আমি কিভাবে খাবার বড়ি, ব্যবহারের মাধ্যমে আমার বন্ধমাসিক নিয়মিতকরন MR/ গর্ভাবস্থার অবসান করতে পারি?

যদি কোন মহিলা) সেরা ও নিরাপদ উপায়ে সে নিজেই ৯ সপ্তাহ পর্যন্ত তার বন্ধ মাসিক নিয়মিত করন করতে চায়, তবে সে ২ প্রকারের ঔষধ ব্যবহার করতে পারে (MR/ গর্ভপাত পিল, RU 486 Mifegyn, Mifeprex) নামে পরিচিত। এবং Misoprostol যাহা Cytotec, Arthrotec, Oxaprost, Cyprostol, Mibetac, Prostokos অথবা Misotrol) নামে পরিচিত।

যেভাবে চিকিৎসা সম্মত ভাবে এটা করা হয় তার সফলতার হার ৯৭% ভাগ হয়তো এমন কোন দেশে আপনি বাস করছেন যেখানে স্বাস্থ্যসম্মত ও নিরাপদ MR/ গর্ভাবস্থা মোচনের ব্যবহার নাই অথচ আপনি চিকিৎসা সম্মত পদ্ধতিতে Mife Pristone এবং Misoprostol এর মাধ্যমে MR/ গর্ভপাত করাতে চান। তবে স্ত্রিনে বর্নিত ঠিকানায় Women on Web.লগ-অন করতে পারেন। এটা একটি অনলাইন মেডিক্যাল MR/ গর্ভপাত ব্যবস্থা যা আপনাকে মেডিক্যাল MR/ গর্ভপাতের এর ব্যাপারে সহায়তা
করার জন্য একজন বিশেষজ্ঞ ডাক্তারের পরামর্শ গ্রহনের ব্যবস্থা করতে পারে ।

এছাড়াও একজন মহিলা নিজেরও তার ৯ সপ্তাহ পর্যন্ত বন্ধ মাসিক নিয়মিত করন (MR/ গর্ভপাত করতে পারেন শুধু Misoprostol ব্যবহারের মাধ্যমে।

এই ওয়েব সাইটের মাধ্যমে আমরা Misoprostol সম্পর্কে কিছু তথ্য উপস্থাপন করছি। কি ধরনের পূর্ব সতর্কতা গ্রহন করা আবশ্যক, ঔষধের কার্য্যকারীতা, সবচেয়ে কার্য্যকরী ডোজ, কোন মহিলাদের প্রত্যাশা এবং সাম্ভাব্য জটিলতা/উপসর্গ । আমরা অবশ্য এর সপক্ষে কিছু বৈজ্ঞানিক ব্যাখা প্রদান করেছি, শুধু Misoprostol

যে সকল দেশে নিরাপদ ও বৈধ MR/ গর্ভপাত করার সুযোগ আছে এমন দেশে বসবাসকারী মহিলার ক্ষেত্রে, তাকে অবশ্যই MR ডাক্তারের কাছে যেতে হবে।

ক্লিনিকের বিষয় জানতে হলে দেখুন www.womenonwaves.org/article-456-en.html লিংক দেখুন ।

কিছু কিছু মহিলা তাদের বন্ধ মাসিক নিয়মিত করনের জন্য ধারাল বা নোংরা বস্তু জরায়ুর মধ্যে প্রবেশ করায় অথবা জরায়ু ছিদ্র করে ফেলে। এটা খুবই বিপদজনক এবং কখনই এটা করা উচিত নয়, কারন এর ফলে মহিলার জরায়ুর ভিতরে ক্ষত সৃষ্টি হয় এবং তা থেকে সংক্রমন মাত্রাতিরিক্ত রক্তক্ষরন এর মত উচ্চমাত্রার ঝুঁকি থেকে যায় কারনে মহিলার মৃত্যু পর্যন্ত হতে পারে।

অনেক মহিলার ক্ষেত্রে তার বন্ধ মাসিক নিয়মিত করনের গর্ভাবস্থা মোচনের সিদ্ধান্ত গ্রহন করা খুব কঠিন হয়ে থাকে। যখন তারা তাদের MR/ গর্ভপাত অথবা বিকল্প কিছু ব্যবস্থার ব্যাপারে কোন স্বাস্থ্য সহায়তাকারীর সাথে কথা বলতে পারেনা। আমরা তাকে পরামর্শ দিতে চাই তিনি যেন এ ব্যাপারে অব্যশই তার একজন ভাল বন্ধু অথবা খুব ঘনিষ্ট কোন আত্মীয়ের সাথে পরামর্শ করেন। আমরা খুব গুরুত্ব সহকারে পরামর্শ দিতে চাই। অবিবাহিত যুব মহিলারা যেন অবশ্যই তার মা, বাবার সাথে অথবা তার কোন আত্মীয়ের সাথে বিষয়টি নিয়ে আলোচনা করতে পারে, যিনি বিশ্বস্ততার সাথে মেয়েটির অবস্থা ও তার নিজের সিদ্ধান্ত ও MR/ গর্ভপাত করার নিয়মাবলী বুঝতে পারেন।

