



Misoprostol Alone

When you are ready to begin the medication abortion, please follow the steps below. It is important to take your pills in the right order and the right way. Some evidence suggests that misoprostol-only abortion care may work best starting around 6 weeks from your last period. If it's used earlier than that, there's a higher chance it may not work successfully. Here's what you need to do:

Step 1: Take your comfort medication.

First, eat something light.

Then take your anti-nausea medication by swallowing 8 mg of ondansetron with water (or you may substitute any other anti-nausea medication of your choice) and pain medication by swallowing 800 mg of ibuprofen (four 200 mg Advil) and 1000 mg of acetaminophen (two 500 mg Extra-Strength Tylenol) with water.

Once you've taken the comfort medications, wait 30 minutes.

Note: you can take your comfort medications every eight hours until you feel that you no longer need them. You will not take these medications before each dose of misoprostol.

Step 2: Take the first dose of misoprostol.

Misoprostol is not swallowed like most other medications. There are two ways to take it: vaginally or sublingually (under your tongue). You may choose whichever way is most comfortable for you.

Some things to consider: If you are experiencing nausea or feeling sick to your stomach, vaginal use may be easier for you. **For greatest privacy, you may prefer to take the medication sublingually (under your tongue) since you will then swallow what is left. A medical provider cannot know you took misoprostol under your tongue, but during a pelvic exam, may be able to see traces of misoprostol taken vaginally that have not dissolved for up to four days.**

TO TAKE MISOPROSTOL VAGINALLY

Wash your hands, and then gently push 4 pills of misoprostol into your vagina one at a time like a tampon (there is no wrong place). Then lie back and relax for 30 minutes.

Once the misoprostol has been in for 30 minutes, you may stand and move normally. If any pills come out at this point, you may discard them, even if they still look whole. It is OK if some pills do not dissolve completely, and you can use the bathroom once the pills have been in for 30 minutes.

TO TAKE MISOPROSTOL SUBLINGUALLY (UNDER YOUR TONGUE)

Wash your hands, and then place the 4 misoprostol pills under your tongue and let them sit there for 30 minutes. After 30 minutes, drink down what is left of the pills with water.

Make a note of the date and time you took the misoprostol:

DATE + TIME YOU TOOK THE FIRST DOSE OF MISOPROSTOL:

Date: __ / __ / __

Time: __ : __ AM / PM

Step 3: Take the second dose of misoprostol.

3 hours after taking the first dose of misoprostol, take a second dose of misoprostol (4 pills).

If you are *not* bleeding heavily after the first dose, you can take the second dose either vaginally or sublingually (under your tongue).

Do not take the comfort medication again.

Once three hours has passed after taking the first dose, take the second dose:

- **If you are not bleeding, you can take the 2nd dose vaginally or sublingually.**

Vaginally: Wash your hands, and then gently push 4 pills of misoprostol into your vagina one at a time like a tampon (there is no wrong place). Then lie back and relax for 30 minutes.

Sublingually: Wash your hands, and then place 4 misoprostol pills under your tongue and let them sit there for 30 minutes. After 30 minutes, drink down what is left of the pills with water.

- **If you are bleeding, you must take 2nd dose sublingually.**

Make a note of the date and time you took the second dose of misoprostol:

DATE + TIME YOU TOOK THE SECOND DOSE OF MISOPROSTOL:

Date: ___ / ___ / ___

Time: ___ : ___ AM / PM

Step 4: Take the third dose of misoprostol.

After another three (3) hours, take the third dose of misoprostol.

The third dose should always be taken sublingually (under your tongue):

Wash your hands, and then place the 4 misoprostol pills under your tongue and let them sit there for 30 minutes. After 30 minutes, drink down what is left of the pills with water.

Do not take the comfort medication again.

Make a note of the date and time you took the third dose of misoprostol:

DATE + TIME YOU TOOK THE THIRD DOSE OF MISOPROSTOL:

Date: ___ / ___ / ___

Time: ___ : ___ AM / PM

Step 5: Take the fourth dose of misoprostol if needed.

