم شدیدتر خواهد شد. خونریزی از زمان عادت ماهانه بیشتر و همراه با لخته­های خون می­باشد. خونریزی، درد و گرفتگی با طولانی­تر شدن زمان بارداری شدیدتر خواهد بود. خونریزی به مدت **۱** تا **۲** هفته پس از سقط­جنین ادامه خواهد داشت ولی سبکتر خواهد شد و در اکثر مواقع پس از **۴** تا **۶** هفته عادت ماهانه به حالت عادی خود باز می­گردد.

هنگامی که سقط­جنین پایان یافته­است، خونریزی، درد و گرفتگی کمتر خواهد شد. اوج خونریزی و درد از علائم سقط شدن جنین محسوب می­شود.بسته به مدت بارداری احتمال دفع کیسهء بارداری وجود دارد. اگر بارداری به مدت **۵** تا **۶** هفته پیشرفت کرده باشد، کیسهء بارداری مشاهده نخواهد شد. پس از گذشت **۹** هفته از بارداری کیسهء بارداری و جنین همراه با خون از بدن دفع خواهد شد. سقط­جنین بین **۹** تا **۱۲** هفته با عوارضی بیشتری همراه خواهد بود.

اگر پس ازمصرف دوزسوم هنوز خونریزی رخ نداده­است، سقط­جنین رخ نداده و می­توانید پس از گذشت چند روز با استفاده از میزوپرستول دوباره اقدام به سقط­جنین کنید. همچنین می­توانید در صورت امکان برای سقط­جنین به پزشک مراجعه کنید.

 اگر مدت بارداری کمتر از ۹ هفته است و دسترسی به اینترنت آسان می­باشد، برای راهنمائی و کمک به سایت «بانوان در وب» مراجعه کنید. (برای اطلاعات در این زمینه به صفحهء ۱۴ رجوع کنید).

**چه زمان و در چه شرایطی باید به پزشک یا بیمارستان مراجعه کرد؟**

**۱** هنگام **خونریزی بسیار شدید** که بیش از ۲ تا ۳ ساعت به طول می­انجامد (خونریزی شدید مشابه با باز کردن شیر آب است) سرگیجه می­تواند یکی از علائم خونریزی زیاد باشد. خونریزی شدید خطری جدی برای جان و سلامتی بانوان است.

**۲** هنگامی که پس از گذشت چند روز **درد شدید** هنوز ادامه دارد.

**۳** هنگام ترشحات متفعن از واژن.

**۴** هنگامی که تب بالاتر از ۳۸ درجه سلسیوس (**۱۰۰** درجه فارنهایت) و بیشتر از ۲۴ ساعت ادامه دارد یا هنگامی که تب بالاتر از ۳۹ درجه است.

درمان عوارض سقط­جنین داروئی همانند درمان عوارض سقط­جنین طبیعی است. هنگام رخ­دادن عوارض می­توانید به پزشک یا بیمارستان مراجعه کنید و بگوئید که دچار سقط­جنین طبیعی شده­اید. پزشک به هیچوجه نمی­تواند تشخیص دهد از دارو استفاده شده است. برای درمان عوارض سقط­جنین پزشک عمل کورتاژ را انجام خواهد داد. پزشک در چنین شرایطی موظف به کمک می­باشد.

**اطمینان در مورد موفقیت­آمیز بودن سقط جنین**

در برخی از موارد با وجود خونریزی جنین سقط نمی­شود، به همین دلیل کسب اطمینان در مورد موفقیت­آمیز بودن سقط جنین بسیار مهم است. تست­های بارداری پس از گذشت ۲ یا ۳ هفته معتبر هستند و به همین دلیل توصیه می­شود در صورت امکان، پس از یک هفته برای کسب اطمینان برای سنوگرافی به پزشک مراجعه کنید. اگر جنین بطور موفقیت­آمیز سقط شده باشد، علائم بارداری رفع خواهد شد و دیگر احساس بارداری نخواهیدکرد.

اگر استفاده از میزوپرستول موفقیت­آمیز نبوده و بارداری کمتر از ۹ هفته است، به سایت «بانوان در وب»\* برای تهیه «میفپرستینه»\* و میزوپرستول مراجعه کنید. اگر بارداری بیشتر از ۹ هفته است و هیچ پزشکی حاضر به کمک و سقط­جنین نیست، تنها راه حل می­تواند سفر به کشوری باشد که در آنجا به­طور قانونی و ایمن سقط­جنین کنید یا تصمیم به ادامه بارداری بگیرید. اگر بارداری ادامه پیدا کند، استفاده از میزوپرستول خطرهای جسمی از جمله بدشکلی دست و یا پا، همچنین عوارض ناهنجار بر اعصاب کودک می­تواند داشته باشد.

\*[www.womenonweb.org](http://www.womenonweb.org)

»\*Mifepristone«

**پس از مصرف میزوپروستول**

به مدت ۵ روز پس از سقط­جنین برای پیشگیری از عفونت، چیزی نباید وارد واژن شود ( از داشتن رابطه جنسی خودداری کنید). پس از سقط­جنین می­توان باردار شد! برای جلوگیری از بارداری ناخواسته حتما از روش­های پیشگیری از بارداری استفاده کنید.

**راهنمائی در مورد سقط جنین در اینترنت**

اگرامکان دسترسی به اینترنت برای شما آسان می­باشد و بارداری کمتر از **۹** هفته است، به سایت «بانوان در وب» برای کمک و راهنمائی مراجعه کنید. شما می­توانید از طریق پست داروهای «میفپرستینه»\* و میزوپرستول به آدرس مورد نظر خود دریافت کنید. این **۲** دارو برای انجام سقط­جنین موفق، **۹۸%** مطمئن هستنند. شما می­توانید برای اطلاعات بیشتر به آدرس زیر ایمیل خود را بفرستید:

info@womenonweb.org

»\*Mifepristone«

**یادداشت برای مربی:**

**نکات اصلی:** علائم سقط­جنین با میزوپرستول همانند علائم سقط­جنین طبیعی، قبل از ۱۲ هفته، از انجام این کار به تنهائی خودداری کنید، در فاصله ۲ ساعتی تا بیمارستان، در ۳ مرحله هر ۳ ساعت ۴ قرص زیر زبان، خونریزی، گرفتگی و دل­پیچه، عوارض جانبی (سرگیجه، تهوع و اسهال استفراغ)، ۱۵% احتمال ناموفق بودن سقط­جنین و نیاز رجوع به پزشک برای درمان، چه زمان به بیمارستان مراجعه شود (خونریزی شدید، تب، درد مداوم)، آزمایش بارداری ۳ هفته بعد، ادامه بارداری در۶% از موارد.

پس از ارائه اطلاعات دربارهء میزوپرستول، بر نکات اصلی تاکید کرده و از حضار درخواست کنید در گروه­های کوچک یا دسته جمعی به پرسش­های زیر پاسخ دهند. همچنین شما می­توانید پرسش­های شمارهء ۱ تا ۲۹ از قسمت «پرسش­ و پاسخ» برای حضار مطرح کنید یا گروه را به گروه­های کوچک­تر تقسیم کرده تا در این گروه­ها حضار بر روی این پرسش­ها کار کنند.

**۱. شش مورد احتیاطی که برای سقط­جنین ایمن از آن آگاهی باید داشته داشت را شرح دهید.**

پاسخ:

- استفاده از میزوپرستول برای سقط­جنین هیچگاه نباید به تنهائی انجام شود.

- اگر بارداری بیشتر از ۱۲ هفته می­باشد، نباید با دارو سقط­جنین کرد.

- عدم ابتلا به بیماری­های جدی و خطرناک.

- عدم وجود «آی یو دی» در رحم.

- امکان مراجعه به بیمارستان در کوتاه­ترین زمان.

- فرد توسط شخصی مجبور به سقط­جنین نشده است وسقط­جنین انتخاب آزاد و شخصی فرد می­باشد.

**۲ روش صحیح استفاده از میزوپرستول برای سقط­جنین ایمن قبل از ۱۲ هفته را توضیح دهید.**

 پاسخ: با قرار دادن ۴ قرص میزوپرستول۲۰۰ میکروگرمی در زیر زبان و نگه داشتن زیر زبان به مدت ۳۰ دقیقه و قورت ندادن آن.

**۳ علائم طبیعی استفاده از میزوپرستول برای سقط­جنین را شرح دهید.**

پاسخ: خونریزی و گرفتگی در ناحیه شکم. در برخی از موارد سرگیجه، تهوع و اسهال استفراغ .