মহিলাদের আগে নিশ্চিত হতে হবে যে, তারা তাদের বন্ধ মাসিক নিয়মিত MR গর্ভপাত করতে চায় কিনা, যদি সত্যিকার অর্থে, অন্যকোন কারন না থাকে তরে সে ডাউনলোড/প্রিন্ট করে নিতে পারে এবং তাকে নির্দেশনাবলী খুব সতকতার্র সাথে যত্ন সহকারে পড়তে হবে। সবচেয়ে ভাল হয় যদি সে তার কোন ঘনিষ্ঠ বন্ধুর সাথে কথা বলতে পারে,

একজন মহিলা কখনই একাকী এটা করবেনা ।

যদি এ প্রক্রিয়ার ব্যপারে কোন প্রশ্ন থাকে অথবা তার অভিজ্ঞতা সে বিনিময় করতে চায় বা বলতে চায় তবে নিম্নে বর্নিত তথ্যদি পাঠ করে নিম্ন ঠিকানায় ই-মেইল করতে পারে info [at] womenonweb.org

বন্ধ মাসিক নিয়মিত MR গর্ভপাত করনে Misoprostol কিভাবে কাজ করে থাকে ?

একজন মহিলা মেডিক্যাল MR গর্ভপাত সে নিজে করতে পারে না, যদি তার ৯ সপ্তাহের বেশী মাসিক বন্ধ থাকে।

Misoprostol জরায়ুকে সংকোচন করে থাকে, যায় ফলে জরায়ুর মুখ খুলে যায় এ সময় একজন মহিলা ব্যাথা যুক্ত টাঁশ বা খিল ধরা, যোনীপথে রক্ত যাওয়া যা সাধারন মাসিক চেয়ে বেশী পরিমানে, খাবারের প্রতি অনাগ্রহ, বমিভাব এবং পাতলা পায়খানা হতে পারে। এক্ষেত্রে অতিরিক্ত রক্তক্ষরনের ঝুকি রয়েছে যার কারনে তার চিকিৎসা ডাক্তারকে দিয়ে করাতে হবে। যদিও Misoprostol দিয়ে বন্ধ মাসিক MR/গর্ভপাত নিয়মিত করনের সফলতা ৮০% শতাংশ। Misoprostol সাধারনত প্রায় সবদেশেই সহজলভ্য ঔষধ।

Misoprostol এর সাহায্যে বন্ধ মাসিক নিয়মিত করনের MR/ গর্ভপাত অভিজ্ঞতা সাধারন

এখন আমরা কিছু গুরুত্বপূর্ন তথ্য প্রদান করবো যা প্রত্যেক মহিলাকে জানাবে কিভাবে ঔষধের সাহায্যে MR / গর্ভপাত করা হয়।

একজন মহিলাকে নিশ্চিত হতে হবে যে, সে গর্ভবতী। এ জন্য সে প্রেগনেন্সী টেষ্ট বা আল্ট্রাসাউন্ড করতে পারে।
যদি একজন মহিলা ১০০% ভাগ নিশ্চিত ভাবে সিদ্ধান্ত নেয় যে, সে তার MR /গর্ভাবস্থার সমাপ্তি ঘটাবে তখনই Misoprostol ব্যবহার করতে হবে।

Misoprostol ব্যবহারের আগে একজন মহিলাকে আল্ট্রাসাউন্ড করতে হবে। আল্ট্রাসাউন্ড রিপোর্ট থেকে তার মাসিক বন্ধ সম্পর্কে এবং সে কত সপ্তাহের গর্ভবতী তা জানা যাবে।