If you haven't had the expected bleeding after the third dose, you can take the fourth dose of misoprostol anytime between 3 and 24 hours after the third dose.

The fourth dose should always be taken sublingually (under your tongue):

Wash your hands, and then place the 4 misoprostol pills under your tongue and let them sit there for 30 minutes. After 30 minutes, drink down what is left of the pills with water.

Once you drink down what is left of the fourth dose, you can also take another 800 mg of ibuprofen (four 200 mg Advil) and 1000 mg of acetaminophen (two 500 mg Extra-Strength Tylenol). Swallow the pain medicine with water.

Make a note of the date and time you took the fourth dose of misoprostol:

DATE + TIME YOU TOOK THE FOURTH DOSE OF MISOPROSTOL:

Date: __ / __ / __

Time: __ : __ AM / PM

Step 6: Wait for the medication to take effect.

Many people will start to have cramping and bleeding within a few hours after finishing the regimen, however, for some people it can take up to 24 hours for bleeding and cramping to start after finishing all of the medication. Both are normal. It may take up to 48 hours to pass the pregnancy after finishing all of your medication.

HERE'S WHAT YOU CAN EXPECT:

Bleeding is expected and may be like a period or heavier. Blood clots are also normal. Most people experience several hours of heavier bleeding that quickly decreases once they have passed the pregnancy from their body. Some people do not bleed again until their next period starts in about 4-6 weeks. Others may bleed on and off until their next period starts. These are all normal possibilities. As long as you are not bleeding through more than two pads an hour for more than two hours, or passing blood clots larger than a lemon, or are dizzy or lightheaded, then it is considered normal.

Cramping is the pain you feel as your uterus contracts to pass the pregnancy. Your cramps may be strong at first but will get better as the abortion is completed. Some things that can help the cramping are taking your pain medication, putting a heating pad or hot water bottle on your belly, taking a warm shower, sitting on the toilet, or having someone rub your back.

Chills and fever can occur. You may feel cold or have chills on the day you take the misoprostol. It is also possible to feel hot and sweaty or even have a mild fever that goes away after 24 hours. Please call us right away if you have a fever 100.4°F or higher more than 24 hours after taking misoprostol (or anytime in the two weeks after taking misoprostol).

Nausea, vomiting, and diarrhea may happen. These are normal side effects of the medication and should go away within 24 hours. If these symptoms last more than 2 days or you feel they are severe, please call us.

Tiredness is normal for 1 or 2 days. You should be back to normal soon.

What Happens Next

We will contact you 2-3 days after you take your misoprostol to make sure you are well.

An in-person follow-up is not required for a medication abortion. Very few people need to come to the center for an in-person follow-up.

We recommend you take a urine-based home pregnancy test 5 weeks after you take your misoprostol, and let us know the results. Positive pregnancy test results after 5 weeks are rare, but please let us know if your test is positive or if you do not have a period within 5 to 6 weeks.

When to Contact Us

Call carafem right away with questions or concerns or if you have:

- Vomiting while holding the misoprostol under your tongue
- Bleeding that is soaking through 2 maxi pads per hour for more than 2 hours straight
- Passing blood clots that are larger than a lemon

- Severe pain not helped by pain medications, rest, or heating pads
- Severe vomiting or diarrhea that lasts more than 24 hours
- A fever of 100.4°F that starts more than 24 hours after taking the misoprostol
- Symptoms of an allergic reaction (rash, shortness of breath)
- No bleeding or blood clots within 24 hours of using misoprostol

Call us anytime at 855-729-2272 (855-SAY-CARA). If it is after business hours, please stay on the line to be transferred to our on-call staff at the end of the recorded message.

Frequently Asked Questions

How effective is the medication?

Studies have shown misoprostol alone is effective at inducing an abortion up to 90-95% of the time. If you experience little bleeding, or if you have ongoing pregnancy symptoms, please call us. Misoprostol may cause birth defects in ongoing pregnancies, so it is important to speak with a provider if you do not believe the medication was effective.

