

## Til deg som har fått påvist missed abortion/ intrauterin fosterdød etter uke 12

### Trinn 1

Du har i dag fått 1 tablett Mifepriston. Den vil starte prosessen. Dersom du kaster opp innen to timer, må du komme tilbake å få en ny. De neste to dagene kan du få lette magesmerter og blødninger. Det er ikke farlig, men ta gjerne kontakt med oss dersom du har spørsmål. Unngå bruk av tampong, samleie og bading i badekar/sjø/vann dersom du har blødning. Du kan bruke Paracetamol (Paracet, Panodil) mot smerter og gå på jobb/skole som vanlig

### Trinn 2

To dager etter at du har fått Mifepriston, ca kl. 06.00, setter du Misoprostol fire tabletter i skjeden. Samtidig med dette tar du 2 tbl Dexametason 4 mg og 1 Paralgin major stikkpille, som du har fått med deg, mot smerte. Deretter må du ligge i 30 minutter.

Oppmøte på sykehus:

SSK: (Kristiansand)

Mellom kl. 08 og 09 møter du på Kvinneklinikken poliklinikk i 1. etg.

SSA: (Arendal)

Mellom kl. 0800 og 09.00 møter du på avdeling 3C.

Du vil få to tabletter Misoprostol vaginalt hver 3. time inntil du har abortert eller maks døgndose er oppnådd.

Det er vanskelig å si noe om hvor lang tid prosessen vil ta. Unntaksvis må man overnatte og fullføre behandlingen neste dag. Ta derfor med deg toalettsaker. Du vil få enerom og må gjerne ha med deg følge.

Du kan spise og drikke normalt første del av dagen. Noen kvinner må til utskrapning i lett narkose etter at de har kvittert graviditetsproduktene.

Derfor må du faste når smertene øker på. Smertene skyldes at livmoren arbeider for å støte ut graviditeten. Sykepleieren legger inn en venekanyle, og du vil få smertestillende medisiner etter behov. Du kan ikke kjøre bil selv denne dagen.

Mange aborterer i forbindelse med toalettbesøk. Av den grunn må du bruke bekken/bekkenstol etter at smertene har startet. En sykepleier vil alltid være i umiddelbar nærhet – og kan tilkalles etter behov. Noen velger å se fosteret, andre ikke. Dette avtales når du kommer eller underveis i forløpet.

Dersom du er Rhesus negativ (sees på blodprøve) vil du få en sprøyte før du drar hjem.

### Forholdsregler etter hjemreise:

- Det er vanlig å ha blødning den første uken etter aborten. Sparsom brun eller mørk rødlig utflod er normalt de første 2-3 ukene. Bruk bind, ikke tamponger, så lenge du blør eller har brunlig utflod. Ta kontakt dersom du har kraftig blødning, eventuelt med klumper, i mer enn 5-6 dager, sterke smerter som varer i mer enn 3 dager og/eller feber over 38 grader. Du må også kontakte oss dersom du ikke har sluttet å blø etter tre uker og føler deg syk og har illeluktende utflod. Dette kan være tegn på infeksjon eller at livmoren din ikke har tømt seg som den skal. Noen kan blø/ha utflod inn i neste menstruasjon uten at det unormalt.

trygghet når du trenger det mest



- Smerter som ved menstruasjon kan forekomme. Du kan bruke vanlige smertestillende som Ibuprofen (Ibux )og Paracetamol (Paracet, Panodil) ved behov. Menstruasjonen kommer vanligvis tilbake etter 4-6 uker. Den første menstruasjonen kan være kraftigere og mer langvarig enn vanlig.
- Prevensjon: Start med p-piller og p-plaster samme kveld eller dagen etter aborten. P-ring kan du starte med to dager etter aborten og spiral kan settes inn hos egen lege i forbindelse med første menstruasjon
- Samleie og bading i badekar/sjø/vann bør unngås så lenge du blør og i minimum to uker
- Melkeproduksjon kan forekomme ved graviditeter i 2. trimester. Benytt svært stram BH. Det vil hindre melkeproduksjonen

Ved misdannelser hos fosteret kan det være aktuelt med obduksjon, ellers ikke. Vi anbefaler deg å bestille time til ettersamtale hos egen lege etter 6-8 uker dersom ikke annet er avtalt med gynekolog her.

### **Sykehusets håndtering av foster ved missed abortion/intrauterin fosterdød**

SSK følger retningslinjer utarbeidet av Helsetilsynet. Formålet er å sikre respektfull håndtering av fosteret. Fosteret blir satt ned på minnelund med mindre du ønsker annen håndtering.

Sykehuset vil på grunn av taushetsplikten ikke opplyse om navnet ditt eller andre personidentifiserbare data til de som har ansvar for kirkegården.

Annen håndtering kan være:

- Fosteret kan håndteres på samme måte som annet biologisk materiale ved sykehuset.
- Foster kan også settes ned på egen gravsted. Da må du selv kontakte begravellesbyrå (SSK).

Du må selv gi beskjed til sykepleier dersom du ønsker annen håndtering enn det som blir praktisert på sykehuset.

Å gjennomgå en abort kan være en traumatisk opplevelse både fysisk og psykisk.

Mange finner god nok støtte hos familie og venner mens andre kan ha behov for en profesjonell samtalepartner. Hvis ønskelig kan du ringe gynekologisk poliklinikk eller Amatea for videre veiledning.

Amatea er en landsdekkende gratis helsetjeneste som gir veiledning og oppfølging til kvinner, menn og par som har eller skal gjennomgå en abort. De kan kontaktes direkte på tlf. 90659060 eller på amatea.no.

#### **Kontakttelefoner: SSK**

**Kvinneklinikkens poliklinikk, Gynekologisk seksjon**

**Tlf. 38 07 3070 (mandag til fredag )**

Kirurgisk avdeling 3C,

Tlf. 38 07 30 00. Spør etter gynekologisk sykepleier (utenom poliklinikkens åpningstid; kveld, natt, lørdag og søndag 38074095)

#### **Kontakttelefoner SSA:**

**Gynekologisk poliklinikk tlf 37014187 /370 14186**

Gyn avd. tlf: 370 75736/ 370 75853