৯ সপ্তাহের বেশী গর্ভবতী হলে Misoprostol ব্যবহার করা যাবেনা ।

৯ সপ্তাহ গর্ভবতী অথাৎ ৬৩ দিন ১ম মাসিক শুরুর পরের দিন থেকে। যদি কোন মহিলা মনে করে যে, সে ৯ সপ্তাহের বেশী সময় ধরে মাসিক বন্ধ/গর্ভবতী অথবা আল্ট্রাসাউন্ড রিপোর্টও যদি একই কথা বলে, তবে আমরা ডাক্তারের তত্বাবধানে ছাড়া আমরা তাকে Misoprostol ব্যবহারের পরামর্শ দেই না।

ঔষধের কার্য্যকারীতার সাথে অতিরিক্ত রক্তক্ষরন, অসহ্য ব্যাথা শুরু হয় অন্যান্য জটিলতার পরিমান বৃদ্ধি পায়, এটা নির্ভর করে সাধারনত কতদিনের গর্ভবতী/মাসিক বন্ধ ছিল, সেই সময়সীমার উপর।

একজন মহিলা কখনই সে নিজে তার MR/গর্ভমোচনের চেষ্টা করবে না।

যখন গর্ভমোচন করা হবে। তখন কাউকে পাশে রাখা খুব গুরুত্ব পূনঃ তবে সে তার পার্টনার, স্বামী, অথবা ঘনিষ্ঠ কোন আত্মীয় হতে পারে এবং সে এ সম্পর্কে জানে এবং যদি কোন জটিলতা দেখা যায় তবে সে সাহায্য করতে পারে। যখন মহিলার রক্তক্ষরন শুরু হবে। তখন তাকে খুব কাছে থাকতে হবে, যদি কোন জটিলতা দেখা দেয়।

মহিলার যদি কোন গুরুতর অসুস্থতা না থাকে তবে চিকিৎসকের তত্বাবধানে ছাড়াও Misoprostol ব্যবহার করা যাবে।

বেশীর ভাগ অসুস্থতায় কোন সমস্যা হয় না। কতকগুলি গুরুতর অসুস্থতা আছে, যেমন ঃ- উদাহরণ সরুপ, মারাত্মক রক্তশুন্যতা, এটা সমস্যা সৃষ্টি করতে পারে কারন এর সাথে প্রচুর রক্তক্ষরনের সম্পর্কে রয়েছে। যদিও মারাত্মক অসুস্থতার কারনে কখনও কখনও,বৈধভাবে গর্ভপাত ঘটানো হয়,যদিও সে সব দেশে গর্ভপাত আইনত নিষিদ্ধ।

চিকিৎসা চলাকালীন সময়, কোন মদ্যপান বা মাদক জাতীয় ঔষধ সেবন করা যাবে না।

কখনও জরায়ুর বাইরে (ectopic) গর্ভধারনের সম্ভাবনা দেখা দিলে Misoprostol ব্যবহার করা যাবেনা।
জরায়ুর বাইরে গর্ভধারন করা, যা শুধুমাত্র আল্ট্রাসাউন্ড এর মাধ্যমে নির্নয় করা সম্ভব, মহিলার স্বাস্থ্য রক্ষার খাতিরেই একজন মহিলা রোগ বিশেষজ্ঞকে দিয়ে চিকিৎসা করা দরকার। যদি তার চিকিৎসা করা না হয় তবে ডিম্ববাহী নালী বিছিন্ন হয়ে অভ্যান্তরিন রক্তক্ষরনের ঝুঁকি থাকে।

এই রকম অবস্থায় সব দেশেই মহিলা রোগ বিশেষজ্ঞরা চিকিৎসা সাহায়তা দিয়ে থাকেন। এমন কি যেখানে গর্ভপাত আইন নিষিদ্ধ, জরায়ুর বাইরে গর্ভধারন (ectopic) Misoprostol এর সাহায্যে চিকিৎসা করা যায় না।

যদি কোন মহিলার IUD আছে, কিন্তু সে গর্ভবতী তবে আল্ট্রাসাউন্ড করতে হবে কারন এক্ষেত্রে জরায়ুর বাইরে গর্ভধারনের সম্ভবনা বেড়ে যায়। এক্ষেত্রে যদি রিপোর্টে দেখা যায় যে তার গর্ভ জরায়ুর ভেতরে তবে তার MR/ গর্ভপাত করার পূর্বেই খুলে ফেলতে হবে।
যেখানে কিছু সময়ের ব্যবধানে মহিলাকে হাসপাতালে পাঠানোর সুযোগ রয়েছে কেবল মাত্র এরকম অবস্থাতেই Misoprostol ব্যবহার করা উচিত।