**۴ کدام علائم نشان­دهندهء بروزعوارض هستند؟**

پاسخ:

 - خونریزی شدید که پس از ۲ یا ۳ ساعت قطع نشده. خونریزی شبیه شیر آبی است که آب از آن به شدت بیرون می­آید.

 - درد شدید که پس از گذشت چند روز قطع نشده است.

 - ترشحات متعفن از واژن.

 - هنگامی که تب از **۳۸** درجه سلسیوس (**۱۰۰** درجه فارنهایت) بالاتر و بیشتر از **۲۴** ساعت ادامه داشته باشد، یا هنگامی که تب بالاتر از **۳۹** درجه باشد.

**تعلیم مشاوران**

هنگامی که شما از اطلاعات کافی و لازم در این زمینه برخورهستید و به درستی مطالب را درک کرده و فهمیده­اید، می­توانید به سایر بانوان اطلاعات خود را منتقل کنید. با اطلاع رسانی به دیگران می­توان جان بانوان را نجات داد.

برای اطلاع رسانی و دادن آگاهی به دیگران به ۴ نکته مهم باید توجه کرد:

 - به مخاطب خود با دقت گوش کنید و تلاش کنید پرسش­های آنها را به خوبی ارزیابی کرده و به­طور کامل و صحیح پاسخ دهید.

 - هنگامی­که پاسخی را نمی­دانید یا از اطلاعات کافی برخوردار نستید، از پاسخ دادن اجتناب کنید. شما می­توانید پس از مشاوره با مربی، پاسخ و اطلاعات درست را به بانوان ارائه دهید.

 - برای حریم شخصی افراد احترام قائل شده و راز نگه­دار باشید. مسائل شخصی افراد را با دیگران در میان مگذارید و از صحبت کردن در مورد مسائل شخصی افراد اکیدا بپرهیزید.

 - انتخاب برای سقط­جنین در زمان بارداری ناخواسته، همواره انتخاب آزاد و شخصی فرد می­باشد. از توصیه و یا پیشنهاد به انجام سقط­جنین اکیدا بپرهیزید. وظیفهء شما اطلاع­رسانی و دادن آگاهی به بانوان است که اگر از این گزینه خواستند بهرهمند شوند، از اطلاعات کافی و مورد نیاز برخوردار باشند.

**فهرست موارد مهم برای مشاوران**

این لیست شامل موارد و اطلاعاتیست که شما دریافت و به دیگران منتقل می­کنید:

**اطلاعات مربوط به زایمان ایمن:**

 ۱. اگر بانوئی تصمیم به زایمان در خانه را دارد، اطلاعات لازم و مورد نیاز در مورد میزوپرستول را در اختیار او بگزارید.

 ۲**.** ۴ مرحلهء استفاده از میزوپرستول برای زایمان ایمن را توضیح دهید.

 ۱. نوزاد را خشک کنید و روی شکم مادر قرار دهید

 ۲. یک دقیقه پس از تولد

 - شکم مادر را معاینه کنید تا از وجود نوزاد دیگر در رحم مطمئن شوید.

 - اگر پس از معاینه اطمینان حاصل گردید که نوزاد دیگری در رحم نیست، ۳ عدد قرص میزوپرستول را به مدت ۳۰ دقیقه زیر زبان قرار داده و از قورت دادن بپرهیزید.

 ۳.رحم را ماساژ دهید تا منقبض شود.

۴.در موارد زیر به بیمارستان مراجعه کنید:

 - پلاسنتا پس از گذشت نیم ساعت هنوز دفع نشده­است.

 - خونریزی بسیار شدید.

از بانوان حضار بخواهید که اطلاعات داده­شده را تکرار کنند و در صورت نیاز تصحیح کرده و توضیحات بیشتری بدهید تا اطلاعات بدرستی منتقل شده و یاد گرفته شود. مطمئن شوید که حضار بدرستی مطالب را دریافت کرده­اند و به پرسش­های آنها با دقت پاسخ دهید.

**اطلاعات مربوط به سقط­جنین ایمن:**

۱. از حضار پرسش­های زیر را بپرسید:

 ۱. آیا بارداری ناخواسته است؟

 ۲.آیا تصمیم به انجام سقط­جنین دارند؟

 ۳.چه مدت ازدوران بارداری گذشته است؟ از روز اول آخرین عادت ماهانه تا روزانجام محسابه. بارداری نباید بیشتر از ۱۲ هفته پیشرفت کرده باشد.

 ۴.آیا این انتخاب شخصی و آزاد فرد می­باشد؟

 ۵. احتمالات بیماری­های جدی و خطرناک

۶.« آی یو دی»

 ۷. آیا امکان مراجعه به بیمارستان در کمتر از ۱ تا ۲ ساعت وجود دارد؟

۲. دربارهء استفاده از میزوپرستول اطلاعات کافی و مورد نیاز را در اختیار بانوان بگزارید:

 ۱. سقط­جنین را به تنهائی انجام ندهید.

 ۲. در فاصلهء ۲. ساعتی از بیمارستان باشید.

 ۳. طرز مصرف میزوپرستول:

 - ۴عدد قرص را زیر زبان قرار داده و از قورت دادن بپرهیزید.

 - پس از گذشت ۳ ساعت ۴عدد قرص دیگر را زیر زبان قرار داده و از قورت دادن بپرهیزید.

 - پس از گذشت ۳ ساعت ۴عدد قرص دیگر را زیر زبان قرار داده و از قورت دادن بپرهیزید.

 ۴. اثرات پس از استفاده از دارو:

 - خونریزی، گرفتگی در ناحیه شکم، تب، تهوع و استفراغ.

 ۵. در موارد زیر به بیمارستان مراجعه کنید:

 ۱. تب درجه بالا.

 ۲. خونریزی شدید

 ۳. درد متداوم

 ۴. ترشحات متعفن از واژن.

۶. اگر خونریزی رخ نداد:

 ۱. احتمال بارداری خارج از رحم را مشخص کنید.

 ۲. از دارو برای سقط­جنین استفاده کنید.

۷. پس از گذشت ۳ هفته آزمایش بارداری دهید تا مطمئن شوید که دارو اثر کرده­است.

از بانوان حضار بخواهید که اطلاعات داده­شده را تکرار کنند و در صورت نیاز تصحیح کرده و توضیحات بیشتری بدهید تا اطلاعات بدرستی منتقل شده و یاد گرفته شود. مطمئن شوید که حضار بدرستی مطالب را دریافت کرده­اند و به پرسش­های آنها با دقت پاسخ دهید.

**یادگیری از طریق «بازی نقش»: انتقال اطلاعات به بانوان**

منتقل کردن اطلاعات مذکور در فهرست بالا به شکل درست و صحیح بسیار مهم می­باشد. مشاوران می­توانند با «بازی نقش» که هم روشی آسان و هم جالب است، اطلاعات را منتقل کنند و همچنین مشاوران می­توانند با مشارکت در این بازی روش درست مشاوره دادن را تمرین کنند. این بازی بدینگونه انجام می­شود:

یک فرد در نقش کسی که به اطلاعات و آگاهی نیاز دارد و دیگری در نقش مشاور. از فهرست بالا برای موارد بالا را پرسش و پاسخگوئی استفاده کنید. شخص سوم بعنوان بیننده توجه خود را معطوف این امر می­کند که اطلاعات درست و کامل منتقل می­شود.

**چگونه داروخانه ها را از کارکردهای میزوپرستول مطلع سازیم**

در بعضی از داروخانه­های کشور شما هنوز قرص میزوپرستول موجود نیست. قابل تهیه و در دسترس بودن این دارو و بالابردن میزان دسترسی به میسوپرستول در منطقه شما پر اهمیت است. برای تحقیق در این مورد به داروخانه و یا مغازه­هائی که دارو نیز می­فروشند مراجعه کنید، همچنین نام و آدرس شرکت توزیع کننده­های میزوپرستول را پیدا کنید. برچسب ها و کپی های دستورالعمل های مربوط به طرز استفاده از میسوپرستول برای زایمان ایمن و سقط جنین ایمن بهمراه خود داشته باشید و ابتدا در مورد استفادهء این دارو برای زایمان ایمن و «پیشگیری از خونریزی بعد زایمان» با فروشنده صحبت کنید. بنا برقضاوت خود و تشخیص موقعیت بسنجید که آیا می­توانید در مورد استفادهء این دارو برای انجام سقط­جنین نیز صحبت کنید یا خیر.

