

ਸਰਜੀਕਲ ਗਰਭਪਾਤ ਹਵਾਲਾ

1

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਕਰਿਆ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਖੂਨ ਵਗਣ ਅਤੇ ਕੜਵੱਲ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਹ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ।

2

ਖੂਨ ਵਗਣਾ



ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਮਾਤਰਾ

ਮੈਕਸੀ ਪੈਡ ਜਾਂ ਟਸ਼ੂ ਉੱਤੇ 1" ਤੋਂ ਘੱਟ ਖੂਨ ਜਦੋਂ ਇਕ ਘੰਟੇ ਦੇ ਅੰਦਰ-ਅੰਦਰ ਪੁੰਝਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ



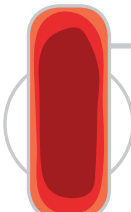
ਥੋੜੀ ਮਾਤਰਾ

ਇੱਕ ਘੰਟੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਮੈਕਸੀ ਪੈਡ ਉੱਤੇ 4" ਤੋਂ ਘੱਟ ਖੂਨ



ਦਰਮਿਆਨੀ ਮਾਤਰਾ

ਇਕ ਘੰਟੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਮੈਕਸੀ ਪੈਡ 'ਤੇ 6" ਤੋਂ ਘੱਟ ਖੂਨ



ਵੱਡੀ ਮਾਤਰਾ

ਮੈਕਸੀ ਪੈਡ ਇਕ ਘੰਟੇ ਦੇ ਅੰਦਰ ਖੂਨ ਨਾਲ ਸੰਤ੍ਰਪਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ



ਸਰਿਫ ਪੈਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ, ਟੈਂਪੋਨ ਜਾਂ ਦਵਿ ਕੱਪ ਨਹੀਂ



ਜੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖੂਨ ਵਗਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ: 3 ਪੈਡਾਂ 'ਤੇ 1 ਘੰਟਾ ਵੱਧ ਜਾਂ 1 ਪੈਡ ਹਰ ਘੰਟਾ 3 ਘੰਟੇ ਲਈ ਵੱਡੀ ਮਾਤਰਾ ਵੱਧ

3

ਕੜਵੱਲ



ਕੜਵੱਲ ਆ ਅਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ 1- 3 ਹਫਤਿਆਂ ਲਈ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ



ਦਰਦ ਦੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਆਈਬੂਪ੍ਰੋਫੈਨ ਅਤੇ ਐਸੀਟਾਮਨਿਫੈਨ ਲਓ



ਆਪਣੇ ਹੇਠਲੇ ਪੇਟ 'ਤੇ ਹੀਟਿੰਗ ਪੈਡ ਜਾਂ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀ ਬੋਤਲ ਰੱਖੋ



ਗਰੱਭਾਸ਼ਯ ਦੀ ਮਾਲਸ਼ ਬਹੁਤ ਮਦਦਗਾਰ ਹੈ



ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਪ੍ਰਸ਼ਨ ਹੋਣ ਤਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ

4

ਸਰਗਰਮੀ

- 24 ਘੰਟੇ ਗੱਡੀ ਨਾ ਚਲਾਓ
- 24 ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ ਬਰਦਾਸ਼ਤ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਅਨੁਸਾਰ ਸਧਾਰਣ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਤੇ ਵਾਪਸ ਜਾਓ



5

ਤਾਪਮਾਨ

- ਆਪਣੇ ਤਾਪਮਾਨ ਨੂੰ ਲੈਣ ਲਈ ਥਰਮਾਮੀਟਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ
- ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਤਾਪਮਾਨ 38C ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕਲੀਨਿਕ ਜਾਂ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਾਈਨ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ



6

ਜਨਮ ਨਿਯੰਤਰਣ

- ਜਨਮ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੇ ਸਾਰੇ ਵਧਿਆਂ ਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰਕ੍ਰਿਆ ਦੇ ਬਾਅਦ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ
- ਆਈਯੂਡੀ ਅਤੇ ਨੇਕਸਪਲੇਨਨ ਇੰਪਲਾਂਟ ਕਲੀਨਿਕ ਵੱਲੋਂ ਪਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ



7

ਕਲੀਨਿਕ ਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ ਅਰਜੈਂਟ ਕੋਅਰ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰੋ

- ਤਾਪਮਾਨ 38C ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ
- ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖੂਨ ਵਗਣਾ: 3 ਪੈਡਾਂ 'ਤੇ 1 ਘੰਟਾ ਜਾਂ 1 ਪੈਡ ਹਰ ਘੰਟਾ 3 ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਵੱਡੀ ਮਾਤਰਾ ਵੱਧ
- ਜਦੋਂ ਪੇਟ ਦੇ ਗੰਭੀਰ ਦਰਦ ਨੂੰ ਦਵਾਈ ਦੁਆਰਾ ਰਾਹਤ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦੀ



ਕਲੀਨਿਕ ਦੇ ਘੰਟੇ:

ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ / ਸਵੇਰੇ 8:30 ਵਜੇ - ਸ਼ਾਮ 4:30 ਵਜੇ

ਫੋਨ: 780 484 1124

ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਾਈਨ: 780 940 1271