

Raskauden keskeytys sikiön poikkeavuuden perusteella

- ohje keskeytykseen tulevalle

Lapsellanne on todettu vaikea poikkeavuus ja olette päättäneet hakea raskauden keskeytystä. Tämän ohjeen tarkoitus antaa teille tietoa raskauden keskeytyksestä ja tukea toipumiseen.

Sosiaali- ja terveysalan lupa- ja valvontavirasto eli Valvira käsittelee raskauden keskeytyshakemuksenne. Käsittelykokoukset pidetään arkena tiistaisin ja torstaisin. Äitiisyksikön kättilö soittaa sinulle, kun hakemuksesi on käsitelty ja edellisen vastaanottokäynnin yhteydessä otetut laboratoriokokeet on vastattu. Puhelussa sovitte milloin tulet käynnille Äitiisyksikköön.

Äitiisyksikön käynnillä sinulta vielä varmistetaan päätös keskeyttää raskaus. Kun olet varma päätöksestä, henkilöllisyytesi tarkastetaan kuvallisesta henkilötodistuksesta ja sinulle annetaan suun kautta Mifegyne®-lääke. Lääke pehmittää kohdunkaulaa ja lisää kohdun supistusherkkyyttä. Lääkkeen oton jälkeen voi tulla pahoinvointia, veristä vuotoa ja mahakipua.

Käynnillä saat ajan Synnytysyksikköön kahden päivän päähän Mifegynen® otosta.

Jos oksennat kahden tunnin sisällä Mifegynen® ottamisesta, osa lääkkeestä saattaa jäädä imeytymättä. Soita silloin Äitiisyksikköön arkisin klo 8:00 –14:00, klo 14 jälkeen ja viikonloppuisin synnytysyksikköön, lääkityksen uusimista varten. Ota yhteyttä myös, jos verinen vuoto on runsasta tai jos et muuten pärjää kotona.

Kipuihin voit kotona käyttää parasetamolia 1 g 1–3 kertaa vuorokaudessa tai ibuprofeenia 400–800 mg 1–3 kertaa vuorokaudessa tai molempia. Keskustele kipulääkityksestä lääkärin kanssa, jos edellä mainitut lääkkeet eivät sovi sinulle.

- Parasetamoli-valmisteita ovat esimerkiksi Panadol®, Para-Tabs® sekä Paracetamol®
- Ibuprofeeni-valmisteita ovat esimerkiksi Burana®, Ibumax® sekä Ibuxin®

Aamulla ennen Synnytysyksikköön saapumista voit syödä normaalin aamupalan. Voit ottaa synnytysyksikköön mukaan tukihenkilön.

Keskeytyksen eteneminen synnytysyksikössä

Synnytysyksikköön tullessanne kätilö ottaa teidät vastaan ja käy läpi päivän kulkua. Kätilö on tukena koko raskauden keskeytyksen ajan ja läsnä aina halutessasi. Kysykää ja keskustelkaa rohkeasti mieltänne askarruttavista asioista. Synnytysyksikössä sinulla on oma huone, jossa olette koko keskeytyksen ajan.

Sairaalaan tultuasi et saa juoda etkä syödä mitään ennen kuin saat siihen luvan. Raskauden keskeytyksen etenemisen ja vointisi mukaan sinulle annetaan tarvittaessa nesteytystä suonensisäisesti.

Kätilö laittaa sinulle emättimeen Cytotec®-lääkettä, joka saa aikaan kohdunkaulan pehmenemisen ja kohdun supistelun. Mikäli sinulla on runsasta veristä vuotoa, lääke annetaan suun kautta.

Cytotec® -lääkityksen aloituksesta sikiön syntymiseen kuluva aika on yksilöllinen. Cytotecia® annetaan tarvittaessa 3–4 tunnin välein. On hyvä varautua olemaan yön yli sairaalassa. Joskus Cytotec® -hoito joudutaan toistamaan seuraavana päivänä.

Kipu

Raskauden keskeytyksessä käytetyt lääkkeet saavat aikaan kohdun supistuksia, jotka aiheuttavat alavatsakipua ja verenvuotoa. Kivun kokeminen on henkilökohtaista. Pyydä kätilöltä rohkeasti kivunlievitystä sitä tarvitessasi. Olet itse paras arvioimaan omaa kipuasi. Synnytysyksikössä on mahdollisuus saada erilaisia lääkkeettömiä ja lääkkeellisiä kivunlievitysmenetelmiä, jotka auttavat raskauden keskeytyksen aikaisiin kipuihin.

