



Komiteen for Sundhedsoplysning

Sådan kommer du igennem

Om medicinsk og kirurgisk abort

Beslutningen

Graviditet kan opstå, uden at det var planlagt. Og så må kvinden tage en meget stor beslutning:

*Er jeg parat
til at gennemføre
graviditeten og
blive mor?*

*Eller ønsker
jeg en abort?*

Når du sidder med denne folder, er det måske, fordi du har truffet dit valg.

Det kan være, at beslutningen har været svær, og måske er du bekymret for, hvordan aborten vil foregå. Denne folder vil guide dig med beskrivelser af, hvad der skal ske undervejs.

Skynd dig til lægen

Hvis du ikke allerede har været hos din praktiserende læge, så skynd dig at bestille tid.

Lægen vil fortælle dig om aborten, udfylde anmodning om abort og sende en henvisning til sygehuset eller en privat praktiserende gynækolog. Herefter bliver du indkaldt til abort, når der er fundet tid til dig. Hold øje med din e-boks.

Du kan også gå direkte til en gynækolog uden at kontakte din egen læge. Så sparer du noget tid, og det kan være vigtigt, hvis graviditeten er tæt på 12 uger, som er abortgrænsen.

Du har ret til at fortryde indtil sidste øjeblik – også efter du har anmodet om abort og har fået en tid.

I Danmark har kvinder ret til abort inden udgangen af 12. graviditetsuge. De 12 uger regnes fra sidste menstruations første dag.

Efter abortgrænsen

Hvis du er længere henne end 12 uger, kan der kun gives tilladelse til abort af særlige grunde.

Det kan være af helbredsmæssig eller social art, eller hvis der er svær sygdom hos dig eller barnet.

Du vil blive scannet, for at man kan være sikker på, hvor langt du er henne. Og det er et regionalt samråd, som – efter en samtale med dig – vil vurdere, om tilladelsen kan gives.

Din ansøgning bliver behandlet så hurtigt som muligt, og du får besked umiddelbart efter afgørelsen.

To abortmetoder

Der findes to metoder til at afbryde en uønsket graviditet:

MEDICINSK abort

– som foregår ved, at du får noget medicin, der sætter aborten i gang.

KIRURGISK abort

– som foregår ved, at du bliver bedøvet og derefter får suget livmoderens indhold ud.

Det er ikke altid, man frit kan vælge imellem medicinsk eller kirurgisk abort.

På langt de fleste sygehuse vil man tilbyde medicinsk abort før uge 9 og kirurgisk abort efter uge 9.

Sene aborter – dvs. efter uge 12 – foregår som medicinsk abort.

Forundersøgelsen

Oftest vil du blive indkaldt til en undersøgelse før en abort.

Her bliver du scannet, så man kan være sikker på, hvor langt du er henne i graviditeten. Der vil også blive lavet en underlivsundersøgelse, hvor lægen tjekker for klamydiainfektion, hvis det ikke allerede er gjort.

Du kan tale med sygeplejersken eller lægen om valg af prævention efter aborten. Du kan overveje at få lagt en spiral eller p-stav, imens du er bedøvet til en kirurgiske abort.

MEDICINSK abort

Ved den medicinske abort får du to slags medicin med én dags mellemrum.

På dag 1 får du en tablet, der stopper graviditeten.

Tabletten kan også få livmoderen til at trække sig sammen, og der kan komme smerter, blødning fra skeden samt kvalme og diarré.

Smerterne kan lindres med almindelig håndkøbsmedicin. Hvis du bløder, skal du undgå tamponer, samleje, karbad og havbad.

På dag 2 får du en tablet, som giver sammentrækninger i livmoderen, så den tømmer sig.

Medicinen gives enten som stikpiller i skeden eller som tabletter. Det sker hjemme hos dig selv, hvis du er rask og mindre end 9 uger henne i graviditeten.

Du bliver tilbudt smerte- og kvalmestillende medicin. Nogle kvinder får hovedpine, kvalme eller opkastninger.

Hvis du ikke allerede bløder, vil du begynde at bløde nu. Blødningerne vil oftest være kraftigere end ved en almindelig menstruation, og der er ofte klumper i.

De fleste kvinder aborterer efter nogle få timer.

På grund af blødningen, situationen og den smertestillende medicin bør du ikke køre bil eller være alene, når du tager tabletterne og den første nat efter aborten.

Efter aborten

Efter aborten vil du bløde kraftigere end ved en normal menstruation.