شما می­توانید پرسش خود را به شکل زیر مطرح کنید:

آیا شما میزوپرستول یا «میزوتک»\* می­فروشید؟
\*(Misotac)

همچنین می­توانید بگوئید:

 - آیا شما با پروژه­­ء کاهش مرگ بانوان هنگام زایمان آشنائی دارید و یا همکاری می­کنید؟

 - میزوپرستول در فهرست دارو­های ضروری واصلی سازمان بهداشت جهانی قرار دارد و برای پشگیری و درمان خونریزی پس از زایمان استفاده می­شود. همچنین این دارو برای درمان سقط­جنین ناقص قابل استفاده است. (اگر شرایط را مناسب ارزیابی می­کنید، می­توانید دربارهء کاربرد میزوپرستول برای سقط­جنین نیز صحبت کنید یا به این موضوع اشاره کنید).

 - پروژهء در حال اجرا در مورد اطلاع رسانی و دادن آگاهی به بانوان برای استفاده از میزوپرستول برای پشگیری و درمان خونریزی، همچنین برای درمان سقط­جنین ناقص است. (در شرایط مناسب می­توانید استفاده از میزوپرستول برای سقط­جنین را نیز مطرح کنید و یا به آن اشاره کنید).

 - آیا می­توان این انتظار را داشت پس از اتمام این پروژه بانوان برای تهیه این دارو و گرفتن اطلاعات در این زمینه به داروخانه­ها مراجعه کنند؟

سپس شما می­توانید این پرسش را مطرح کنید: «که آیا این نمایندگی و یا داروخانه تمایل به فروش این دارو و ارائه اطلاعات به بانوان را در برنامه آینده خود خواهد داشت یا خیر؟». در صورت نیاز آدرس و نام توزیع کننده­های میزوپرستول که از قبل تهیه کرده­اید و بهمراه دارید در اختیار فروشنده بگذارید.

در صورت مثبت بودن پاسخ:

- آیا این دارو را بدون نسخه پزشک به­فروش می­رسد؟

- آیا این دارو در این داروخانه به­فروش می­رسد (احتمال می­رود که فروشنده از شما بپرسد برای چه کاری نیاز به این دارو دارید)

- آیا داروخانه یا نمایندگی از چکونگی روش استفاده این دارو مطلع است؟

- خود را معرفی کنید و کار خود را توضیح دهید، شما می­توانید وانمود کنید که پزشک هستید.

- آیا این داروخانه و یا نمایندگی تمایل به بهرمندی از آخرین گزارش­های سازمان بهداشت جهانی را دارد؟ (در صورت نیاز برچسب­ها، دستور العمل و سایر اطلاعات را در اختیار فروشنده بگزارید).

همچنین شما می­توانید این پرسش را مطرح کنید: «آیا در گذشته کسی برای خرید این دارو و یا گرفتن اطلاعات در مورد استفادهء آن برای سقط­جنین به آنجا رجوع کرده است؟ »

پاسخ مثبت: به او اطلاعات بیشتر ارائه دهید و در مورد روش استفاده آن در صورت نیاز توضیح دهید.

پاسخ منفی: اگر فروشنده در گذشته به رجوع کنندگان کمک نکرده­است، پرسش دیگری نکنید و صحبت خود را پایان دهید.

اگر داروساز و یا فروشنده در ارتباط با میزوپرستول با شما صبحت کرده واین شخص مخالف سقط­جنین است، با او در این زمینه وارد بحث نشوید و به نظر او احترام بگذارید و بگوئید شما کاملا درک می­کنید و هدف شما از اطلاع­رسانی و دادن آگاهی درارتباط با میزوپرستول برای استفاده در زایمان و پیشگیری از خونریزی بعد از زایمان است و به این طریق جان بسیاری از بانوان نجات پیدا می­کند. اگر فروشنده واکنش معمولی نشان داد و در مورد سقط­جنین با میزوپرستول به­طور عادی با شما صحبت کرد، در صورت امکان اطلاعات علمی و برچسب ها و کپی های دستورالعمل های مربوط به طرز استفاده از میسوپروستول در اختیار او بگذارید، و جویا شوید آیا او تمایل به شرکت در این برنامه آموزشی را دارد؟

**پرسش­های متداول و پاسخ­ها**

 **۱. چگونه می­توانم بارداری خود را تائید کنم و مدت بارداری را تعیین کنم؟**

اکثر بانوان که فعال جنسی هستند و با قطع شدن عادت ماهانه همراه با علائمی از قبیل سرگیجه، درد سینه و خستگی متوجه بارداری خود می­شوند.

سنوگرافی یا تست بارداری تنها روش­های تائید بارداری هستند. تست بارداری را یک روز پس از اولین روز قطع عادت ماهانه می­توان انجام داد، در غیر این صورت نتیجه معتبر نیست و نباید به آن اطمینان کرد، در برخی از موارد نتیجهء تست منفیست در صورتیکه بانو باردار است. با انجام سنوگرافی مدت دقیق بارداری را می­توان تعیین کرد.

بانوان می­توانند با محاسبه دقیق مدت زمان بارداری خود را تعیین کنند. آنها می­توانند با حساب کردن روز اول از آخرین عادت ماهانه خود تا روزانجام محاسبه، زمان بارداری خود را تعیین کنند. همچین اندازه رحم می­تواند به منظور برآورد طول زمان بارداری مورد استفاده قرار گیرد. تعداد روزهای شمارده شده، مدت زمان بارداری را نشان می­دهد. برای تعیین زمان بارداری به هفته، لازم است که تعداد روزها را بر ۷ تقسیم کنید.

اندازه­گیری رحم نیز می­تواند بعنوان روشی برای تائید بارداری استفاده شود. این­کار معمولا توسط متخصص یا پزشک انجام می­شود. بانوان نیز می­توانند رحم خود را اندازه­گیری کنند، برای این کار در وحلهء اول مثانه باید خالی باشد، (قبل از شروع به دستشوئی بروید) سپس دراز بکشید و با هر دوست رحم خود را احساس کنید ( همانند توپ گرد و محکم)، اگر موفق به لمس انتهای فوقانی رحم بالای استخوان زهاری شدید، بارداری حدودا ۱۲ هفته پیشرفت کرده، اگر رحم بزرگتر باشد، بارداری بیشتر از **۱۲** هفته می­باشد.

 **۲. بارداری من ناخواسته است، چه کاری می­توانم انجام دهم؟**

اگر بارداری کمتر از ۱۲هفته (۸۴ روز) باشد بانوان می­توانند در ۳ مرحله با استفاده از ۱۲ عدد قرص میزپرستول سقط­جنین کنند. در هر مرحله، هر ۳ ساعت ۳ عدد قرص را به مدت ۳۰ دقیقه زیر زبان نگه داشته و از قورت دادن بپرهیزند. این روش ۸۰ تا ۹۰% موفقیت­آمیز خواهد بود.

اگرامکان دسترسی به اینترنت برای شما آسان می­باشد، برای کمک و راهنمائی به وبسایت «بانوان در وب» مراجعه کنید یا برای اطلاعات بیشتر به آدرس زیر ایمیل\* خود را بفرستید:

 \* info@womenonweb.org

«بانوان در وب» یک وبسایت پزشکی در ارتباط با سقط­جنین می­باشد که برای اطلاع و آگاهی و دسترسی به داروهای «میفپرستینه»\* و میزوپرستول می­توانید به این وبسایت مراجعه کنید. این ۲ دارو برای انجام سقط­جنین موفق، **۹۸%** مطمئن هستنند.

»\*Mifepristone«

**۳. چگونه می­توانم میزوپرستول را تهیه کنم؟**

در برخی از کشورها میزو پرستول با نام­های دیگری از جمله «کیتوتک»\* یا «ارتروتک»\* نیز به فروش می رسد، میزوپرستول همچنین برای درمان زخم و آرتوروز استفاده می­شود. هر قرص باید حاوی ۲۰۰ میکروگرم میزوپرستول باشد. بانوان باید دست کم ۱۲ قرص ۲۰۰ میکروگرمی خریداری کنند.

\*(Cytotc)

\*(Arthrotec)

اگر برای تهیه دارو در یکی از داروخانه­ها با مشکل مواجه هستید، می­توانید به سایر داروخانه­ها مراجعه کنید، همچنین می­توانید از یکی از دوستان مذکر یا همسر خود بخواهید که این دارو را برای شما از داروخانه خریداری کند. در صورت امکان می­توانید پزشکی را پیدا کنید که حاضر به نوشتن نسخه برای شما باشد. اگر در داروخانه از شما پرسیده­شد به منظور چه کاری این به این دارو نیاز دارید، می­توانید بگوئید آنرا برای زایمان ایمن یا درمان زخم معده نیاز دارید. شما می­توانید با استفاده از یک نسخه پزشک با جایگزین کردن نام داروی ذکر شده با میزوپرستول به داروخانه مراجعه کنید.