When can I use tampons or a menstrual cup?

We suggest you use regular full-sized maxi pads for 24 hours after taking the misoprostol to understand how much you are bleeding. You can return to tampons or a menstrual cup any time after that.

When can I have sex?

There is no specific time you must wait to resume having sex. You can do so whenever you feel ready. Be aware, you can become pregnant again very quickly if you have sex after an abortion without using reliable birth control.

Can I use other medications, alcohol, or herbal treatments to help with pain or to relax?

Some medications could interact with the painkillers we have provided. Please contact us with the specific name of the medication you wish to take. Use of cannabis or alcohol during medication abortion is not proven to decrease the effectiveness of the medication but is best avoided if bleeding heavily or when using prescription pain medication.

How long after an abortion before I can get pregnant?

It's possible to get pregnant right away after an abortion. We recommend you start using a reliable method of birth control on the same day as taking the abortion pill if you wish to prevent pregnancy. We are happy to help you with this if you have questions.

Can I eat or drink during my abortion process?

It is important to stay hydrated. Sips of water or carbonated soft drinks like ginger ale may help. Some people find hot tea soothing. You may eat if you are hungry, but because the medications may cause an upset stomach, it's best to avoid spicy or greasy foods.

How long will the bleeding last?

Bleeding is common after medication abortion. It is normal to last as little as a few days or for some off and on as long as 4-6 weeks. Even if bleeding starts and stops or varies between spotting and heavier amounts, this is normal. Color can range from dark brown to bright red and still be normal. If you are concerned about bleeding, please call us at 855-729-2272 (855-SAY-CARA) for advice.

When will my breast tenderness decrease?

Breast tenderness is often the last symptom of pregnancy to go away after an abortion, and may persist for as long as a week to 10 days. If your breasts are swollen or painful, use ibuprofen or Tylenol to relieve pain. Applying an ice or cool gel pack wrapped in a thin towel to your breasts may help to relieve swelling. A snugfitting bra can also help, even worn to bed. Some people notice a small amount of clear or milky discharge from their nipples. This is normal too and should also stop within a few days.



Misoprostol solo

Cuando estes lista para comenzar el aborto con medicamentos sigue por favor los siguientes pasos. Es importante que tomes tus pastillas en el orden correcto y de la forma adecuada. Cierta evidencia sugiere que usar solo misoprostol para el aborto con medicamentos a partir de las 6 semanas desde su último período es mejor. Si se toma antes de las 6 semanas, podría no ser exitoso. Esto es lo que debes hacer:

Paso 1: Toma tu medicamento reconfortante.

Primero come algo ligero.

A continuación toma tu medicamento contra la náuseas ingiriendo 8 mg de ondansetrón con agua (o puedes sustituirlo por cualquier otro medicamento para las náuseas de tu elección) y el analgésico ingiriendo 800 mg de ibuprofeno (cuatro advil de 200 mg) y 1000 mg de paracetamol (dos Tylenol Extra Fuerte de 500 mg) con agua.

Una vez que tomaste los medicamentos reconfortantes, espera 30 minutos.

Nota: puedes tomar tus medicamentos de confort cada ocho horas hasta que sientas que no los necesitas mas. No tomarás estos medicamentos antes de cada dosis de misoprostol.

Paso 2: Toma la primera dosis de misoprostol.

El misoprostol no se ingiere como la mayoría de los medicamentos. Existen dos maneras de tomarlo: vía vaginal o vía sublingual (debajo de la lengua). Puedes escoger la forma que te sea más cómoda.

