

术后说明  
妇女健康选择诊所 (Woman's Health Options)  
阿尔伯特省埃德蒙顿市 12409 109A 大道  
电话: 780-484-1124 或 医疗救助专线: 780-940-1271  
www.whol.ca

**出院:** 我们建议您在出院时有一名成年人的陪同。

**出血:** 您可能会经历最多长达 4 周的严重出血甚至完全不会出血。通常在手术之后的第 4—6 天, 您可能会出现黑色的血块, 并且绞痛加剧。如果您在 1 小时内浸透 3 片超大号卫生巾, 或者连续 3 小时每小时浸透 1 片卫生巾, 请给我们致电。

**绞痛:**

- 您可能会出现最多长达 4 周的绞痛, 有时会很痛苦。我们建议您根据需要来服用布洛芬 (Ibuprofen) 或泰诺 (Tylenol) 等止疼药。
- 子宫按摩也可以帮助缓解绞痛。这是通过在耻骨上方摩擦并向下压小腹来完成的。如果您有宫内节育器, 请勿按摩。
- 将热水袋或热敷垫放在腹部也会有帮助。
- 如果绞痛现象持续并变得严重, 请给我们致电。

**感染:** 7 天内请勿将任何东西放入阴道内 (例如性生活、卫生棉条、手指、冲洗阴道内部)。我们也建议 7 天内不要游泳、使用热水浴池或泡澡。淋浴是可以的。

如果出现以下任何情况, 请拨打医疗救助专线:

- 体温高于 38°C 超过 6 个小时
- 大量出血, 即: 1 小时内浸透 3 片超大号卫生巾或连续 3 小时每小时浸透 1 片卫生巾
- 不同于绞痛的剧烈腹痛或布洛芬或泰诺不能缓解的剧烈腹痛。

医疗救助专线 (下班时间和周末): 780-940-1271

星期一至星期五 (上午 8:30 至下午 4:30): 780-484-1124

✳如有任何疑问或疑虑, 请先致电我们, 以确保您能够得到合适的医疗护理。如果您 10 天内由于这个手术疗程接受了任何医院的护理, 请通知妇女健康选择诊所。

## 基本信息

由于手术时给您所用的药物引起的精神障碍, 请勿在 24 小时之内驾驶、操作危险设备或从事需要精神警觉的活动。

- 怀孕的体征和症状应在 7 天内消失（即：乳房触痛、疲劳、恶心或呕吐）。
- 24 小时之后便可恢复常规的活动，剧烈运动和搬举重物可能会加重出血量和加剧绞痛。
- 如果您做了任何检测（例如宫颈涂片（Pap）、性传播疾病（STI）），**只会在您的结果是阳性时才会与您联系——“没有消息就是好消息”。**
- 您应该期待下一次的月经在 4 到 8 周内来临，如果月经没来，请做一个妊娠测试，若结果是阳性，请致电本诊所。

节育措施：

**重要的是您要了解生育能力会立即恢复。如果您想开始节育措施：**

- 宫内节育器（IUD）：能够在手术时或术后 2 周内的任何时间放置。
- 避孕药、避孕贴、阴道避孕环（NuvaRing）与狄波-普维拉（DepoProvera）：可以立即开始，但是第一个月不会有效。请使用避孕套。
- 植入式避孕棒（Nexplanon）：能够在手术时或术后任何时间放置。