কারন যদি কোন জটিলতা দেখা দেয়, যাতে করে খুব নিকটেই চিকিৎসা সহায়তা পাওয়া যায়।
যদি Misoprostol ব্যবহারে মহিলার এলার্জি বা অন্য কোন সংবেদনশীলতা দেখা যায় তবে Misoprostol কখনই ব্যবহার করা যাবে না।

যদিও এটা খুব বিরল ঘটনা। যদি সে এর পূর্বে এই ঔষধ ব্যবহার করে থাকে এবং তার এলার্জি দেখা দিয়েছে, এ ব্যাপারে তাকে সচেতন হতে হবে, তবে যদি কেউ কখনও এর পূর্বে এই ঔষধ ব্যবহার করে নাই তার এলার্জির প্রতিক্রিয়া সম্পর্কে অভিজ্ঞতা না থাকাই স্বাভাবিক।

Misoprostol ব্যবহারের মাধ্যমে গর্ভপাত করানোর পদক্ষেপ সফল নাও হতে পারে।

Misoprostol এর সাহায্যে গর্ভপাত করানোর সফলতার হার ৯০%। এই চিকিৎসা বিফল হয়, যখন এই ঔষধ ব্যবহারের ফলে কোন রক্তক্ষরন হয় না, অথবা কিছু রক্তক্ষরন হলেও গভাবস্থা চলতে থাকে। মহিলা এর কিছু দিন পর পুনরায় চেষ্টা করে দেখতে পারে, কিন্তু সেটাও বিফল হতে পারে, এরপর যদি ১৪ দিন পর Misoprostol ব্যবহারের পরও গর্ভপাত না হয় এবং এক্ষেত্রে যদি কোন ডাক্তার তাকে সাহায্য করতে রাজী না হয়, তবে সেখানে তার জন্য অন্য একটি মাত্র পথই খোলা থাকে অন্য কোন দেশে গিয়ে সেখানে মাসিক নিয়মিত করন MR/ গর্ভপাত বৈধ সেখানে MR/ গর্ভপাত করানো আর যদি তা সম্ভব না হয় তবে গর্ভাবস্থা ধরে রাখা। এই ঔষধের সাহায্যে যদি MR/ গর্ভপাত করানোর পদক্ষেপ গ্রহন করা হয় এবং গর্ভপাত না হয়ে তা বলবৎ থাকে তবে এক্ষেত্রে ভ্রনের কিছু জন্মত্রুটির ঝুঁকি থেকে যায়, যেমন হাত,পা,শিরা ও মস্তিস্কের প্রতিবন্ধিতা, অবশ্যই এ সকল বিষয় একজন ডাক্তার বৈধ বিবেচনায় আনতে পারেন, সে কারন বৈধভাবে MR/ গর্ভপাত করানোর জন্য অবশ্যই একজন ডাক্তারকে খুঁজে পেতে চেষ্টা করতে হবে।

সাম্ভাব্য যৌনবাহিত রোগ সমুহের চিকিৎসা করা উচিত।

যদি কখনও যৌনবাহিত সংক্রমন সমুহের (STI) সংক্রমনের ঝঁকি থেকে থাকে, যা সাধারনত যৌনবাহিত রোগ (STD) বলা হয়ে থাকে। যেমন ঃ- ক্লামাইডিয়া অথবা গনোরিয়া প্রভৃতির রোগের পরীক্ষা করে ডাক্তারের সাহায্যে এর যথাযথ চিকিৎসা করতে হবে। সাধারনত ধর্ষনের পর এই সমস্ত রোগের বিস্তার ঘটে থাকে (অনেক দেশে এধরনের কাজের ফলে মহিলারা গর্ভবতী হচ্ছে এবং তখন বৈধভাবে MR/ গর্ভপাত করতে হচ্ছে অথবা যখন কেউ অপরিচিত কোন ব্যক্তির সাথে যৌন সর্ম্পক স্থাপন করছে। এই সকল যৌন বাহিত সংক্রমনের চিকিৎসা করা না হলে তা, জরায়ুর ও ডিম্ববাহী নালীর প্রদাহের ঝুঁকি সৃষ্টি করে থাকে । যেমন ঃ- এই সকল প্রদাহকে পেলভিকের প্রদাহ রোগ (PID) অথবা জরায়ু নাড়ীর প্রদাহ অথবা এ্যাডনেক্সটিস বলা হতে থাকে।