Algunas cosas a tener en cuenta: Si tienes náuseas o malestar estomacal, el uso vaginal puede resultarte más facil. **Para mayor privacidad, tal vez prefieras tomar el medicamento por vía sublingual (debajo de la lengua) ya que tragarás los restos del medicamento. Un médico no puede saber que has tomado misoprostol bajo la lengua, pero durante un examen pélvico puede ver restos de misoprostol administrados por vía vaginal que no se han disuelto hasta pasados cuatro días.**

TOMAR MISOPROSTOL VÍA VAGINAL

Lava tus manos y a continuación introduce cuatro pastillas de misoprostol en tu vagina, una a la vez, como si fueran un tampón (no hay lugar equivocado). Recuéstate y relájate durante 30 minutos.

Una vez que el misoprostol haya permanecido durante 30 minutos, podrás levantarte y moverte normalmente. Si en ese momento se sale alguna pastilla, puedes desecharla incluso si se ve entera. Está bien si algunas pastillas no se disuelven por completo y puedes utilizar el baño una vez que las pastillas hayan permanecido adentro 30 minutos.

TOMAR EL MISOPROSTOL VÍA SUBLINGUAL (DEBAJO DE LA LENGUA)

Lava tus manos y coloca 4 pastillas de misoprostol debajo de la lengua y déjalas reposar 30 minutos. Transcurridos los 30 minutos, bebe lo que quede de las pastillas con agua.

Anota la fecha y la hora en que tomaste el misoprostol:

FECHA + HORA DE LA TOMA DE LA PRIMERA DOSIS DE MISOPROSTOL:

Fecha: ___ / ___ / ___

Hora: ___ : ___ AM / PM

Paso 3: Toma la segunda dosis de misoprostol.

3 horas después de tomar la primera dosis de misoprostol, toma una segunda dosis de misoprostol (4

pastillas). Si después de la primera dosis no estás sangrando abundantemente, puedes tomar la segunda dosis vía vaginal o sublingual (debajo de la lengua).

No vuelvas a tomar el medicamento reconfortante.

Una vez transcurridas tres horas desde la toma de la primera dosis, toma la segunda dosis:

- **Si no estás sangrando, puedes tomar la 2da dosis vía vaginal o sublingual.**

Vía vaginal: Lava tus manos y a continuación introduce suavemente 4 pastillas de misoprostol en la vagina, de una en una, como si fueran un tampón (no hay lugar incorrecto). Después recuéstate y relájate 30 minutos.

Vía sublingual: Lava tus manos y luego coloca 4 pastillas de misoprostol debajo de la lengua y déjalas reposar durante 30 minutos. Transcurridos los 30 minutos, bebe lo que quede de las pastillas con agua.

- **Si estás sangrando, debes tomar la 2da dosis vía sublingual.**

Anota la fecha y hora en que tomaste la segunda dosis de misoprostol:

FECHA + HORA DE LA TOMA DE LA SEGUNDA DOSIS DE MISOPROSTOL:

Fecha: ___ / ___ / ___

Hora: ___ : ___ AM / PM

Paso 4: Toma la tercera dosis de misoprostol.

Después de otras (3) horas, toma la tercera dosis de misoprostol.

La tercera dosis debe tomarse siempre por vía sublingual (debajo de la lengua):

Lava tus manos y coloca 4 pastillas de misoprostol debajo de la lengua y déjalas reposar 30 minutos. Transcurridos los 30 minutos, bebe lo que quede de las pastillas con agua.

No vuelvas a tomar el medicamento reconfortante.

Anota la fecha y hora en que tomaste la tercera dosis de misoprostol:

FECHA + HORA DE LA TOMA DE LA TERCERA DOSIS DE MISOPROSTOL:

Fecha: ___ / ___ / ___

Hora: ___ : ___ AM / PM

Paso 5: Toma la cuarta dosis de misoprostol en caso necesario

Si no has tenido el sangrado esperado después de la tercera dosis, puedes tomar la cuarta dosis de misoprostol en cualquier momento entre 3 y 24 horas después de la tercera dosis.

La cuarta dosis de misoprostol debe tomarse siempre por vía sublingual (debajo de la lengua):

Lava tus manos y coloca 4 pastillas de misoprostol debajo de la lengua y déjalas reposar 30 minutos. Transcurridos los 30 minutos, bebe lo que quede de las pastillas con agua.

