

ABORTO ESPONTÁNEO: OBSERVAR Y ESPERAR

Mucha gente opta por "observar y esperar", dejando que su cuerpo pueda terminar un aborto espontáneo. Otras eligen utilizar medicamentos o un procedimiento para ayudar a controlar el proceso. Si el proceso natural ya no siente bien o está tomando demasiado tiempo, puede cambiar a la medicamentosa o un procedimiento.

¿Cómo sabemos que es un aborto espontáneo?

Puede haber sangrado y los cólicos. Es posible que ya no se sienta embarazada. Su proveedor de salud puede haberle hecho un examen pélvico, análisis de sangre o una ecografía para determinar si está teniendo un aborto espontáneo. Es posible que tenga 2 o más visitas para estar seguro.

¿Qué pasará?

Si ya está sangrando, es probable que continúe teniendo calambres y pasando tejido y coágulos de sangre. El sangrado abundante puede durar 3-5 horas. Es posible que vea un poco de tejido de color gris o blanco. Después puede que tenga sangrado ligero, como su menstruación, durante 1-2 semanas. En total, el proceso puede durar varias semanas. El sangrado puede parar y comenzar. Su proveedor de salud le puede dar la medicamentosa que acelera el proceso, por si acaso.

Si no ha empezado a sangrar, esperará a que su cuerpo para comenzar el proceso. Esto puede tardar días o semanas. Alguna gente no le molesta espera, mientras que otros quieren acelerar el proceso. Puede escoger medicamentosa o un procedimiento en cualquier momento.

¿Qué tan bien funciona "observar y esperar"?

90% de las veces para un aborto espontáneo incompleto (cuando el tejido del embarazo ya está pasando por su propia cuenta)

75% del tiempo de muerte fetal o embrionaria (cuando el embarazo ha dejado de crecer, pero no está pasando por su propia cuenta)

66% del tiempo para el embarazo anembriónicos o "saco vacío" (cuando el embarazo dejó de crecer antes de que comenzara el feto)

¿Qué puedo tomar para el dolor?

- **Medicina:** Para los calambres, tome ibuprofeno (Motrin o Advil) 800 mg hasta 3 veces al día. Tomar esto con comida para evitar dolor de barriga. Su proveedor de salud puede haberle dado un medicamento que combina el acetaminofeno (Tylenol) con codeína o hidrocodona: siga las indicaciones en la etiqueta. Puede combinar el ibuprofeno, acetaminofeno con codeína o hidrocodona.

- **Confort:** Una compresa caliente puede ayudar con calambres. Es una buena idea ir a descansar en un lugar relajante.

¿Cuándo debo llamar o regresar a mi proveedor de salud?

- Si el sangrado es muy abundante y empapa 2 toallas sanitarias por hora durante 2 horas seguidas.
- Si los fuertes calambres no se alivian con la medicina o duran más de 24 horas.
- Si se siente mareada o siente que se puede "desmayar"
- Si su flujo tiene un olor fétido, si tiene fiebre más de 101 ° F, o si tiene escalofríos o dolor pélvico fuerte.
- Si cambia de opinión y desea medicamentos o un procedimiento.
- Si usted tiene sentimientos abrumadores de tristeza o depresión. Por favor entienda que usted no logro que suceda el aborto espontáneo. A veces, un aborto espontáneo es un alivio. Es posible que desee hablar con un consejero. A veces las familia y los amigos tienen buenas intenciones, pero no saben qué decir. Dejele saber a su proveedor de salud que necesita ayuda.

¿Qué tan pronto puedo quedar embarazada de nuevo?

Puede quedar embarazada poco después de que el aborto espontáneo se termine. Si quieres intentar otra vez más, tome ácido fólico todos los días. Si no está lista para el embarazo ahora, por favor hable con su proveedor de salud sobre sus opciones de control de la natalidad. Si usted ha tenido tres abortos espontáneos, debe discutir esto con su proveedor de salud.

¿Cómo puedo ponerme en contacto con mi proveedor de salud?

Llame al: _____

Mi cita de seguimiento está programada en: _____ a las _____ am / pm con _____

En su cita de seguimiento puede que tenga otro examen y posible un análisis de sangre o una ecografía para asegurarse de que el proceso se haya completado.