Misoprostol কি ভাবে পাওয়া যায় ঃ-

কিছু কিছু দেশে মহিলারা তাদের স্থানীয় ঔষধের দোকানে পেতে পারে Misoprostol যা তারা নিজেরাই ব্যবহার করতে পারে। কিন্তু যদি কেউ এব্যাপারে সাহায্যে পেতে চায় তবে Women on Web থেকে এটা ভাল যে, যদি (Mifepriston ও Misoprostol এর সাহায্যে মেডিকেল MR/ গর্ভপাত করানো যায়।

এই পদ্ধতি সবচেয়ে ভাল ও পছন্দনীয় কারন যদি শুধু Misoprostol ব্যবহার করা হয় তবে ৮০% এবং যদি

Misoprostol গ্যাসট্রিকের চিকিৎসায় লাগে, Cytotec, Cyprostol, Mibetec, Misotrol, এবং Prostokos, এসবই Misoprostol এর ব্রান্ড নাম। Arthrotec এবং Oxaprost হচ্ছে Misoprostol এবং ব্যাথানাশকের উপাদানে তৈরী যা Diclofenac নামে পরিচিত। যা অস্থিসন্ধির ব্যাথায় ব্যবহার করা হয় অথবা সন্ধিবাত ব্যাথায়। Arthrotec, সাধারনত Cytotec এর চেয়ে দাম বেশী।

-Cytotec (200ug Misoprostol) - Arthrotec 50 or 75(200ug Misoprostol) Cyprostol-Misotrol, (চিলি) - Prostokus (25 ug Misoprostol) (ব্রাজিল)-Vagiprost (25 ug Misoprostol (মিশর)- Oxaprost 50 or 75 (200ug Misoprostol) (আর্জেন্টিনা)- Mistoac (মিশর, ঘানা, সুদান, তানজানিয়া , উগান্ডা, জাম্বিয়া) Misoprostol (নাইজেরিয়া) Misive (স্পেন) -Misofar (স্পেন) Isovent (কেনিয়া, নেপাল)-Kontrac (ভারত, গণপ্রজাতন্ত্রী কঙ্গে)-Cytopan (পাকিস্তান)-Noprostol (ইন্দোনেশিয়া)-Gustrul (ইন্দোনেশিয়া) -Asotec (বাংলাদেশ)-Cyrux (মেক্সিকো)-Cytil (কলম্বিয়া)-Misoprolen (পেরু)- Artrotec (ভেনিজুয়েলা, হংকং, অষ্ট্রেলিয়া) এছাড়াও আরো অনেক নামে পাওয়া যায় ঃ- Mibetec, Cytomis, Miclofenac, Misoclo, Misofen, Arthrofen, Misogon, Alsoben, Miscl, Sintec, Gastrotec, Cystol, Gastec, Cirotec, Gistol, Misoplus, Zitotec, Prestakind, Misoprost, Cytolog, Gmisoprostol, Mirolut, Gymiso.

এই সকল ঔষধের মধ্যে থেকে যে কোন একটাকে সংগ্রহ করতে হবে। ধরুন আপনার দাদী বা নানীর বাতের ব্যাথা আছে, আর তার পক্ষে সব সময় ঔষধের দোকানে যাওয়া সম্ভব হয় না। এবং ডাক্তারের কাছ থেকে বড়ির জন্য ব্যবস্থাপত্র আনার মতে টাকাও আপনার হাতে নাই।

যদি একটা ঔষধের দোকান থেকে ঔষধটি পেতে অসুবিধা হয় তবে অন্য দোকানে চেষ্টা করা যেতে পারে। অথবা কোন বন্ধু বা সহযোগী তার মাধ্যমে সমস্যা সমাধান করা যেতে পারে। অথবা আপনি কোন ডাক্তারকে খুজে বের করতে পারেন এবং তার দ্বারা ব্যবস্থাপত্র লিখে নিতে পারেন। আবার দেখা যায় যে, ভাগ্যভাল হলেই একটা ছোট দোকানেই পেয়ে যেতে পারেন, কোন বাধা ছাড়াই।

কখনও Cytotec কালেবাজারেও কিনতে পাওয়া যায় (places যেখানে আপনি মারিজুয়ানা কিনতে পারেন) যাইহোক তবে ক্রয় করার পূর্বে দেখে নিতে হবে যে আসল Misoprostol নাকি নকল, অথবা অন্য ঔষধ। একজন মহিলাকে কমপক্ষে ১২টি 200 mcg বড়ি Misoprostol ক্রয় করতে হবে। এক বড়ি Cytotec অথবা Arthrotec এ থাকে 200 mcg Misoprostol.ঔষধের প্যাকেটের গায়ে এর খাবার ড্রোজ দেখুন। সাধারনত প্রতি বড়ি 200 mcg থাকে এবং ডোজ লেখা থাকে। যদি প্রতি বড়ি 200 mcg - Misoprostol না থাকে তবে হিসাব করে, যে পরিমান Misoprostol লাগবে, সে পরিমান কিনতে হবে।