Una vez que te hayas bebido lo que queda de la cuarta dosis, puedes tomar también otros 800 mg de ibuprofeno (cuatro 200 mg Advil) y 1000 mg de paracetamol (dos Tylenol extrafuerte de 500 mg). Traga el analgésico con agua.

Anota la fecha y hora en que tomaste la cuarta dosis de misoprostol:

FECHA + HORA DE LA TOMA DE LA CUARTA DOSIS DE MISOPROSTOL:

Fecha: ___ / ___ / ___

Hora: ___ : ___ AM / PM

Paso 6: Espera a que surta efecto el medicamento

Muchas personas empezarán a tener cólicos y a sangrar a las pocas horas de terminar el régimen, sin embargo, en algunas personas pueden pasar hasta 24 horas para que empiecen a sangrar y a tener cólicos después de terminar todo el medicamento. Ambas cosas son normales. El embarazo puede tardar hasta 48 horas en pasar después de terminar todo el medicamento.

ESTO ES LO QUE PUEDES ESPERAR:

El sangrado es normal y puede ser similar al de una menstruación o más abundante. Los coágulos de sangre también son normales. La mayoría de las personas experimentan varias horas de sangrado más abundante que disminuye rápidamente una vez que han expulsado el embarazo de su cuerpo. Algunas no vuelven a sangrar hasta la siguiente menstruación, en unas 4-6 semanas. Otras pueden sangrar de forma intermitente hasta la siguiente menstruación. Todas estas posibilidades son normales. Mientras no empapes más de dos toallas femeninas por hora durante más de dos horas, o expulses coágulos de sangre más grandes que un limón, o estes mareada o aturdida, entonces se considera normal.

Los cólicos son el dolor que sientes cuando el útero se contrae para expulsar el embarazo. Los cólicos pueden ser fuertes al principio pero mejoran a medida que se completa el aborto. Algunas cosas que pueden aliviar los cólicos son tomar tu medicamento para el dolor, colocar un cojín térmico o una bolsa de agua caliente en el vientre, darte una ducha caliente, sentarte en el inodoro o que alguien frote tu espalda.

Escalofríos y fiebre pueden presentarse. Es posible que tengas frío o escalofríos el día que tomes el misoprostol. También es posible tener sofocos y sudoración, incluso tener fiebre leve que desaparece después de 24 horas. Por favor llámanos inmediatamente si tienes fiebre de 100.4°F o más después de 24 horas de haber tomado el misoprostol o en cualquier momento en las dos semanas posteriores a la toma del misoprostol).

Náuseas, vómito y diarrea pueden presentarse y son efectos secundarios normales del medicamento y deberían desaparecer en 24 horas. Si estos síntomas duran más de 2 días o los consideras graves, llámanos.

El Cansancio es normal durante 1 o 2 días. Pronto volverás a la normalidad.

Lo siguiente es

Nos pondremos en contacto contigo 2-3 días después de que administres el misoprostol para asegurarnos de que te encuentres bien.

No es necesario un seguimiento en persona para un aborto con medicamentos. Muy pocas personas necesitan acudir a la clínica para un seguimiento en persona.

Recomendamos que te hagas una prueba de embarazo casera en la orina y nos comuniques los resultados. Después de 5 semanas es muy raro que la prueba arroje un resultado positivo, pero si tu prueba salió positiva o si no has menstruado en un plazo de 5 a 6 semanas por favor infórmanos.

Cómo debes contactarnos

Llama a carafem de inmediato si tienes preguntas, inquietudes o presentas:

- Vómitos al mantener el misoprostol bajo la lengua.
- Un sangrado que empape 2 toallas femeninas tamaño maxi por hora durante 2 horas seguidas o más.
- Arrojas coágulos de sangre de tamaño mayor al de un limón

- Dolor intenso que no mejora con analgésicos, reposo o cojines térmicos.
- Vómito intenso o diarrea durante más de 24 horas.
- Fiebre de 100.4°F que haya comenzado 24 horas después de administrar el misoprostol.
- Señales de una reacción alérgica (sarpullido o dificultad para respirar).
- No hay sangrado ni coágulos de sangre dentro de las 24 horas posteriores al uso del misoprostol.