**۴. کدام خطرات و عوارض احتمالی با استفاده از میزوپرستول برای سقط­جنین وجود دارد؟**

اگر از میزوپرستول استفاده کرده­اید در موارد زیر هر چه سریع­تر به پزشک مراجعه کنید:

 ۱. تب درجه بالا.

 ۲. خونریزی شدید طولانی­تر از ۲ ساعت.

 ۳. درد متداوم و در ناحیه شکم و کمر.

 ۴. ترشحات متعفن از واژن.

در صورت بروز و مشاهدهء هر یک از این علائم هرچه سریع­تر به پزشک یا بیمارستان مراجعه کنید. هنگام رجوع به بیمارستان نیاز به گفتن این امر نیست که علائم ناشی ازانجام سقط­جنین داروئی است، شما می­توانید بگوئید که دچار سقط­جنین طبیعی شده­اید. عوارض سقط­جنین داروئی همانند عوارض سقط­جنین طبیعی است، پزشک یا متخصص متوجه نخواهد شد که شما از دارو استفاده کرده­اید.

**۵. من بیشتر از ۱۲ هفته باردار هستم، آیا می­توانم با استفاده از میزوپرستول سقط­جنین کنم؟**

استفاده از میزوپرستول برای سقط­جنین زمانی­که بیش از ۱۲ هفته باردار هستید، هنوز امکان­پذیر است ولی خطررخ دادن عوارض بیشتر خواهد بود. ۴ تا ۸% از بانوانی که در این مرحله از بارداری اقدام به سقط­جنین با میزوپرستول می­کنند، خونریزی بسیار شدیدتری را تجربه کرده­اند. بانوان نباید به تنهائی اقدام به سقط­جنین کنند.

سقط­جنین داروئی با میزوپرستول پس از ۱۵ هفته بارداری، اکیدا منع می­شود. این­کار با خطرتات بسیار و جدی همراه است و می­تواند تاثیرات بسیار سنگین روحی و روانی را بر شخص داشته­باشد. در این دوره از بارداری این کار همانند تحریک بارداری می­باشد و درد آن شبیه درد زایمان است. توصیه می­شود که قرص­ها در اتاق انتظار مطب یا در خیابان شلوغ و پر رفت و آمد مصرف کنید که در هنگام وقوع عوارض و خونریزی شدید، امکان انتقال سریع شما به بیمارستان یا پزشک امکان پذیر باشد. هنگام رجوع به بیمارستان برای جلوگیری از قانونی قرار گرفتن تحت پیگرد نیاز به گفتن این امر نیست که علائم ناشی ازانجام سقط­جنین داروئی است، شما می­توانید بگوئید که دچار سقط­جنین طبیعی شده­اید. عوارض و درمان سقط­جنین داروئی همانند عوارض و درمان سقط­جنین طبیعی است، پزشک یا متخصص متوجه نخواهد شد که شما از دارو استفاده کرده­اید.

اگر بارداری بیشتر از ۱۲هفته (۸۴ روز) باشد بانوان می­توانند خود با استفاده از ۱۲ عدد قرص میزپرستول سقط­جنین کنند. هر ۳ ساعت **۲** عدد قرص را داخل واژن قرار داده و این کار تا وقوع سقط­جنین ادامه دهید. این­کار را بیشتر از ۵ مرتبه انجام ندهید.

در ۹۰% از موارد جنین در عرض ۲۴ ساعت سقط خواهد شد. قبل از داخل کردن قرص­ها در واژن دست­های خود را بشوئید و تا جای ممکن (نزدیک رحم) قرص­ها به داخل واژن فرو دهید. با خیس­کردن قرص­ها با آب دهان یا آب مقطر کاربرد قرص­ها بالا می­رود.

در این دوره از بارداری سقط جنین همراه با خونریزی بسیار شدید خواهد بود، همچنین لخته خون و جنین نیز قابل مشاهده خواهد بود که این امر می­تواند بسیار ناراحت کننده باشد.

اگر بر اثر عوارض ناشی از سقط­جنین نیاز به مراجعه به پزشک و یا بیمارستان دارید، مطمئن شوید که قرص­ها را قبل از مراجعه با انگشت از واژان خارج کرده­اید. بازمانده­های قرص می­تواند تا ۴ روز در واژن باقی بماند. با خارج کردن قرص­ها، پزشک نمی­تواند تشخیص دهد شما از قرص استفاده کرده­اید، شما می­توانید بگوئید که دچار سقط­جنین طبیعی شده­اید.

استفاده از میزپرستول برای انجام سقط­جنینپس از گذشت ۲۰ هفته از بارداری اکیدا منع می­شود. جنین در این مرحله از بارداری می­تواند خارج از رحم زنده بماند، استفاده از میزوپرستول در این مرحله زایمان را تحریک می­کند و شما زایمان خواهید کرد.

**۶. آیا می­توان در دوره­ء تغزیه کودک با شیر مادر سقط­جنین داروئی کرد؟**

توصیه می­شود در ۵ ساعت اولیه پس از مصرف میزوپرستول نوزاد را با شیر خود تغزیه نکنید و شیر تولید شده را دور بریزید. پس از گذشت ۵ ساعت می­توان نوزاد را با شیر مادر تغزیه کرد، اگر راه دیگری برای تغزیه وجود ندارد، تغزیه با شیر مادر به نوزاد صدمه یا آسیب نخواهد زد.

**۷. آیا می­توان پس از سقط­جنین داروئی باردار شد؟**

سقط­جنین داروئی هیچ تاثیری بر توانائی بارداری و باروری ندارد. با شروع فعالیت جنسی برای پیشگیری از بارداری، استفاده از روش­های ضد بارداری بهترین روش است.

**۸. آیا اگر در گذشته با استفاده از این روش سقط جنین کرده­ام، می­توانم دوباره از این روش استفاده کنم؟**

بانوان حدود ۴۰سال توانائی باروری دارند. برخی از بانوان به دلایل مختلف از جمله عدم دسترسی به روش­های پیشگیری از بارداری، اطلاعات لازم و مورد نیاز یا غیر موثر بودن روش­های پیشگیری از بارداری بیشتر از یک بار سقط­جنین می­کنند. سقط­جنین ایمن برای یک­بار یا بیش از یک­بار، هیچ تاثیری بر توانائی بارداری و باروری نخواهد گذاشت.

**۹. عواقب و اثرات استفاده از میزوپرستول هنگامی که باردار نیستید:**

استفاده از میزوپرستول هنگامی که باردار نیستید، خطری برای سلامتی شما نخواهد داشت. ولی اثرات استفاده از این دارو همانند سایر موراد (هنگامی که باردار هستید) خواهد بود: سرگیجه، تهوع و استفراغ و اسهال.

**۱۰. آیا می­توانم هنگامی که «اچ آی وی مثبت»**\* **هستم و یا مبتلا به «ایدز»\* هستم، میزپرستول مصرف کنم؟**

بانوان مبتلا به «اچ ای وی» می­توانند بلا مانع از میزوپروستول استفاده کنند، ولی احتمال کم­خونی و سرایت بیماری و عفونت در این افراد بیشتر می­باشد. این افراد باید هنگامی که از میزوپرستول استفاده می­کنند، آنی­بیوتیک (دکسیسییکلین\* ۲۰۰ میلیگرم، ۲ قرص در روز به مدت ۱ هفته)هم مصرف کنند. برای رفع کم­خونی می­توان از قرص­های آهن استفاده کرد.

