

Lääkkeellinen raskaudenkeskeytys (ohje potilaalle, raskauden kesto alle 10+1 viikkoa, kotona)

- On tärkeää, että päätös keskeyttää raskaus on oma, henkilökohtainen päätöksesi ja olet harkinnut asian tarkkaan.

Vastaanotolla

- Saat suun kautta mifepristonitabletin. Lääke lisää kohdun supistusherkkyyttä ja pehmittää kohdunkaulaa. Vuoto ja kuukautismaiset alavatsakivut voivat alkaa jo tämän lääkkeen ottamisen jälkeen.
- Keskeytyspäätöksen tulee olla varma ennen ensimmäisen lääkkeen ottamista, sillä jo tämä lääke yksinään voi johtaa raskauden keskeytymiseen.
- Jos oksennat kahden tunnin kuluessa tabletin ottamisesta, osa lääkkeestä voi jäädä imeytymättä. Ota tällöin pikaisesti yhteys keskeytysyksikkösi, puhelinnumero

-
- Mifepristonitabletti otettu _____ / _____ klo _____
 - Sairauslomaa kirjoitetaan tavallisesti 2 vuorokautta toisen lääkkeen otosta lähtien.

Lääkkeen ottaminen kotona

- Tukihenkilön tulee olla joko paikan päällä tai nopeasti saavutettavissa.
- Ota 30 minuuttia ennen keskeytyslääkkeiden annostelua kipulääkkeeksi 800 mg ibuprofeenia ja 1 g parasetamolia. Mikäli sinulle on annettu muita kipu- tai pahoinvointilääkkeitä, ota ne ohjeen mukaan.
- Laita 4 tablettia misoprostolia, syväälle emättimeen aamulla 2 vuorokautta vastaanotolla ottamasi mifepristonitabletin jälkeen.
- Jos sinulla on runsasta veristä vuotoa, laita tabletit kielen alle (2 tablettia kerrallaan 20 minuutin välein). Misoprostoli aiheuttaa kohdun supistelua ja tyhjentymisen verenvuodon kera.
- Misoprostolitabletit _____ / _____ klo _____
- Lisäkipulääkkeenä voit käyttää parasetamolia 1 g 1–3 kertaa vuorokaudessa ja ibuprofeenia 600–800 mg 1–3 kertaa vuorokaudessa. Varaa kipulääkettä kotiin valmiiksi.
- Muista juoda riittävästi nesteitä ja pukeudu puristamattomiin vaatteisiin.
- Keskeytyslääkkeiden haittavaikutuksina voi esiintyä pahoinvointia, ripulia, huimausta ja päänsärkyä. Verinen vuoto voi olla runsasta ja alavatsakipu voimakasta. Jos sinulla on oireita, joiden kanssa et selviä kotona tai sinulla on kysyttävää hoidon suhteen, ota yhteyttä keskeytysyksikkösi saamaan puhelinnumeroon: **Naistentauti- ja synnytysten päivystys puh: 014 269 1204**

Jos vuoto ei ala 3 vuorokauden kuluessa, ota yhteyttä keskeytysyksikkösi **Neuvoloiden puhelinpalvelun kautta (valitse raskauden keskeytys- linja): avoinna arkisin ma-to 8-16 ja pe 8-14 puh 014-2660141.**

- Misoprostolin ja vahvempien kipulääkkeiden ottamisen jälkeen tulee pitää 3–4 tunnin tauko imettämässä.