Blødningen kan vare i 3-4 uger, men vil aftage efter den første uge. Du vil som regel have lette smerter de første par dage.

Så længe du bløder, bør du undgå karbad, havbad, svømmehal, tamponer og samleje uden kondom. Det vil nedsætte risikoen for underlivsbetændelse.

Du bør tage det med ro i 1-2 dage efter aborten.

1-2 uger efter aborten skal du have tjekket, at du ikke længere er gravid. Det kan ske ved, at du får taget en blodprøve. Sygehuset eller gynækologen vil aftale det med dig. Hvis du selv tjekker ved at tage en graviditetsprøve, skal du vente til 4 uger efter aborten.

2-4 uger efter aborten kommer den første ægløsning, og du kan blive gravid igen. Husk derfor at starte med prævention umiddelbart efter aborten.

4-6 uger efter aborten vil du normalt få menstruation. Sker det ikke, må du kontakte din egen læge igen.

Du kan reagere følelsesmæssigt efter aborten. Se side 17.

KIRURGISK abort

Indgrebet bliver foretaget i dyb bedøvelse. Når du møder op på sygehuset, skal du være fastende.

Fastende betyder, at du hverken må spise eller drikke fx mælkeprodukter eller juice 6 timer før abortindgrebet.

Du må heller ikke ryge eller tygge tyggegummi.

Du må gerne drikke vand og saft indtil 2 timer før.

Du kan tage en pårørende med, hvis du er mest tryk ved det.

Før indgrebet

Et par timer før indgrebet skal du tage noget medicin, der vil gøre livmoderhalsen blødere.

Medicinen gør, at det bliver lettere at udvide livmoderhalsen i forbindelse med abortindgrebet.

Medicinen kan give menstruationslignende smerter, der kan afhjælpes med et almindeligt håndkøbspræparat.

I nogle tilfælde sætter medicinen aborten i gang, og du kan begynde at bløde.

Aborten

Først bliver du bedøvet, dvs. enten lagt i dyb rus + lokalbedøvelse eller i fuld bedøvelse. Det vil være en læge, der foretager aborten, og der er en sygeplejerske til stede under hele indgrebet.

Lægen udvider forsigtigt livmoderhalsen. Derefter bliver livmoderhulen tømt for graviditetsvæv med et sug.

Hvis der er behov for det, får du til sidst et medikament, der får livmoderen til at trække sig sammen. Derved mindskes blødningen. Selve indgrebet varer kun 10-15 minutter.

Efter aborten

Lige efter aborten oplever nogle kvinder træthed, svimmelhed, hovedpine, kvalme eller kaster op. Disse symptomer vil dog hurtigt forsvinde.

Efter et par timer kan du tage hjem. Du bør sørge for at blive hentet. Du må først køre bil selv 24 timer efter indgrebet.

Det er også bedst, hvis der er nogen hos dig indtil næste morgen, hvis der skulle komme komplikationer. Hvis du har små børn, bør du få dem passet.

De første par dage efter indgrebet kan der være menstruationslignende smerter.

Op til 10 dage efter aborten kan der være mindre blødninger eller pletblødninger.

Efter en abort skal din krop bruge nogle dage på at omstille sig til ikke at være gravid. Det betyder, at kvalme, brystspænding o.l. kan fortsætte en uges tid efter indgrebet.

2-4 uger efter aborten kommer den første ægløsning, og du kan blive gravid igen. Husk derfor at starte med prævention umiddelbart efter aborten.

4-6 uger efter aborten vil du normalt få menstruation. Sker det ikke, må du kontakte sygehuset eller gynækologen for at sikre, at du ikke (stadig) er gravid.

Du kan reagere følelsesmæssigt efter aborten. Se side 17.

Fælles for alle aborter

Forebyg underlivsbetændelse

Uanset om du får medicinsk eller kirurgisk abort, er det vigtigt at forebygge underlivsbetændelse bagefter.

I den periode hvor du stadig bløder:

- undgå samleje uden kondom
- undgå tamponer
- undgå karbad, svømmehal og havbad.

Men du kan roligt tage brusebad og benytte bind.

Kontakt læge ved komplikationer

Det er sjældent, der kommer komplikationer efter en abort. Men det kan ske.

Kontakt egen læge, gynækologen, sygehuset eller vagtlægen, hvis du inden for de første døgn får:

- kraftige blødninger
- feber
- ildelugtende udflåd
- smerter.

Disse komplikationer kan være tegn på underlivsbetændelse eller rester af graviditetsvæv i livmoderen. Begge dele kræver behandling.