কিভাবে Misoprostol ব্যবহার করতে হয় ।

যে সকল দেশে বন্ধ মাসিক নিয়মিত করন MR / গর্ভপাত বে-আইনি, শুধু Misoprostol সেইসব দেশে MR /গর্ভপাত এর ক্ষেত্রে ব্যবহার করা যেতে পারে। Misoprostol এর ভূল ব্যবহার ও ঔষধ খাওয়ানোর প্রদ্ধতি মহিলাদের স্বাস্থ্যের জন্য ক্ষতিকর হতে পারে।

MR / গর্ভপাত এর ভাল ফল পেতে হলে একজন মহিলাকে অবশ্যই ৪টি Misoprostol বড়ি (মোট ৮০০ মাইক্রোগ্রাম) জিহবার নীচে রাখতে হবে (৩০ মিনিট যতক্ষন গলে না যায়) গিলে ফেলা যাবে না ।

পুনরায় ৩ ঘন্টা পর আরো ৪টি বড়ি Misoprostol একই নিয়মে জিহবার নীচে রাখতে হবে।

পনরায় ৩ ঘন্টা পর আরো ৪টি বডি Misoprostol একই নিয়মে জিহবার নীচে রাখতে হবে ৩য় বারের মত.

থেকে রক্তক্ষরন MR/গর্ভপাত শুরু হওয়ার প্রাথমিক লক্ষন MR/গর্ভপাত চলতে থাকলে, সাথে সাথে রক্তক্ষরন ও টাঁশ বা খিল ধরার পরিমান বৃদ্ধি পায়। রক্তক্ষরন কখনও কখনও স্বাভাবিক ঋতুস্রাবের চেয়ে বেশী ও ভারী হয়ে থাকে, এবং সেই সাথে জমাট বাধা রক্তপিন্ড দেখা যেতে পারে। বেশী সময় ধরে বন্ধ মাসিকের ক্ষেত্রে বেশী পরিমানে ভারী রক্তপাত ও খিল বা টাশ ধরা দেখা যেতে পারে। যদি সফল ভাবে MR/ গর্ভপাত সমাপ্ত হয়, তখন রক্তক্ষরন ও টাঁশ বা খিল ধরা কমে আসে। MR/ গর্ভপাতের এর মুহূর্তে সব্বোর্চ ভারী রক্তক্ষরন, খুব বেশী ব্যাথা ও টাঁশ ধরা /খিল অনুভূত হয়। কিছু রক্ত ও টিস্যু কখনও দেখা যায়, আবার নাও দেখা যেতে পারে, তবে এই সবই মাসিক কত দিন বন্ধ ছিল তার উপর নির্ভর করে।

উদাহরণ হিসাবে বলা যায় যে, যদি কোন মহিলার ৫ থেকে ৬ সপ্তাহ তার মাসিক বন্ধ থাকে তবে যেখানে দৃশ্যমান কিছুই থাকে না। ৯ সপ্তাহ বন্ধ মাসিকের ক্ষেত্রে একজন মহিলা রক্তের মধ্যে সম্ভবত কিছু দেখতে পারে।
৩য় ডোজ দেওয়ার পরও যদি কোন রক্তক্ষরন শুরু না হয় তা হলে বুঝতে হবে যে MR / গর্ভপাত সঠিক ভাবে সম্পন্ন হয় নাই, তখন মহিলাকে কিছুদিন পর একই নিয়মে ঔষধ ব্যবহার করে পুনরায় চেষ্টা করতে হবে । অথবা অন্য কোন দেশে যেখানে MR/ গর্ভপাত বৈধভাবে করা হয় অথবা একজন ডাক্তার কে খুঁজে বেড় করতে হবে যিনি এটা করবেন।
এক্ষেত্রে যদি ব্যাথা অনুভূত হয় তবে মহিলা ব্যাথা উপশমের জন্য ব্যাথানাশক বড়ি প্যারাসিটামল ব্যবহার করতে পারে।

বিশ্বস্বাস্থ্য সংস্থা কর্তৃক প্রকাশিত বৈজ্ঞানিক গবেষনা সূত্র সমুহ
(Von Hertzen H, ea WHO Research Group; Efficacy of two intervals and two routes of administration of misoprostol for termination of early pregnancy: a randomised controlled equivalence trial, Lancet. 2007 Jun 9;369(9577):1938-46.)

