



Procedure Aftercare

After Hours Emergency Telephone: 301-953-8436

Business Hours Telephone: 703-532-2500

Monday-Friday: 9am-5pm

Saturday: 8am-12pm

www.fallschurchhealthcare.com

"A women's center serving the families of our community"

WHAT TO EXPECT AT HOME

Cramping, spotting and/or bleeding are expected.

- Cramping similar to menstrual cramps is normal
- Bleeding may stop and start for a few days at a time, or there may be no bleeding at all
- Passing clots while bleeding is normal
- Irregular bleeding & spotting may continue for 6-8 weeks
- Discuss persistent spotting and bleeding at your Online/Phone Follow-up Assessment
- Pregnancy hCG hormones gradually decrease and pregnancy symptoms subside within 10-14 days

<p>What to Avoid</p> <ul style="list-style-type: none"> • If you had IV sedation, no driving until the following day • No intercourse for 7 days • Nothing in the vagina until bleeding slows in 3-7 days • No tampons or menstrual cups until bleeding slows in 3-7 days • No vaginal medications or suppositories unless instructed by a physician for 7 days 	<p>How to recover quickly and easily</p> <ul style="list-style-type: none"> • Return to normal activity by the next day, including shower or bath • Enjoy fresh air and exercise • Treat cramping with ibuprofen. A cold pack or heating pad on the abdomen or lower back is helpful • Strenuous activity (heavy lifting, exercise) may increase bleeding, this is normal
<p>Additional Information</p> <ul style="list-style-type: none"> • Expect a period in 4-8 weeks • Your first period may be heavier and longer, include clots with more cramping than usual • Pregnancy can occur before your next period. Family planning information www.bedsider.org/methods • Urine pregnancy hCG hormone tests may be positive up to 4-6 weeks. Call if concerned • Discounted fees available for continuing GYN services 	<p>CALL US IF YOU EXPERIENCE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Persistent fever - 100.4 or higher for 4 hours or more • Severe cramping or pain not helped by medication • Very heavy bleeding: soaking a maxi pad every hour for 2 hours in a row • Persistent vomiting or diarrhea for 24 hours or more • No period by 8 weeks or persistent pregnancy symptoms

COMPLETE YOUR FOLLOW-UP ASSESSMENT:

- Online: go to www.fallschurchhealthcare.com/follow-up or Call 703-532-2500.
- During the COVID pandemic Falls Church Healthcare Center provides Online or Phone Follow-up Assessment
- Prior to your Follow-up Assessment complete the urine pregnancy hCG hormone test you were given

YOUR ONLINE or PHONE FOLLOW-UP ASSESSMENT IS IN 3 WEEKS: _____ (date)

We offer comprehensive gynecologic services! Schedule your next appointment with FCHC

- | | | |
|-----------------|--|-----------------------------|
| STI/STD Testing | Annual Well Woman Exams/ Pap Smears | Colposcopy |
| Breast Exams | Birth Control Services (including IUD/Nexplanon) | Abortioncare |
| Laser Procedure | Interim PreNatal Care | Hormone Replacement Therapy |



Su Cuidado Después del Procedimiento

es.fallschurchhealthcare.com

Lunes-Viernes 9am-5pm, Sabado: 8am-12pm

Número de Teléfono: 703-532-2500

Fuera de Horas de Oficina y tiene Emergencia: 301-953-8436

“Un centro de mujeres sirviendo a las familias de nuestra comunidad”

¿QUE PUEDE ESPERAR EN LA CASA?

Se esperan calambres, manchado y / o sangrado.

- Son normales los calambres similares a los de la menstruación
- El sangrado puede parar y comenzar durante algunos días, o puede que no haya sangrado.
- Pasar coágulos durante el sangrado es normal
- El sangrado irregular y el manchado pueden continuar durante 6-8 semanas
- Hable sobre el manchado y el sangrado persistente en su evaluación de seguimiento en línea/por teléfono
- Las hormonas hCG del embarazo disminuyen gradualmente y los síntomas del embarazo desaparecen en 10-14 días

<p>Qué evitar</p> <ul style="list-style-type: none"> • Si recibió sedación intravenosa (dormida), no maneje hasta el día siguiente • No tener relaciones sexuales durante 7 días • Nada en la vagina hasta que el sangrado disminuya en 3-7 días • No use tampones ni copas menstruales hasta que el sangrado disminuya en 3-7 días • No use medicamentos vaginales o supositorios a menos que un médico le indique durante 7 días 	<p>Cómo Recuperarse rápida y fácilmente</p> <ul style="list-style-type: none"> • Volver a la actividad normal al día siguiente, incluyendo ducha o baño • Disfrutar del aire fresco y hacer ejercicio • Trate los calambres con ibuprofeno. Es útil usar una compresa fría o una almohadilla térmica en el abdomen o la espalda baja • La actividad intensa (levantar objetos pesados, hacer ejercicio) puede aumentar el sangrado, esto es normal
<p>Información adicional:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Puede esperar un período de 4-8 semanas después de su aborto • Su primer período puede ser más abundante y durar más e incluir pequeños coágulos con más calambres de lo normal • El embarazo puede ocurrir antes de su próximo período. Información sobre planificación familiar www.bedsider.org/es/methods • Las pruebas hormonales de hCG del embarazo en orina pueden ser positivas hasta 4-6 semanas. Llame si está preocupada • Hay tarifas con descuento disponibles para continuar con los servicios de ginecología 	<p>LLÁMENOS SI EXPERIMENTA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fiebre persistente - 100.4 o superior durante 4 horas o más • Calambres severos o dolor que no mejora con la medicación • Sangrado muy abundante: remojar una toalla sanitaria cada hora durante 3 horas seguidas o más • Vómitos o diarrea persistentes 24 horas después del misoprostol • Sin menstruación a las 8 semanas o si los síntomas del embarazo continúan

COMPLETE SU EVALUACIÓN DE SEGUIMIENTO:

- En línea: ir a es.fallschurchhealthcare.com/follow-up o llame al 703-532-2500.
- Durante la pandemia de COVID, Falls Church Healthcare Center ofrece evaluación de seguimiento en línea / telefónica.
- Antes de su evaluación de seguimiento, complete la prueba de la hormona hCG del embarazo en orina que le dieron.

SU EVALUACIÓN DE SEGUIMIENTO (EN LÍNEA O POR TELÉFONO) ES EN 3 SEMANAS: _____ (fecha)

Ofrecemos servicios ginecológicos! Haga su próxima cita con FCHC

Prueba de ETS/VIH	Examen Anual/Papanicolaou	Colposcopia
Examen de Seno	Servicios Anticonceptivos (incluyendo DIU/Nexplanon)	Cuidado del Aborto y mas!
Procedimiento Láser	Cuidado PreNatal Interino	