Llámarnos en cualquier momento al (855-SAY-CARA). Si llamas fuera del horario de atención, permanece en la línea para ser transferida con nuestro personal de guardia al final del mensaje grabado.

Preguntas frecuentes

¿Cuál es la eficacia del medicamento?

Los estudios han demostrado que cuando se toma solo el misoprostol, su eficacia para inducir un aborto es del 90-95%. Si experimentas poco sangrado, o si tienes síntomas de embarazo en curso, llámanos. El misoprostol puede provocar defectos congénitos en embarazos en curso, por lo que es importante que hables con un profesional si crees que el medicamento no ha sido eficaz.

¿Cuándo podré utilizar tampones o copa menstrual?

Te sugerimos que utilices toallas femeninas de flujo máximo y de tamaño completo hasta 24 horas después de tomar el misoprostol para saber cuánto estás sangrando. Después de eso, podrás volver a utilizar tampones o copa menstrual.

¿Cuándo podré tener relaciones sexuales?

No hay un tiempo específico que debas esperar para volver a tener relaciones sexuales. Puedes hacerlo cuando te sientas lista. Ten en cuenta que después de un aborto, puedes volver a quedar embarazada muy rápido si tienes relaciones sexuales y no usas un método anticonceptivo confiable.

¿Puedo tomar otras medicinas, alcohol o tratamientos herbolarios para aliviar el dolor o relajarme?

Algunas medicinas pueden interactuar con los analgésicos proporcionados. Te pedimos que por favor nos llames con el nombre específico de la medicina que deseas tomar. Es mejor evitar el consumo moderado de alcohol o cannabis después de un aborto con medicamentos mientras se toman analgésicos recetados o cuando se sangra abundantemente.

¿Cuánto tiempo después de un aborto puedo quedar embarazada?

Es posible quedar embarazada inmediatamente después de un aborto. Te recomendamos que empieces a utilizar un método anticonceptivo confiable el mismo día que tomes la pastilla abortiva si deseas evitar un embarazo. Si tienes más preguntas al respecto, con gusto te ayudaremos.

¿Puedo comer o beber algo durante el proceso de mi aborto?

Es importante mantenerte hidratada. Pequeños sorbos de agua o de bebidas gaseosas como el Ginger ale pueden ayudarte. Algunas personas se relajan con el té caliente. Si tienes hambre puedes comer pero es mejor evitar alimentos grasosos o picantes debido a que los medicamentos pueden ocasionar malestar estomacal.

¿Cuánto durará el sangrado?

Después de un aborto con medicamentos el sangrado es común. Es normal que dure tan solo unos días o que dure entre 4 a 6 semanas. También se considera normal si es intermitente o varía entre manchado a cantidades más abundantes. El color puede variar de café oscuro a rojo brillante y aún así es considerado normal. Si estás preocupada por tu sangrado, llámanos por favor al 855-729-2272 (855-SAY-CARA) y te asesoramos.

¿Cuándo disminuirá la sensibilidad en mis senos?

Después de un aborto, la sensibilidad en los senos suele ser el último síntoma en desaparecer y puede persistir durante una semana a 10 días. Si tus senos están hinchados o te duelen, toma ibuprofeno o Tylenol para aliviar el dolor. Aplicar hielo envuelto en una toalla delgada o una compresa de gel frío sobre los senos puede ayudar a reducir la hinchazón. Un sostén ajustado también puede ayudar, puedes usarlo incluso para dormir. Algunas personas notan una secreción clara o lechosa de sus pezones. Esto también es normal y debe desaparecer en pocos días.