MR/ গর্ভপাত করনের পর রক্তক্ষরন :

বন্ধ মাসিক নিয়মিত করন MR/ গর্ভপাত এর ১ থেকে ২ সপ্তাহ পর্যন্ত সামান্য পরিমানে রক্ত দেখা যেতে পারে, এটা কখনও অল্প সময় বা কয়েকদিন স্থায়ী হতে পারে। ৪ থেকে ৬ সপ্তাহর পর বেশীর ভাগ ক্ষেত্রেও স্বাভাবিক ভাবেই মাসিক চক্র শুরু হয়ে থাকে।

অবশ্যই নিশ্চিত হতে হবে যে MR / গর্ভপাত সম্পন্ন হয়েছে।

কিছু কিছু মহিলার ক্ষেত্রে MR / গর্ভপাত হওয়া ব্যতিরেকেই রক্তক্ষরন হয়ে থাকে। এই সকল ক্ষেত্রে গুরুত্বপূন বিষয় এই যে, মহিলাকে নিশ্চিত হতে হবে যে তার MR / গর্ভাবস্থার অবসান সফলভাবে সম্পন্ন হয়েছে। এটা নিশ্চিত করতে ১ থেকে ৩ সপ্তাহ সময় লাগে এর পূর্বে প্রেগনেন্সি পরীক্ষা করালে সাধারনত

সাধারনত যে সকল পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া দেখা যায় তার মধ্যে, বিশেষ খাবারে অনিহা, বমিভাব, এবং ডাইরিয়া, এসময় মহিলার কিছু জ্বর থাকতে পারে। সাধারনত যদি যোনীপথে **Misoprostol** ব্যবহার করা হয় তবে উপসর্গ কম হয়ে থাকে।

কখন ডাক্তারের সাথে যোগাযোগ করতে হবে অথবা হাসপাতালে যেতে হবে।

যদি দেখা যায় যে, খুব বেশী ভারী ধরনের রক্তক্ষরন হচ্ছে।

ভারী রক্তক্ষরন, যা ২ থেকে ৩ ঘন্টা চলতে থাকে এবং ১ ঘন্টার ব্যবধানে ২ থেকে ৩ টার বেশী সেনেটারী প্যাড ভিজিয়ে ফেলে, মাথা ঝিম ঝিম করা অথবা মাথার ভেতর খালি বা শূন্যতা বোধ করা, এসব চিহ্ন অতিরিক্ত রক্ষক্ষরনের জন্য ঘটে থাকে যা, মহিলার জীবন ও স্বাস্থ্যের জন্য বিপদজনক হতে পারে।

যদি প্রচন্ড রক্তরক্ষন ২-৩ ঘন্টার মধ্যে কমে না আসে, এটা অসমাপ্ত **MR / গর্ভপাত** এর লক্ষন (যা থেকে বোঝা যায় যে এখনও তার গর্ভবস্থা আছে) যার জন্য তার ডাক্তারী চিকিৎসার দরকার। **Misoprostol** গ্রহনের কয়েক ঘন্টা পরে সাধারনত এটা ঘটে থাকে, তবে ২ সপ্তাহ বা **MR/ গর্ভপাত** করার বেশ কিছুদিন পরেও ঘটতে পারে।

এই ধরনের অবস্থায় একজন মহিলাকে নিকটবর্তী কোন হাসপাতাল অথবা কোন ডাক্তারের নিকট চিকিৎসার জন্য যেতে হবে। যে সকল দেশে **MR/ গর্ভপাত** দন্ডনীয় অপরাধ, সে সকল দেশে কখনও কখনও ডাক্তার অথবা নার্স গর্ভপাত করানোর জন্য মহিলার বিরুদ্ধে পুলিশের কাছে অভিযোগ করে থাকে, আমরা তাকে পরামর্শ দেবে যে, যদি সম্ভব হয় তবে বিশ্বাস যোগ্য একজন ডাক্তারকে খুঁজে বেড় করতে হবে।