»\* HIV positive«

)\*Doxycycline(

**۱۱. چه مدت طول می­کشد تا میزوپرستول شروع به کار کند و چه مدت اثرات این دارو (سرگیجه، تهوع و استفراغ، اسهال و خونریزی) ادامه خواهند داشت؟**

در اکثر موارد در عرض ۴ ساعت میزوپرستول شروع به کار خواهد کرد و اثرات آن قابل احساس خواهد بود. علائم و اثرات (سرگیجه، تهوع و استفراغ، اسهال و خونریزی) به مدت ۱۲ ساعت تا زمانی جنین سقط شود، ادامه خواهد داشت. در صورت بروز علائمی از قبیل خونریزی شدید و متداوم، احساس درد برای چند روز، تب، خونریزی پس از گذشت ۳ هفته، احساس درد هنگامی که شکم خود را فشار می­دهید مشاهده شود، احتمال می­رود جنین به­طور کامل سقط نشده­است. در چنین شرایطی برای درمان سقط­جنین ناقص به پزشک یا بیمارستان مراجعه کنید. نیاز به گفتن این امر نیست که علائم ناشی ازانجام سقط­جنین داروئی است، شما می­توانید بگوئید که دچار سقط­جنین طبیعی شده­اید. عوارض و درمان سقط­جنین داروئی همانند عوارض و درمان سقط­جنین طبیعی است، پزشک یا متخصص متوجه نخواهد شد که شما از دارو استفاده کرده­اید. برای جلوگیری از عفونت و خونریزی شدید حتما برای درمان به بیمارستان یا پزشک مراجعه کنید.

**۱۲. مقدار خونریزی چه اندازه خواهد بود و خون چه رنگی خواهد داشت؟**

به­طور طبیعی خون تازه قرمز و خون قدیمی قهوه­ای رنگ می­باشد. سقط­جنین همراه با خونریزی فراوان و قرمز رنگ خواهد بود. اگر خونریزی شدید نبوده­است، احتمال سقط­جنین ناقص وجود دارد. به مدت ۳ هفته پس از سقط­جنین خونریزی سبک خواهید داشت، در برخی از موارد این مدت طولانی­تر خواهد بود.

**۱۳. آیا همراه با خونریزی، زایعات دفع شده ( پلاسنتا و یا جنین) مشاهده می­شود؟**

بسته به مدت دوران بارداری، کیسهء بارداری همراه با لخته­های خون قابل مشاهده خواهد بود. اگر هنگام سقط­جنین مدت بارداری ۵ تا ۶ هفته باشد**،** خونریزی با لخته­های خون خواهید داشت. سقط­جنین در هفته نهم یا بیشتر، خونریزی همراه با دفع کیسهء بارداری و جنین خواهد بود و احتمال مشاهدهء جنین نیز وجود دارد. در هفته ۸ یا ۹ بارداری، جنین تقریبا ۲.۵ سانتیمتر رشد کرده­است. زایعات دفع شده را می­توانید در دستشوئی تخلیه کنید یا در زباله­دانی بیندازید.

**۱۴. اگر پس از مصرف دوز اول میزوپرستول شروع به خونریزی کردم، آیا باید مرحله دوم و سوم را نیز اجرا کنم؟**

علیرغم شروع خونریزی با مصرف دوز اول میزوپرستول، اجرای ۲ مرحلهء بعد و مصرف دوز در این مراحل واجب و ضروری می­باشد. با مصرف دوز در ۲ مرحلهء بعدی، احتمال ناقص بودن سقط­جنین کاهش می­­یابد. علائم بارداری از جمله سرگیجه، درد سینه و خستگی در طی چند روز پس از مصرف میزوپرستول رفع خواهد شد. برای کسب اطمینان از موفق بودن سقط­جنین می­توانید برای سنوگرافی به بیمارستان مراجعه کنید.

**۱۵. پس از استفاده از میزوپرستول، خونریزی بسیار کم و به اندازه­ای که انتظار میرفت نبوده­است، این به چه معناست؟**

کسب اطمینان که آیا سقط­جنین کلمل و موفقیت­آمیز انجام شده­است، بسیار مشکل است. اگر خونریزی بسیار کم بوده و بانو بر این باور است که هنوز باردار است، احتمال «بارداری خارج از رحم» وجود دارد یا اینکه بارداری خاتمه نیافته است. اگر به دلیل خونریزی کم مطمئن نیستید که آیا جنین سقط­ شده یا خیر، برای انجام سنوگرافی به بیمارستان مراجعه کنید. می­توانید به پزشک اعلام کنید که احتمال می­دهید سقطجنین طبیعی داشته­اید.

**۱۶. آیا خوردن و آشامیدن هنگام سقط­جنین بلا مانع است؟**

از مصرف مشروبات اکلی و استفاده از مواد مخدر اکیدا خودداری کنید. مصرف مشروبات اکلی و استفاده از مواد مخدر می­تواند تاثیر منفی بر تصمیم­گیری داشته باشد.

خوردن و آشامیدن در هنگام سقط­جنین بلامانع است، بر اثر سرگیجهء همراه با سقط­جنین برخی از بانوان اشتها به خوردن غذاهای سبک احساس را می­کنند.

**۱۷. اگر دارو پس از گذشت ۳ ساعت در مرحله دوم یا سوم مصرف نشود، این چه تاثیری بر کاربرد دارو خواهد داشت؟**

موثرترین روش تا هفته دوازدهم بارداری مصرف ۴ عدد قرص در هر مرحله می­باشد. ( هر مرحله: ۴ عدد قرص با فاصله ۳ ساعت). استفاده از دارو تا ۱۲ ساعت پس از دوز اول امکان­پذیرولی با تاثیر کمتر خواهد بود. مصرف ۱۰ تا ۱۲ قرص ظرف ۱۲ هفته اکیدا منع می­شود و برای سلامتی بسیار خطرناک است.

با پیشرفت بارداری رحم به میزپرستول حساس­تر خواهد بود و دوز بیشتر می­تواند باعث پارگی رحم شود.

اگر با یکبار سقط­جنین داروئی (۳مرحلهء کامل) جنین سقط نشده، می­توانید پس از گذشت چند روز دوباره اقدام به سقط­جنین داروئی کنید.

**۱۸. آزمایش بارداری پس از سقط­جنین مثبت نشان می­دهد، در این حالت چه کاری می­توان انجام داد؟**

برای استفاده از آزمایش بارداری و نتیجه معتبر و قابل اطمینان باید ۳ هفته صبر کنید.حتی پس از سقط­جنین، هرمون­های بارداری می­توانند هنوز در بدن باقی مانده باشند و به این دلیل آزمایش مثبت نشان می­دهد. برای تائید بارداری یا موفق بودن سقط­جنین بهترین روش، سنوگرافی است. برای این کار به پزشک یا بیمارستان مراجعه کنید.

**۱۹. علائم ادامهء بارداری (اگر سقط­جنین نا موفق بوده است) چیست و چه اقداماتی را باید در این مرحله انجام داد؟**

اگر پس از انجام سقط­جنین علائم بارداری از قبیل سرگیجه، حالت تهوع و استفراغ و خستگی رفع نشده است، این می­تواند به این معنا باشد که جنین به­طور موفقیت­آمیزی سقط نشده و بارداری ادامه خواهد یافت. برای کسب اطمینان می­توان سنوگرافی کرد یا پس از گذشت ۳ تا ۴ هفته آزمایش بارداری داد. اگر به دلیل علائم بارداری رفع نشده، مطمئن نیستید که آیا سقط­جنین موفق بوده یا خیر،منتظر نشده و برای سنوگرافی به بیمارستان مراجعه کنید.

اگر بارداری خاتمه نیافته­است، می­توانید پس از گذشت چند روز دوباره با استفاده از دارو سقط­جنین کنید. در این حالت احتمال موفقیت­آمیز بودن سقط­جنین ۸۰ تا ۹۰% خواهد بود.

اگرامکان دسترسی به اینترنت برای شما آسان می­باشد و بارداری کمتر از **۹** هفته است، به سایت «زنان در وب» برای کمک و راهنمائی مراجعه کنید. شما می­توانید از طریق پست داروهای «میفپرستینه»\* و میزوپرستول به آدرس مورد نظر خود دریافت کنید. این **۲** دارو برای انجام سقط­جنین موفق، ۹۷ تا % ۹۹ مطمئن هستنند. شما می­توانید برای اطلاعات بیشتر به آدرس\* زیر ایمیل خود را ارسال کنید:

)\*Mifepristone(

\*info@womenonweb.org

**۲۰. پس از گذشت چند روز درد شدید هنوز رفع نشده است:**

دردهای شدید پس از گذشت چند روز طبیعی نیست. در چند روز بعد از انجام سقط­جنین تنها خونریزی سبک طبیعی و عادی می­باشد. بهترین روش برای تائید بارداری یا موفق بودن سقط­جنین، سنوگرافی است.

باقی­مانده­های سقط­جنین همراه با خونریزی عادت ماهانه بعدی دفع خواهند شد. اگر سقط­جنین کامل و موفق­امیز نبوده باشد، باقی­مانده در رحم خواهد ماند و دفع نمی­شود.