Lääkkeettömiä kivunlievitysmenetelmiä ovat muun muassa lämmin suihku, lämpöpussit ja liikkuminen. Tukihenkilön mukanaolo voi myös vaikuttaa helpottavasti kiputunteihin. Koviin kipuihin on mahdollisuus saada kipulääkettä joko tablettina, pistoksena tai puudutteina.

Keskeytyslääkkeet voivat aiheuttaa erilaisia oireita, tavallisimpia ovat pahoinvointi ja oksentelu. Harvinaisempia ovat päänsärky, huimaus, ripulointi, vilunväristykset sekä kuumeilu. Kerro oireistasi kätilölle, niitä voi helpottaa lääkityksellä.

Sikiön syntyminen

Kohdunsuun ollessa riittävästi avautunut, voit kokea painon- ja ponnistuksetunnetta emättimessä. Sikiö ja istukka syntyvät alateitse. Voit synnyttää esimerkiksi vuoteessa tai portatiivilla istuen. Synnytystilanteesta pyritään tekemään mahdollisimman rauhallinen.

Alateitse synnyttäminen voi tuntua ajatuksena vaikealta, mutta sillä on havaittu olevan myönteisiä vaikutuksia niin myöhempään henkiseen kuin fyysiseenkin toipumiseen. Kerro kättilölle rohkeasti keskeytykseen liittyvistä ajatuksista ja toiveista.

Raskaudenkeskeytyksen jälkeen

Ajatus lapsenne näkemisestä tai sylissä pitelemisestä raskaudenkeskeytyksen jälkeen saattaa pelottaa. Muistojen luominen hänestä voi olla tärkeää. Voitte halutessanne ottaa valokuvia tai videoita ja painaa lapsenne käden tai jalan jäljen paperille. Kättilö on tukenanne ja voi pyytäessänne kerätä nämä muistot puolestanne.

Teillä on mahdollisuus surra, ilmaista tunteenne sekä jättää jäähyväiset lapselle. Voitte olla hänen kanssaan niin kauan kuin teistä tuntuu hyvälle.

Kun olette valmiita, lapsi viedään sekä lääkärin että patologin tutkittavaksi. Sairaala huolehtii lapsenne tuhkauksesta ja voitte käydä muistelemassa häntä Mäntykankaan hautausmaalla sijaitsevalla Hietakehdolla. Vaihtoehtoisesti voitte haudata lapsenne, sopikaa hautausjärjestelyistä oman seurankuntanne kanssa. Hautaamista varten saatte lääkärin allekirjoittaman hautaamisluvan.

Jälkihoito

Jos raskaus on kestänyt yli 15 raskausviikkoa, saat maidon erityistä estävän Dostinex® -lääkityksen.

Synnytysyksikössä kättilö keskustelee kanssasi kokemuksestasi, ajatuksistasi ja toipumiseen liittyvistä asioista. Halutessasi järjestetään mahdollisuus keskusteluun myös sairaalapapin tai psykiatrisen kättilön kanssa.

Mikäli kotiudut sairaalasta keskeytyspäivänä, sinulla tulee olla täysi-ikäinen henkilö seurana kotimatalla ja kotona yön yli. Sinulle kirjoitetaan sairauslomaa tilanteestasi ja voinnistasi riippuen.

Halutessasi kättilö soittaa sinulle noin kahden viikon kuluttua raskaudenkeskeytyksestä. Soiton tarkoituksena on tiedustella vointiasi. Kättilön kanssa voit vielä keskustella mielessäsi olevista asioista ja kysymyksistä. Tarvittaessa voit jo aikaisemmin olla yhteydessä äitiys- tai synnytysyksikköön.

Jälkivuoto ja tulehdusten ehkäisy

Raskaudenkeskeytyksen jälkeen runsas jälkivuoto kestää yleensä 2–3 päivää. Tämän jälkeen vuoto vähenee, muuttuen ensin verisestä rusehtavaksi ja sen jälkeen valkovuodon kaltaiseksi. Vuoto kestää keskimäärin 2 viikkoa. Yksilöllinen vaihtelu on kuitenkin suurta. Jälkivuodon aikana puhtaudesta huolehtiminen on tulehdusten ennaltaehkäisyyn kannalta tärkeää. Jälkivuodon aikana tulee käyttää vain

terveyssiteitä, ei tamponeja eikä kuukuppia. Ammekylpyä, uimista ja yhdyntää tulee välttää jälkivuodon ajan, infektioriskin vuoksi. Runsaimpina vuotopäivinä ei suositella myöskään saunassa käyntiä.

Kivut kuuluvat asiaan toipumisen alkuvaiheessa ja niihin voit ottaa kipulääkettä. Myöhemmin alkaneet voimistuneet kivut sekä kohdun aristaminen voivat olla merkki tulehduksesta.

