

NÚMERO DE  
PACIENTE:

# INSTRUCCIONES PARA PACIENTES DE ABORTO DE VARIOS DÍAS

## CARE COLORADO

*EN CARE COLORADO, NOS ENFOCAMOS EN BRINDAR ATENCIÓN AL PACIENTE. NUESTRA LÍNEA TELEFÓNICA ES DISPONIBLE LAS 24 HORAS DEL DÍA PARA CUALQUIER PREGUNTA O INQUIETUD. NO DUDE EN COMUNICARSE CON NUESTRA OFICINA. ¡GRACIAS POR CONFIAR EN NOSOTROS SU ATENCIÓN Y LE DESEAMOS LO MEJOR DE PARTE DE SU EQUIPO DE ATENCIÓN!*

**1930 E ORMAN AVENUE  
PUEBLO, CO 81004**

**TELÉFONO: (719) 884-4070  
TEXTO: (719) 888-7118  
FAX: (719) 888-7721**

# HOLA Y GRACIAS



Durante la noche y al día siguiente, su cuello uterino comenzará a dilatarse gradualmente gracias a la inserción de la laminaria que le colocaremos esta mañana. La laminaria es un alga que absorbe los fluidos corporales y se expande. Permanecerá en su lugar durante la noche; por favor, no retire nada de lo que le coloquemos en nuestra clínica. También le colocaremos una esponja empapada en solución de betadine para mantener todo limpio de bacterias.

**LA SOLUCIÓN DE BETADINE PUEDE CAUSAR DRENAJE MULTICOLOR: ESTO ES NORMAL.**

**NECESITARÁ USAR UNA ALMOHADILLA MIENTRAS LA LAMINARIA ESTÉ COLOCADA EN TODO MOMENTO**

Cuando se coloca la laminaria durante la noche, algunas pacientes pueden experimentar cólicos menstruales intensos, mientras que otras pueden no experimentar ninguno. Durante este proceso, pueden presentarse náuseas y vómitos. Se le recetarán medicamentos para los cólicos y las náuseas que deberá tomar durante todo el día.

***Es muy importante que cumpla con el horario de medicación para controlar las molestias. Todos los medicamentos que usamos actúan en conjunto, por lo que es fundamental tomarlos según las indicaciones.***

Mientras tenga la laminaria colocada, debe mantenerse activa. Cuanto más camine, mejor disminuirá la presión y se expandirá y dilatará el cuello uterino. Le recomendamos que se mantenga activa todo el día y se acueste a su hora habitual.

***A continuación se muestra la lista de medicamentos que llevará a casa y un cronograma de cuándo tomarlos:***

**A LA HORA DE DORMIR PARA EL DOLOR:**

GABAPENTINA 300MG-1 TABLETA

## **NÁUSEAS:**

ONDANESTRON 4MG  
TOMAR CADA 4-6 HORAS  
TABLETA BLANCA PEQUEÑA

## **DOLOR:**

ACETAMINOFÉN 325 MG  
TOMAR CADA 4-6 HORAS  
1-2 TABLETAS SEGÚN NECESIDAD

## **CALAMBRES:**

IBUPROFENO 800 MG  
TOMAR CADA 8 HORAS  
TABLETA GRANDE BLANCA

## **PRIMERA DOSIS:**

## **PRIMERA DOSIS:**

## **PRIMERA DOSIS:**

DÍA DE INICIO

# INSTRUCCIONES PARA LA NOCHE

**Si en algún momento siente que hay un problema, llame a la clínica inmediatamente. Habrá alguien disponible las 24 horas para responder llamadas. Si por alguna razón no puede comunicarse con la persona de guardia, acuda a urgencias.**

**Si no puede contactar con Care, acuda a la sala de urgencias más cercana y dígale al médico que está en proceso de aborto. Solicite al médico que se comunique con la Dra. Leah Torres de Care Colorado a:**

**(719)884-4070**

1

## ACTIVIDADES

No realice actividades extenuantes mientras la laminaria esté colocada, ya que podría desviarla. Necesitará un conductor o acompañante para el siguiente día ya que recibirá sedación intravenosa.

2

## DIETA

Puede comer lo que quiera hasta 4 horas antes del procedimiento. En ese momento, puede tomar algo ligero, no pesado ni grasoso.

3

## ATUENDO

El día de su procedimiento, por favor, use ropa holgada y holgada para que nos sea más fácil vestirla después del procedimiento. También se recomienda que use ropa interior adecuada para usar la toalla sanitaria.

4

## CUIDADO DE LOS SENOS

Debes usar un sostén ajustado o deportivo durante dos semanas. Úsalo las 24 horas del día. Quítatelo solo para ducharte. Mientras te duchas, ponte de espaldas al agua. Aunque el agua tibia corriendo sobre tus senos puede ser agradable, esto puede provocar que produzcas leche. No te frotes ni estimules los senos. Tus senos podrían agrandarse y congestionarse. Esto puede ser bastante doloroso. Puedes tomar Tylenol y usar compresas frías para aliviar el dolor.

# CUIDADO POR LOS CONVALESCIENTES



Estas instrucciones incluyen cómo comunicarse con nosotros, instrucciones de cuidados posteriores, actividades que se deben evitar e información general que es importante leer y comprender.

Si tiene alguna pregunta o inquietud, revise este paquete de información y llame en cualquier momento si es necesario al 719-884-4070.