برای درمان می­توانید از دوز اضافی استفاده کنید (۲ عدد قرص میزوپرستول را به مدت ۳۰ دقیقه زیر زبان نگه داشته و از قورت دادن بپرهیزید). همچنین می­توانید برای درمان از روش کورتاژ بهره­مند شوید که توسط پزشک یا متخصص انجام می­شود.

**۲۱. چگونه می­توان سقط­جنین ناقص طبیعی یا داروئی را درمان کرد؟**

برای درمان می­توانید از دوز اضافی استفاده کنید. همچنین می­توان از روش کورتاژ بهره­مند شد که توسط پزشک یا متخصص انجام می­شود. دوز اضافی: ۲ عدد قرص میزوپرستول را به مدت ۳۰ دقیقه زیر زبان نگه داشته و از قورت دادن بپرهیزید.

پزشک در چنین شرایطی موظف به کمک می­باشد

**۲۲. چگونه می­توان علائم عفونت را تشخیص داد؟**

هنگامی که تب از **۳۸** درجه سلسیوس (**۱۰۰** درجه فارنهایت) بالاتر و بیشتر از **۲۴** ساعت ادامه داشته باشد یا هنگامی که تب بالاتر از **۳۹** درجه باشد و یا هنگامی که ترشحات واژن غیر طبیعی و عادی نباشد.

در صورت مشاهده و بروز چنین عوارضی حتما به پزشک مراجعه کنید. برای درمان عفونت از داروهای آنتی­بیوتیک استفاده می­شود. رایج­ترین داروی آنتی­بیوتیک «داکسی­سیک­لاین»\* می­باشد.

»\*Doxycycline«

**۲۳. کدام علائم نشان­دهندهء بارداری خارج از رحم هستند؟**

اگر بارداری همراه با «غش کردن» یا دردهای بسیار شدید در ناحیه شکم همراه است، هر چه سریعتر به پزشک مراجعه کنید زیرا احتمال بارداری خارج از رحم به دلیل پارگی رحم وجود دارد. بارداری خارج از رحم تهدید بزرگی برای سلامتی وجان بانوان است و هر چه سریع­تر باید درمان شود. درمان داروئی بارداری خارج از رحم با داروئی به نام «متروترکسیت»\* می­باشد که با استفاده از این دارو بارداری را خاتمه می­­یابد، با عمل جراحی که جنین از بدن خارج می­شود.

)\*Methrotrexate(

**۲۴. هنگامی که به دلیل بروز عوارض به بیمارستان مراجعه می­کنم چه اطلاعاتی را می­توان در میان با پزشک در میان گذاشت؟**

هنگام مرجعه به پزشک یا بیمارستان نیاز به دادن اطلاعات نیست و شما می­توانید بگوئید که دچار سقط­جنین طبیعی شده­اید.

درمان عوارض سقط­جنین داروئی همانند درمان عوارض سقط­جنین طبیعی است. هنگام رخ­دادن عوارض می­توانید به پزشک و یا به بیمارستان مراجعه کنید. پزشک قادر به تشخیص نیست که از دارو استفاده شده است. برای درمان عوارض سقط­جنین پزشک عمل کورتاژ را انجام خواهد داد. پزشک در چنین شرایطی موظف به کمک می­باشد. اگر قرص­ها را برای سقط­جنین داخل واژن قرار داده­اید، قبل از مراجعه مطمئن شوید که تمامی قرص­ها و باقی­ماندهء آنها را از واژن خارج کرده­اید.

**۲۵. آیا با آزمایش خون یا آزمایش­های دیگر می­توان تشخیص داد که از میزوپرستول استفاده شده است؟**

خیر. با آزمایش خون یا هر آزمایش دیگری نمی­توان استفاده از میزوپرستتول را ثابت کرد یا تشخیص داد. پزشک نیز نمی­تواند فرق بین سقط­جنین طبیعی و داروئی را تشخیص دهد.

**۲۶. در صورت استفاده از میزوپرستول و ادامه داشتن بارداری، چقدر احتمال ناقص الخلق بودن جنین وجود دارد؟**

برای اطمینان، کاهش احتمال و جلوگیری از ناقص­الخلق بودن جنین توصیه می­شود که بارداری را خاتمه دهید. بین استفاده از میزپرستول و ناقص­الخلق بودن جنین رابطه وجود دارد. عوراض استفاده از میزوپرستول بر جنین می­تواند بر شکل جمجمه و اندام تاثیرگذار باشد (موبیوس سیندرم)\*. با این حال احتمال ناقص­الخلق بودن جنین کم می­باشد (کمتر از یک مورد ناقص­الخلق بودن جنین از هر ۱۰۰۰ مورد هنگامی که از میزوپرستول استفاده شده است).

)\*Mobius Syndrome(

برای مقایسه:

هنگامی که مادر ۲۵ سال دارد، احتمال داشتن «سیندرم داون»\* ۱ مورد از هر ۱۳۰۰ کودک می­باشد.

هنگامی که مادر ۳۵ سال دارد، این احتمال با ۱ مورد از هر ۳۶۵ کودک افزایش می­یابد. طبیعتا این احتمال با استفاده از میزپرستول بیشتر خواهد بود. برای کسب اطمینان و رفع نگرانی برای انجام سنوگرافی به پزشک مراجعه کنید. با سنوگرافی می­توان تشخیص داد که آیا جنین ناقص­الخلق است یا خیر.

»\*Down syndrome«

**۲۷. آیا امکان بارداری بلافاصله پس از مصرف میزوپرستول وجود دارد؟**

بلی. اگر می­خواهید از بارداری ناخواسته جلوگیری کنید، توصیه می­شود از روش­های پیشگیری از بارداری استفاده کنید.

کاندم بهترین روش می­باشد، استفاده از قرص­های ضد بارداری و سایر روش­های پیشگیری هورمونی، حلقه یا تزریق رامی­توان در روز استفاده از میزو پرستول شروع کرد. اگر به هر دلیلی سقط­جنین به­طور کامل انجام نشده و بارداری ادامه پیدا کرده است، استفاده از روش­های هورمونی برای پیشگیری از بارداری، برای جنین خطرناک است. شما باید از موفق بودن سقط­جنین مطمئن باشید. استفاده از روش­های پیشگیری از بارداری تا زمان بازگشت عادت ماهانه عادی و منظم، کمتر معتبر خواهند بود و به همبن دلیل توصیه می­شود که از کاندم نیز استفاده کنید.

بین ۴ تا ۱۴ روز پس از استفاده از میزوپرستولعلارغمخونریزی سبک، می­توان «آی یو دی» را در رحم قرار داد. همچنین می­توان تا دوره بعدی عادت ماهانه برای استفاده از «آی یو دی» صبر کرد. توصیه می­شود در این فاصله از روش­های دیگر پیشگیری از بارداری استفاده کنید.

اگر پس از سقط­جنین تصمیم به باردار شدن دارید، توصیه می­شود تا دوره بعدی عادت ماهانه (معمولا ۴ تا ۶ هفته) صبر کنید و در این فاصله از روش­های پیشگیری از بارداری استفاده کنید. تخمک­سازی بین یک تا دو هفته پس از سقط­جنین انجام خواهد شد و شما می­توانید باردار شوید.

**۲۸.پس از گذشت چه مدت بعد از سقط­جنین می­توان شروع به داشتن رابطهء جنسی کرد؟**

توصیه می­شود که به مدت **۵** روز پس از سقط­جنین تا شروع رابطه جنسی صبر کرد. به دلیل باز بودن ورودی رحم، واگیری عفونت وجود دارد. در **۵** روز پس از سقط­جنین از استفاده از تامپون و داخل کردن شیء خارجی به واژن بپرهیزید.

**۲۹. آیا پس از سقط­جنین دچار مشکلات روحی و روانی خوهم شد؟**

اگر از انتخاب خود برای سقط­جنین مطمئن نیستید، حتما در این مورد با دوست یا شخصی قابل اطمینان صحبت و مشورت کنید.

بعضی از بانوان پس از سقط­جنین نیاز به کمک روحی ومشاوره با روان­پزشک ندارند. احساس پشیمانی پس از سقط­جنین کمتر دیده­ می­شود. به­درستی و طبیعتا برخی از بانوان پس از سقط­جنین احساس آسودگی خاطر می­کنند. احساسات گذرا همانند ناراحتی، افسوس و احساس گناه معمولی و در بیشتر موارد بین بانوان مشترک است. این احساسات طبیعی و عادی هستند و پس از گذشت چند روز رفع خواهد شد.