কোন কোন দেশে যেখানে গর্ভপাত করানোর জন্য মহিলাদেরকে আদালতে অভিযুক্ত করা হয়ে থাকে। সে কারন কোন স্বাস্থ্য কর্মীকে বলার প্রয়োজন নাই যে সে তার গর্ভবস্থা অবসানের চেষ্টা করে ছিল। শুধু বলতে পারে যে তার স্বাভাবিক মাসিক স্রাব/গর্ভস্রাব হচ্ছে। ডাক্তার কোন অস্বাভাবিক কিছু দেখতে পাবেন না। চিকিৎসা অবশ্য একই রকম। এর চিকিৎসা হচ্ছে, কুঁরে কুঁরে বা চেঁছে বেড় করা যা সাধারনত ভ্যাকুম এ্যামপেইরেশন বা (একপ্রকার শোষন যন্ত্র) নামে পরিচিত। যা দ্বারা ডাক্তার জরায়ুর ভেতর পরিস্কার করবে। ডাক্তাররের সবধরনের রোগীকে সহায়তা করার বাধ্যবাধকতা রয়েছে।

যদি জ্বর দেখা দেয় ঃ-

Misoprostol ব্যবহারের পার্শ্বপ্রতিক্রিয়া হিসাবে কাঁপুনি দিয়ে শীত লাগা স্বাভাবিক, কারন **Misoprostol** ব্যবহার করার জন্য কখনও শরীরের তাপমাত্রা বৃদ্ধি পেয়ে থাকে। যাই হোক যদি জ্বর ৩৮ ডিগ্রী সেলসিয়াস অথবা ২৪ ঘন্টায় আরও বাড়ে অথবা ২৪ ঘন্টায় তার জ্বর ৩৯ ডিগ্রী সেলসিয়াসের বেশী থাকে, তবে ডাক্তাররের সাথে যোগাযোগ করতে হবে, কারন সম্ভবত অসম্পূর্ন **MR/ গর্ভপাত** করানোর জন্য সংক্রমন ঘটেছে যার চিকিৎসা করা প্রয়োজন। (এ্যান্টিবায়েটিক ঔষধ অথবা/ভ্যাকুম এ্যাসপ্রেইরেশন বা শোষন যন্ত্রের দ্বারা)

আপনি বলতে পারেন যে, আপনার মনে হচ্ছে, আপনার রক্তস্রাব হচ্ছে, যে সকল দেশে মহিলাদের গর্ভপাতের কারনে অভিযুক্ত হবার সম্ভাবনা আছে, সেখানে এই বিষয় কোন স্বাস্থ্য কর্মীকে বলা প্রয়োজন নাই যে সে নিজে তার গর্ভবস্থার অবসানের চেষ্টা করেছিল। আপনি বলতে পারেন যে, আপনার স্বাভাবিক রক্তস্রাব হচ্ছে। এর ফলে ডাক্তার কোন অস্বাভাবিক কিছু দেখতে পাবেন না।

যদি MR/ গর্ভপাত অসমাপ্ত থেকে যায় তবে আপনার কিউরিটেজ দরকার যা (চেঁছে ফেলা) ভ্যাকুম এ্যাসপ্রেইরেশন নামে পরিচিত, যখন করা হবে তখন ডাক্তার জরায়ুর ভেতর থেকে অবশিষ্ট টিস্যু বেড় করে ফেলবেন, ডাক্তারদের বাধ্যবাধকতা রয়েছে সবধরনের রোগীকে চিকিৎসা সহয়তা প্রদান করার।

ভবিষ্যতের জন্য করনীয় ঃ-

নুতনভাবে অনাকাঙ্গিত গর্ভরোধের জন্য ভাল কোন জন্মনিয়ন্ত্রন পদ্ধতি ব্যবহার করা প্রয়োজন। রক্তক্ষরন বন্ধের পর পরই প্রেগনেন্সি পরীক্ষার নেগেটিভ ও আল্ট্রাসাউন্ড পরীক্ষার মাধ্যমে নিশ্চিত হওয়ার পর একজন ডাক্তারের সাহায্যে যত তারাতারি সম্ভব IUD পড়ে নিতে হবে।
রক্তক্ষরন ভাল ভাবে শোষিত হওয়ার পর একবার মুখে খাবার বড়ি খাওয়া যেতে পারে। তবে এ ব্যবস্থা পুরোপুরি নিরাপদ নয় ১ম মাসের জন্য, সাথে বিকল্প জন্মনিয়ন্ত্রন পদ্ধতি হিসেবে কনডমকে জন্মনিরোধক হিসেবে ১ম মাসে ব্যবহার করা যেতে পারে।
এই প্রক্রিয়া বা পদ্ধতি সর্ম্পকে যদি আপনার কোন প্রশ্ন থেকে থাকে অথবা কোন অভিজ্ঞতা আপনি বিনিময় করতে চান, তাহলে আমাদের ঠিকানায় ই-মেইল করুন info [at] womenonweb.org