## **LLAME SI TIENE ALGUNO DE LOS SIGUIENTES SÍNTOMAS/PROBLEMAS:**

- Empiezas a sangrar tan intensamente que empapas dos toallas sanitarias gruesas cada hora durante 2 horas consecutivas (4 toallas sanitarias grandes en 2 horas).
- Empieza a tener calambres abdominales intensos que no se alivian con ningún medicamento proporcionado ni con los consejos que se enumeran a continuación.
- Temperatura superior a 100.4 que persiste después de tomar medicamentos y se ha registrado dos veces en una hora

**Si no puede contactar a un miembro del personal de CARE Colorado o siente que su salud está en peligro, acuda inmediatamente a la sala de urgencias más cercana. Si no le preocupa hacerlo, informe al médico de urgencias que se sometió a un aborto y pídale que se comunique con la Dra. Leah Torres de CARE.**

## **TOME LOS SIGUIENTES MEDICAMENTOS QUE LE PROPORCIONARON SEGÚN SEA NECESARIO**

- ACETAMINOFÉN 325 MG - 2 TABLETAS (REPETIR CADA 4-6 HORAS SEGÚN SEA NECESARIO PARA EL DOLOR)
- IBUPROFENO 200 MG - 4 TABLETAS (REPETIR CADA 8 HORAS SEGÚN SEA NECESARIO PARA EL DOLOR)

DÍA DE FINALIZACIÓN

# QUÉ ESPERAR

## **SANGRADO/COAGULACIÓN**

El sangrado y la coagulación son normales. Suelen ser parcialmente intermitentes y podrían durar de 4 a 12 semanas. Si ha tenido cesáreas anteriormente, podría tener un sangrado más abundante.

## **PERÍODO MENSTRUAL**

Tu próxima menstruación puede ocurrir entre 3 y 12 semanas después del aborto y podría ser más abundante de lo normal. Tomar un anticonceptivo hormonal puede ayudar a regular tu ciclo y acelerar tu regreso. Algunas personas pueden ovular tan pronto como 3 semanas después del embarazo, así que toma precauciones antes de que te vuelva la menstruación.

## **FIEBRE/ELEVACIÓN DE TEMPERATURA**

Después de tomar misoprostol, puede tener fiebre ligera. Si su fiebre es de 38°C o más durante más de 8 horas, contacte con nuestro consultorio para obtener más instrucciones.

## **CALAMBRES**

Los calambres son comunes y pueden presentarse intermitentemente durante 2 o 3 semanas después de un aborto. Para reducir los síntomas, tome paracetamol e ibuprofeno (suministrados por la clínica) según sea necesario. Los masajes uterinos también son muy importantes para la recuperación. Ayudan con los calambres y reducen el riesgo de sangrado. Las almohadillas térmicas y la actividad física durante 10 a 15 minutos ayudan a reducir los calambres.

## **SÍNTOMAS DEL EMBARAZO**

Los signos de embarazo suelen desaparecer en 48 horas. Aunque los síntomas pueden haber desaparecido, es importante realizar un seguimiento completo para asegurarse de que todo esté completo.

## **ACTIVIDADES A EVITAR**

No hay restricciones físicas después de un aborto. Puede volver a sus actividades normales al día siguiente.

# PREGUNTAS E INQUIETUDES



## NECESITA SABER

SU ABORTO ES ASUNTO SUYO Y NO  
DIVULGAREMOS NINGUNA DE SU INFORMACIÓN

ABORTAR NO AFECTA TU FERTILIDAD FUTURA

***NO NECESITA DECIRLE A NINGÚN PROVEEDOR DE  
ATENCIÓN MÉDICA QUE SE HIZO UN ABORTO***

En caso de experimentar alguno de los siguientes síntomas, consulte la sala de emergencias más cercana:

### **COMPLICACIONES:**

**SANGRADO ABUNDANTE:**

REMOJAR 4 ALMOHADILLAS DURANTE LA NOCHE  
DURANTE 2 HORAS CONSECUTIVAS, JUNTO CON LA  
SENSACIÓN DE DESMAYO

**CALAMBRES ABDOMINALES FUERTES:**

CALAMBRES FUERTES QUE NO SE PUEDEN ALIVIAR  
CON NINGÚN MEDICAMENTO PROPORCIONADO

**FIEBRE:**

TEMPERATURA SUPERIOR A 100.4 QUE PERSISTE  
DESPUÉS DE TOMAR MEDICAMENTOS

# ¿CUÁNTO ESTOY SANGRANDO?

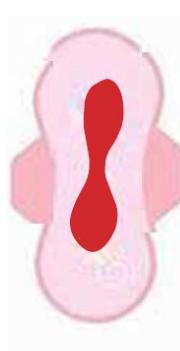


Por favor, revise esta tabla de sangrado cuando llame por problemas de sangrado. Esto nos ayuda a determinar si se trata de un sangrado normal y a brindarle más asesoramiento.



## **ESCASA CANTIDAD**

SOLO SANGRE EN EL PAÑUELO AL LIMPIARSE O MENOS DE UNA MANCHA EN LA TOALLA HIGIÉNICA MAXI DENTRO DE UNA HORA



## **CANTIDAD LIGERA**

MANCHA DE MENOS DE DIEZ PULGADAS EN LA TOALLA MAXI EN UNA HORA



## **CANTIDAD MODERADA**

MANCHA DE MENOS DE SEIS PULGADAS EN LA TOALLA MAXI EN UNA HORA



## **GRAN CANTIDAD**

COMPRA HIGIÉNICA SATURADA EN UNA HORA