در بعضی از کشورها که سقط­جنین بعنوان «تابو» و «ننگ» دیده­ می­شود، بانوان بیشتر با مشکلات روحی روبه­رو هستند و بیشتر از احساس گناه و شرم رنج می­برند. برخی از بانوان هنگامی­که دچار احساس گناه نیستند در مورد خودشان احساس بدی دارند. مهم درک ناراحتی و رنج می­باشد که برای بازیافتن آرامش و ادامه زندگی موثر می­باشد.

شما نباید هرگز فکر کنید که با انجام دادن سقط­جنین آدم بدی هستید. شما تنها فردی نیستید که سقط­جنین کرده­اید و شاید باعث تعجب شما شود اگر بدانید که سالانه ۴۲ میلیون بانو همانند شما سقط جنین می­کنند.

**۳۰. آیا زایمان در منزل ایمن است؟**

اگر دورهء بارداری بدون مشکل بوده­است، بانوان می­توانند در خانه با کمک متخصص زایمان کنند. متاسفانه در برخی از مواقع دسترسی به متخصص و یا شخص آگاه ممکن نمی­باشد و بانوان مجبورند به تنهائی و یا با افرادی که در این زمینه دارای اطلاعات کافی نیست، زایمان کنند. اگر دورهء بارداری همراه با مشکلات و عوارض برای مثال بالا بودن فشار خون، مرض قند یا کم­خونی شدید بوده، توصیه می­شود که حتما برای زایمان به بیمارستان مراجعه کنید.

هنگام زایمان می­توانید با مشکلاتی از قبیل بزرگ­تر بودن اندازهء نوزاد، موقعیت قرارگیری جنین در رحم، طولانی شدن زایمان یا منقبض نشدن کافی رحم به زودی و به اندازهء کافی پس از زایمان مواجه شوید. در چنین شرایطی بانو را هر چه سریع­تر برای زایمان ایمن تحت نظارت پزشکی به بیمارستان منتقل کنید.

**۳۱. «خونریزی پس از زایمان (پی پی اچ)»\* چیست و چه زمانی رخ می­دهد؟**

\*( Postpartum hemorrhage, PPH(

«پی پی اچ» به خونریزی شدید در عرض ۲۴ ساعت پس از زایمان گفته می­شود. این به این معناست که بیش از **۵۰۰** میلیگرم خون از دست بدهید.حتی اگر زایمان بدون مشکل و عوارض بوده­است، احتمال وقوع «پی پی اچ» وجود دارد. «پی پی اچ» علت اصلی مرگ بانوان هنگام زایمان است (**۲۵%** از مرگ مادران در سطح جهانی).

از هر ۵۱۵.۰۰۰ مادر ۱۲۵.۰۰۰ جان خود را به دلیل خونریزی پس از زایمان از دست می­دهد.

**۳۲. از چه علائمی «پی پی اچ» را می­توان تشخیص داد؟**

گاهی اوقات تشخیص «پی پی اچ» آسان نیست. خونریزی می­تواند تدریجی و به مدت چند ساعت طول بکشد.

**۳۳. علل بروز «پی پی اچ» چیست؟**

دلیل اصلی خونریزی پس از زایمان منقبض نشدن رحم است (۷۰-۹۰% ). از دلایل دیگر «پی پی اچ» می­توان آسیب دیدگی یا پارگی مجرای زایمان، دفع نشدن پلاسنتا، پارگی یا واژگونی رحم و « لخته شدن غیر طبیعی خون در رگ (دی آی سی)\*» را نام برد.

\*(disseminated intravascular coagulopathy)

**۳۴. چه زمانی پلاسنتا دفع می­شود؟**

در ۹۰% از موارد پلاسنتا در عرض ۱۵ دقیقه پس از زایمان دفع خواهد شد. در مواردی که پلاسنتا در عرض **۳۰** دقیقه دفع نشده است، احتمال وقوع «پی پی اچ» شش برابر بیشتر خواهد بود.

**۳۵. در چه مواردی رحم منقبض نمی­شود؟**

 **-** هنگامی که باقی­مانده­های پلاسنتا در رحم باقی مانده و هنوز دفع نشده است.

 **-** اگر رحم به دلیل داشتن دوقلو، جنین بزرگ یا از دست دادن مایعات، بزرگتر از اندازهء معمول است.

 **-** اگر زایمان طولانی و یا کوتاه تر از حد معمول باشد.

 **-** مثانه پر.

**۳۶. چگونه می­توان از «پی پی اچ» پیشگیری کرد؟**

با انجام اقدامات زیر پس از تولد نوزاد و قبل از دفع پلاسنتا، می­توان احتمال بروز «پی پی اچ» را تا ۶۰%

کاهش داد:

**۱**. نوزاد را بلافاصله پس از زایمان خشک کرده و بر روی شکم یا سینه مادربرای شیر دادن، قرار دهید (توصیه می­شود برای پیشگیری و کاهش ابتلاء نوزاد مادران سیرو پازیتیو\* بهتر است نوزاد را با شیر خود تغزیه نکنند). سر نوزاد را با یک حوله و یا پارچه گرم بپوشانید.

\* (HIV Positive)

**۲.**  پس از یک دقیقه بعد از تولد شکم را برای پیدا کردن اطمینان که نوزاد دیگری در رحم مادر (دوقلو)نیست، معاینه کنید. اگر از نبودن نوزاد دیگر اطمینان حاصل کردید، برای انقباض رحم ۳ عدد قرص میزوپرستول ۲۰۰ میلیگرمی را زیر زبان قرار دهید. این کار را مادر نیز خود می­تواند انجام دهد.

**۳.** با گیره­­بند ناف، بند ناف را گرفته و بند ناف را با اسکالپل استریل قطع کنید. سپس صبر کنید تا پلاسنتا خارج (دفع) شود. فردی که در این زمینه تجربهءکافی و لازمه را دارد می­تواند برای سریع­تر منقبض شدن رحم با انجام موارد زیر کمک کند:

پس از زیر زبان گذاشتن میزوپرستول، بند ناف را با اسکالپل استریل قطع کنید، یک دست را بر ناحیه زیر شکم قرار داده و به آرامی بند ناف را هنگامی که رحم شروع به انقباض می­کند، بکشید.

**۴.** پس از دفع پلاسنتا تا انقباض رحم را ماساژ دهید. این کار را هر **۱۵** دقیقه یکبار برای **۲** ساعت انجام دهید. این کار را خود بانو یا شخص دیگری نیز می­تواند انجام دهد.

**۳۷. اگر پس از مصرف میزوپرستول خونریزی ادامه پیدا کرد چه اقداناتی باید انجام داد؟**

حتی با انجام اقدامات برای پیشگیری از «پی پی اچ» در ۳%از موارد بیش از ۱۰۰۰ میلی­لیتر خون از دست می­رود. اگر پس از پس از استفاده از میزوپرستول خونریزی کمتر و یا قطع نشده است، هر چه سریع­تر به بیمارستان مراجعه کنید.

**۳۸. استفاده از میزوپرستول هنگامی که نوزاد دیگری هنوز در رحم است، چه عواقبی به دنبال خواهد داشت؟**

استفاده از میزوپرستول با وجود نوزاد دیگری در رحم، باعث پارگی رحم می­شود و بسیار خطرناک است.

 **۳۹. آیا دارو­های دیگری برای انقباض رحم وجود دارد؟**

بلی. تزریق «اکسی­توکین»\* یا «ارگمتریک»\* باعث انقباض رحم می­شود و از خونریزی پیشگیری می­کند. تزریق باید توسط متخصص انجام شود. برای استفاده از میزوپرستول نیاز به فرد متخصص نیست و هچنین ارزان­تر است و بانو خود نیز خود می­تواند قرص را زیر زبان خود قرار دهد.

\*Oxytocin or \*Ergometrine

**۴۰. عوارض جانبی استفاده از میزوپرستول پس از زایمان چیست؟**

تب و لرز، سرگیجه، تهوع و استفراغ، اسهال و درد در ناحیه شکم.

**۴۱. آیا می­توانم پس از استفاده از میزوپرستول پس از زایمان نوزاد را با شیر خود تغزیه کنم؟**

بلی. تغزیه نوزاد با شیر مادر پس از استفاده از میزوپرستول پس از زایمان بلامانع است. مادران سیرو پازیتیو\* بهتر است نوزاد خود را با شیر خود برای پیشگیری و کاهش ابتلا نوزاد تغزیه نکنند).