Ota yhteyttä synnytysyksikköön, jos sinulla on:

- Alavatsakipu
- Kuumetta (yli 38-astetta)
- Pahan hajuista jälkivuotoa
- Äkillistä, runsasta veristä vuotoa
- Pitkittynyttä, yli 4 viikkoa kestänyttä vuotoa

Kuukautiset ja perhesuunnittelu

Uusi raskaus voi alkaa pian raskauden keskeytyksen jälkeen. Ensimmäiset kuukautiset tulevat yleensä 4–7 viikon kuluessa raskauden keskeytyksestä.

Voit aloittaa halutessasi hormonaalisen yhdistelmäehkäisyn tai progestiiniehkäisyn sairaalasta kotiutumisen jälkeisenä päivänä.

Sinut kutsutaan jälkikeskusteluun Naistentauti- ja äitiysyksikköön, kun kaikki tutkimustulokset sikiöstä ovat käytettävissä. Keskustelussa lääkäri kertoo sinulle sikiöpoikkeavuuden laadun, syyn ja mahdollisen periytymistavan. Keskustelussa sinulla on mahdollisuus kertoa tuntemuksistasi ja esittää kysymyksiä.

Henkinen toipuminen raskaudenkeskeytyksestä

Raskaudenkeskeytys saattaa aiheuttaa monenlaisia tunteita. Saatat tuntea muun muassa surua, ikävää, ahdistusta, helpotusta, vihaa, syyllisyyttä, häpeää ja kaipuuta. Kokemasi tunteet ja reaktiot voivat olla ennestään vieraita ja siksi pelottavia. Erilaisten tunteiden käsittelyssä tuen tarve on yksilöllistä, voit tarvita paljon tukea tai voit haluta käsitellä tunteitasi itseksesi. Erityisesti surun tunteminen keskeytyksen jälkeen on tavallista. Suru on yksilöllinen kokemus ja jokainen suree omalla juuri itselleen sopivalla tavalla. Surussa vaikeammat ja helpommat hetket saattavat vuorotella. Ajan myötä suru muuttaa muotoaan. Surun hellittäessä saatat kokea syyllisyyden ja pelon tunteita lapsen unohtamisesta. Nämäkin tunteet ovat normaaleja. Puolisoiden surun käsitteleminen voi olla erilaista. Toiset käsittelevät suruaan mieluummin yksin, fyysisten ja konkreettisten tapojen kautta, kun taas toiset puhumalla. Surun jakaminen läheisten kanssa voi helpottaa suruaikaa. Tärkeintä on löytää

itselleen sopivin tapa käydä läpi kokemuksia raskaudenkeskeytyksestä ja sen aiheuttamista tunteista.

Tukipalvelut

Raskauden keskeytyksen läpikäyneille on saatavilla erilaisia tukimuotoja. Vertaistukiryhmässä samanlaiset kokemukset voivat luoda uskoa selviytymiseen, muutkin ovat kokeneet jotain yhtä vaikeaa ja selviytyneet. Raskaudenkeskeytyksen mukana tulleiden tunteiden ja ajatusten jakaminen vastaavan kokeneiden kanssa voi olla terapeutista ja edesauttaa toipumista.

- KÄPY ry on vertaistukiyhdistys, joka on tarkoitettu kaikille lapsensa menettäneille.

[Http://www.kapy.fi/](http://www.kapy.fi/)

- Keski-Suomen sosiaali- ja kriisipäivystys 014 266 0149

Tavoitettavissa ympäri vuorokauden, vuoden jokaisena päivänä

- Jyväskylän Kriisikeskus Mobile tarjoaa kriisiapua 044 7888 470, <https://kriisikeskusmobile.fi>,

os. Matarankatu 6 B (4 krs), 40100 Jyväskylä

arkipäivisin ma-to klo 8–20 ja pe klo 8–17

[Kriisikeskus Mobile](#)

- Valtakunnallinen kriisipuhelin 010 195 202, <https://tukinet.net>

[Tukinet](#)

Kirjallisuutta aiheesta:

Kuvittelenko, vai kuoliko jotain? Kreula Rita. 2008. Helsinki: Books on Demand

Abortti ja siitä selviytyminen. Kauranen Viveka. 2011. Helsinki: Art House

Tukea voit saada myös Naistentauti- ja äitiysyksiköstä sekä synnytysyksiköstä, psykiatriselta sairaanhoitajalta, omasta neuvolasta, terveyskeskuksen psykologilta, kriisiryhmistä, perheasiainkeskuksista, seurakuntien sururyhmistä sekä mielenterveyspalveluista.

Yhteystiedot

Naistentauti- ja äitiysyksikkö p. 014 269 1104 klo 8:00-14:00

Synnytysyksikkö p. 014 269 1204 päivystysaikana