Er der gået mere end et døgn, skal du søge egen læge eller kontakte gynækologen.

Anti-D

Hvis du har rhesus negativ blodtype – og var over 8 uger henne – skal du have en indsprøjtning med såkaldt anti-D. Den forhindrer, at du ved en fremtidig graviditet danner antistoffer, hvis fosteret er rhesus positivt.

Abort efter 12 uger

Abort efter 12 uger foretages kun på sygehus.

Abortindgrebet foregår ved, at du først får medicin, der bevirker, at graviditetshormonet blokeres. Dermed går udviklingen af graviditeten i stå, og aborten er i gang.

1-2 døgn efter får du – med et par timers mellemrum – lagt ve-fremkaldende stikpiller op i skeden, indtil fosteret bliver udstødt som ved en fødsel. Det er forskelligt fra kvinde til kvinde, hvor mange stikpiller der skal til for at få aborten i gang.

Du kan få smertestillende medicin, hvis du har brug for det. Smerterne vil være et tegn på, at aborten er i gang.

Efter aborten kan det være nødvendigt at foretage en udskrabning i fuld bedøvelse.

Støtte efter abort

Forskellige reaktioner efter abort

Mange kvinder føler lettelse efter abortindgrebet – og samtidig kan de føle tristhed og tomhed.

Måske er du glad og ked af det på samme tid. Det kan også være, du let kommer til at græde. Det er en reaktion på den store omvæltning, som du har været igennem, fysisk og psykisk.

Følelserne er ikke et udtryk for, at valget af abort var forkert. Men beslutningen om abort er en psykisk belastning – både når den skal træffes og efter indgrebet. Samtidig skal kroppen vænne sig til de hormonelle omvæltninger. Det er meget naturligt, at du reagerer.

Tal med andre om dine tanker og følelser, fx din partner, familie eller venner.

Sundhedspersonalet vil også altid være parat til at støtte dig. Hvis du bliver ved med at føle dig nedtrykt eller opleve humørsvingninger i ugerne efter aborten, bør du henvende dig til din egen læge.

Støttesamtale

Du kan få en støttesamtale, der kan hjælpe dig igennem eventuelle psykiske gener efter aborten. Henvend dig hos din læge eller din sagsbehandler, og få en snak med dem. De kan også hjælpe dig med en henvisning til andre steder, hvor du kan få en støttesamtale.

Psykologhjælp

Hvis du får foretaget abort efter 12 uger som følge af alvorlig sygdom hos dig eller fostret, har du ud over en almindelig støttesamtale mulighed for at få psykologhjælp.

Du skal henvende dig hos din læge, hvis du føler et behov for psykologhjælp. Du kan evt. få sygesikringstilskud til psykologhjælp i op til 12 konsultationer. For at du kan få tilskud, skal din læge henvise dig til en psykolog.

Kommunen

Socialforvaltningen eller socialcentret i din kommune kan hjælpe dig med rådgivning i forhold til abort, bortadoption og eventuelle tilskud. Gå ind på din kommunes hjemmeside. Her kan du under socialcenter eller socialforvaltning læse mere.

Andre muligheder for støtte

Mange private organisationer tilbyder hjælp – enten via telefonrådgivning eller ved personlige samtaler.

Her er en række web-adresser på steder, hvor du kan søge råd og støtte. Klik ind på deres hjemmeside og find adresser, åbnings- og telefontider:

moedrehjaelpen.dk/holdepunkt/abortraadgivning

(Mødrehjælpens abortrådgiving)

abortnet.dk

(Sex & Samfund)

sexlinien.dk

(Sex & Samfund, specielt til unge)

**Sådan kommer du igennem
– om medicinsk og kirurgisk abort**

© Komiteen for Sundhedsoplysning
1. udgave, 1. oplag, 2022

ISBN (trykt version): 978-87-93940-26-0

ISBN (elektronisk version): 978-87-93940-27-7

Fagredaktion af denne udgave:

Annemette Wildfang Lykkebo, ledende overlæge,
formand for DSOG

Helga Gimbel, overlæge, forskningslektor, dr. med.

Nina Kornerup, læge

Sofie Thyra Rohde, speciallæge i almen medicin

Layout og sats:

Peter Dyrvig Grafisk Design

Tryk:

Stibo Complete

Bestilling:

Komiteen for Sundhedsoplysning

Webshop: kfsbutik.dk

E-mail: kfs@sundkom.dk

Udgivet med støtte fra Sundhedsstyrelsen.