Jälkihoito

- Lääkkeellinen keskeytys onnistuu noin 95 %:ssa tapauksista. Noin 5 %:lla raskaus voi jatkaa tai keskeytyä epätäydellisesti. Tällöin keskeytys voidaan saattaa loppuun toistamalla lääkitys tai kaavinnalla.
- Vuoto kestää keskimäärin kaksi viikkoa, mutta yksilöllinen vaihtelu on suurta. Ensimmäisinä päivinä vuoto on yleensä runsaampaa
- Vuoto kestää keskimäärin kaksi viikkoa, mutta yksilöllinen vaihtelu on suurta. Ensimmäisinä päivinä vuoto on yleensä runsaampaa.
- Kuukautiset alkavat noin 4–7 viikon kuluttua ja voivat olla normaalia runsaammat.
- Tulehdusriskin pienentämiseksi käytä jälkivuodon aikana terveysseiteitä, vältä ammekylpyä, uimista ja yhdyntää ilman kondomia. Puhtaudesta huolehtiminen on tärkeää. Tee alapesu vedellä wc-käynnin yhteydessä päivittäin jokaisen siteenvaihdon yhteydessä ja vaihda side vähintään kahdeksan tunnin välein. Saunassa käyntiä ei suositella runsaimpina vuotopäivinä.
- Jos sinulla ilmenee pitkittyvää tai runsasta vuotoa, alavatsakipua, kuumetta tai pahan hajuista jälkivuotoa, ota yhteyttä omaan terveysasemaasi ja voimakkaissa oireissa päivystykseen.
- Misoprostolin ja vahvempien kipulääkkeiden ottamisen jälkeen tulee pitää 3–4 tunnin tauko imettämässä.

Ehkäisyn aloittaminen

- Ehkäisystä huolehtiminen on tärkeää. Uudelleen raskaaksi tuleminen on mahdollista jo ennen seuraavia kuukautisia. Ehkäisytablettien, -renkaan, -laastarin tai minipillereiden käyttö kannattaa aloittaa misoprostolitablettien ottopäivän iltana tai viimeistään sitä seuraavana aamuna.
- Hormoni- tai kuparikierukka voidaan asettaa, kun raskauden keskeytyminen on varmistettu.
- Ehkäisykapseli voidaan asettaa keskeytyksen yhteydessä tai myöhemmin.
- Kondomi on ainoa ehkäisyväline, joka suojaa seksitaudeilta. Noin 5 %:lla raskaus voi jatkaa tai keskeytyä epätäydellisesti. Tällöin keskeytys voidaan saattaa loppuun toistamalla lääkitys tai kaavinnalla.

Raskauden keskeytyksen varmistaminen

- Raskauden keskeytyminen varmistetaan virtsan raskaustestillä. Tee raskaustesti 4-5 viikkoa keskeytyksen jälkeen, kuitenkin mielellään ennen raskausviikkoa 12.
- Jos raskauden keskeytys on tehty raskausviikoilla 4.-5. veren hCG-arvo tarkistetaan jo viikon kuluttua keskeytyksestä. Tästä saat ohjeet vastaanotolla.

Selviytyminen

- Vaikka useimmat kokevat helpotusta, kun keskeytys on ohi, voi raskaudenkeskeytys olla psyykkisesti raskas.
- Tarvittaessa voit hakea apua oman alueesi terveyskeskuksesta, mielenterveyspalveluiden Ensilinjalta, seurakunnasta tai muista mielenterveyden ja kriisitilanteiden tukipalveluista

Yhteystietoja paikallisiin tukipisteisiin:

- Terveyskeskukset ja mielenterveyspalvelujen Ensilinja: www.hyvaks.fi
- Sosiaali- ja kriisipäivystys: p. 014 266 0149
- Kriisikeskus Mobile, p. 044 7888 470 (ma–to klo 8–20, pe klo 8–17)

Yhteystietoja valtakunnallisiin tukipisteisiin:

- MIELI ry:n valtakunnallinen kriisipuhelin, p. 09 2525 0111 (24 h/vrk)
- Kriisipuhelin päivystää myös ruotsiksi, arabiaksi, englanniksi, ukrainaksi ja venäjäksi.
- Mielenterveystalo.fi tarjoaa luotettavaa apua mielen hyvinvointiin
- Kirkon palveleva puhelin, p. 0400 221 180, klo 18–24, www.evl.fi/kirkonkeskusteluapu

Jos sinulla on ongelmia tai kysyttävää, ota yhteyttä joko keskeytysyksikkösi **Neuvoloiden puhelinpalvelun kautta (valitse raskauden keskeytys- linja): avoinna arkisin ma-to 8-16 ja pe 8-14 puh 014-2660141.**

tai Naistentauti- ja synnytysten päivystykseen **014 269 1204**

Ohjeet potilaille on laadittu päivitetyn Raskaudenkeskeytys Käypä hoito -suosituksen (www.kaypahoito.fi) perusteella.