\* (HIV Positive)

**۶ برنامه آموزشی یک­روزه**

از چک­لیست و موارد ذکر شده در آن استفاده کرده و مطمئن شوید تمامی نکات را به یاد دارید.

از حضار پرسش­کنید و مطوئن شوید تمامی مطالب را کاملا و به درستی دریافت کرده­اند و گروهی کار کنید.

در مورد مشکلاتی که با آن در جامعه روبه­رو هستند بپرسید و صحبت کنبد.

تعداد افراد گروه نباید بیشتر از ۱۰ تا۲۰ نفر باشد.اطلاعات شما پایه­ای می­باشد و شما دارای پیشینه پزشکی و تخصصی نیستید. اگر پاسخ پرسشی را نمی­دانید از پاسخ دادن اجتناب کنید و با پزشک یا متخصص مشورت کنید یا پرسش را به ایمیل\* ارسال کنید.

info@womenonweb.org\*

۸.۰۰ الی ۸.۱۵ خوش­آمد گوئی و آشنائی

۸.۱۵ الی ۸.۴۵ علل مرگ و میر مادران. آموزش دربارهء میزوپرستول (کاربرد و طرز استفاده). اطلاعات

 زمینه­ای و مورد نیاز دربارهء عادت ماهانه، دوران بارداری، روش­های پیشگیری از بارداری.

۸.۴۵ الی ۹.۱۵ «پی پی اچ»: کاربرد و طرز استفادهء میزوپرستول، چه زمان به بیمارستان مراجعه کنید، ( از چک­لیست برای پرسش و دوره استفاده کنید)

۹.۱۵ الی ۹.۴۵ پرسش و پاسخ حضار دربارهء اطلاعات داده­شده ( از حضار بپرسید آیا فردی را می­شناسند که سقط جنین کرده است)

۹.۴۵ الی ۱۰.۱۵ زنگ تفریح

۱۰.۱۵ الی ۱۱.۴۵ استفاده از میزوپرستول برای سقط­جنین داروئی

اساس حقوقی (آزادی اطلاع­رسانی)

هشدارها و توصیه­ها

میزان مصرف دارو (دوز): در ۳ مرحله هر ۳ ساعت ۴عدد قرص زیر زبان.

عوارض جانبی: (خویریزی، سرگیجه، اسهال) مشابه عوراض سقط­جنین

چه زمان به پزشک مراجعه کرد: (خونریزی شدید، تب، درد متداول، ترشحات متعفن)

بعد از مصرف: (روش­های پیشگیری از بارداری)

چگونگی تهیه دارو و شکل برخورد در داروخانه

۱۱.۴۵ الی ۱۲.۳۰ پرسش­های حضار

سپس از لیست «پرسش های متداول و پاسخ» استفاده کنید و از حضار بخواهید که پاسخ دهند. توجه داشته باشید که همگی در این قسمت شرکت داشته باشند.

۱۲.۳۰ الی ۱۳.۳۰ ناهار

۱۳.۳۰ الی ۱۴.۴۵ تقسیم به گروه­های کوچک­تر (هر گروه متشکل از ۳ نفر)

 بازی نقش (یک نفر نقش فردی که نیاز به اصلاعات داردو و دیگری نقش مشاور را بازی می­کند. نفر سوم به عنوان بیننده دقت می­کند آیا اطلاعات به درستی منتقل می­شود و در آخر نظر خود را ارئه می­دهد. هر گروه شش سناریو را بازی می­­کند، به این شکل همگی می­تواننند هر یک نقش را بازی کنند (۳ مرتبه بازی نقش در ارتباط با «پی پی اچ»، ۳ مرتبه بازی نقش در ارتباط با سقط­جنین ایمن).

۱۴.۴۵ الی ۱۵.۰۰ هر گروه توضیح دهد در چه مواردی نیاز به اطلاعات بیشتر دارد.

۱۵.۰۰ الی ۱۵.۱۵ زنگ تفریح

۱۵.۱۵ الی ۱۵.۴۵کدام قسمت نیاز به تکرار داد؟ راه­های انتقال اطلاعات به دیگران.

۱۵.۴۵ الی ۱۶.۱۵چگونه داروخانه ها را از کارکردهای میزوپرستول مطلع سازیم؟

۱۶.۱۵ الی ۱۶.۳۵ آزمون ، پرسش و پاسخ

۱۶.۳۵ الی ۱۶.۵۰خلاصه­بندی و نتیجه­گیری

منابع علمی:

- "Frequently asked questions about medical abortion" WHO 2006 http://www.who.int/reproductivehealth/publications/unsafe\_abortion/9241594845/en/index.html

- Von Hertzen H, ea WHO Research Group; Efficacy of two intervals and two routes of administration of misoprostol for termination of early pregnancy: a randomized controlled equivalence trial, Lancet. 2007 Jun 9;369(9577):1938-46.

- Prevention and Treatment of Post-partum Haemorrhage: New Advances for Low Resource Settings. Joint Statement International Confederation of Midwives (ICM) International Federation of Gynaecology and Obstetrics (FIGO) <http://www.figo.org/files/figo-corp/docs/PPH%20Joint%20Statement%202%20English.pdf>

**۷ پرسش های سه گزینه ای**

**۱. کی می­توان باردار شد؟**

الف) **۱۴** روز پس از اولین روز عادت ماهانه.

ب) زمان باروری، **۵** تا **۷** روز قبل از عادت ماهانه.

پ) در تمام مدت دوره عادت ماهانه.

**۲. برای پیشگیری از بارداری پس از تجاوز یا مقاربت ناخواسته چه اقداماتی باید انجام داد:**

الف) عرض ۱۲ ساعت حمام با آب گرم.

ب) مصرف ۲ تا ۴قرص ضد بارداری در عرض ۷۲ ساعت، سپس ۲ تا ۴ قرص دیگر در عرض ۱۲ ساعت.

پ) مصرف ۲ عدد قرص میزوپرستول در عرض ۷۲ ساعت.

**۳. آیا راهی برای کاهش مبتلا شدن به «اچ آی وی» پس ار تجاوز وجود دارد؟**

الف) خیر. ۶ ماه صبر کرده و با انجام آزمایش تائید و تعین شود.

ب) بلی. به بیمارستان مراجعه کرده و از قرص «پ ا پ» استفاده کنید.

پ) خیر. «پ ا پ» تنها در مواردی موثر خواهد بود که فرد با اشیاء عفونی در تماس بوده­است.

**۴. روش درست کاهش احتمال بروز «پی پی اچ»:**

الف) با قرار دادن ۳عدد قرص میزپرستول بلافاصله پس از زایمان در داخل واژن.

ب) امکان کاهش پی پی اچ وجود ندارد.

پ) با قرار دادن ۳ عدد قرص میزپرستول بلافاصله پس از زایمان زیر زبان.

**۵. در کدام مورد نباید از میزوپرستول پس از زایمان استفاده کرد:**

الف) پلاسنتا هنوز در رحم است.

ب) جنین دیگری در رحم است (دوقلو).

پ) فرد متخصص حاضر نیست.

**۶. درست ترین روش استفاده از میزوپرستول:**

الف) ۴ عدد قرص میزپرستول ۲۰۰ میکروگرمی بلافاصله پس از زایمان در داخل واژن قرار داده. پس از ۲ ساعت ۴ عدد قرص میزپرستول را قورت داده.

ب) ۴ عدد قرص میزپرستول ۲۰۰ میکروگرمی بلافاصله پس از زایمان به مدت ۳۰ دقیقه زیر زبان نگه داشت. پس از ۳ ساعت این را دوباره تکرار کرد. پس از ۳ ساعت این را دوباره و برای بار آخر تکرار کرد.

پ) ۶ عدد قرص میزپرستول ۴۰۰میکرگرمی را قورت داده، ۶ ساعت صبر کرده سپس ۶ عدد قرص میزپرستول در داخل واژن قرار داده.

**۷. چه زمانی باید به بیمارستان مراجعه کرد؟**

الف) درد شدید با استفاده از میزپرستول.

ب) خونریزی شدید.

پ) سرگیجه با استفاده از میزوپرستول.

**۸. دلیل عدم خونریزی پس از مصرف میزوپرستول:**

الف) بارداری پیشرفت کرده و دارو دیگر موثر نیست.

ب) بارداری خارج از رحم.

پ) بارداری دوقلو.

**۹. پس از سقط جنین چه زمان می­توان باردار شد؟**

الف) پس از سقطجنین.

ب) در عرض یک هفته پس از سقط جنین.

پ) پس از دورهء عادت ماهانه بعدی.