

Lääkkeellinen raskaudenkeskeytys (ohje potilaalle, raskauden kesto alle 10+0 viikkoa, kotona)

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

Vastaanotolla

- Saat suun kautta mifepristonitabletin (Mifegyne®). 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 lääkkeen oton jälkeen raskauden keskeytystä ei voida enää peruuttaa.
- Jos oksennat kahden tunnin kuluessa tabletin ottamisesta, osa lääkkeestä voi jäädä imeytymättä. Ota tällöin pikaisesti yhteys keskeytysyksikköösi, puhelinnumero 014 2660141 ma-pe klo 8.00-14.00.
- Mifepristonitabletti (Mifegyne®) otettu _____ / _____ klo _____
- Sairauslomaa kirjoitetaan tavallisesti 2 vuorokautta Misoprostolin (Cytotec®) otosta lähtien.

Lääkkeen ottaminen kotona

- Tukihenkilön tulee olla joko paikan päällä tai nopeasti saavutettavissa.
- Muista juoda keskeytyksen aikana riittävästi nesteitä ja pukeudu puristamattomiin vaatteisiin.
- Keskeytyslääkkeiden haittavaikutuksina voi esiintyä pahoinvointia, ripulia, huimausta ja päänsärkyä. Verinen vuoto voi olla runsasta ja alavatsakipu voimakasta.
- Ota 30 minuuttia ennen keskeytyslääkkeiden annostelua kipulääkkeeksi 800 mg ibuprofeenia ja 1g parasetamolia. Mikäli sinulle on annettu muita kipu- tai pahoinvointilääkkeitä, ota ne ohjeen mukaan.
- Laita 4 tablettia misoprostolia (Cytotec®), syvälle emättimeen aamulla 2 vuorokautta vastaanotolla ottamasi mifepristonitabletin (Mifegyne®)jälkeen. Käy ensin WC:ssä tyhjentämässä rakko ja mene sen jälkeen sängylle, jossa laitat tabletit emättimeen. Lääkkeitten laiton jälkeen, sängyllä kannattaa olla 1 h makuuasennossa, jotta tabletit eivät pääse valumaan pois. Tämän jälkeen voit liikkua vapaasti.
- Jos sinulla on runsasta veristä vuotoa, laita tabletit kielen alle (2 tablettia kerrallaan 20 minuutin välein). Misoprostoli (Cytotec®)aiheuttaa kohdun supistelua ja tyhjentymisen verenvuodon kera.
 1. Misoprostolitabletit (Cytotec®, 4 kpl) otettu _____ / _____ klo _____

- Lisäkipulääkkeenä voit käyttää parasetamolia 1 g 1–3 kertaa vuorokaudessa ja ibuprofeenia 600–800 mg 1–3 kertaa vuorokaudessa. Myös pahoinvointiläkettä voi käyttää huonovointisuuteen kolme kertaa vuorokaudessa. Varaa lääkkeitä kotiin valmiiksi.

Misoprostolin (Cytotec®) ja vahvempien kipulääkkeiden (esim. Panacod, Tramal) ottamisen jälkeen tulee pitää 3–4 tunnin tauko imettämässä.

- **Jos kunnollista vuotoa ei ole alkanut 3 tunnin sisällä ensimmäisistä misoprostolitableteista (Cytotec®), laitetaan 2 lisätablettiä emättimeen tai kielen alle.**
2. Misoprostolitabletit otettu _____ / _____ klo _____
- **Ota yhteyttä keskitettyyn seksuaaliterveysyksikköön** toisen misoprostolitabletti (Cytotec®) annoksen jälkeen jos vuoto ei ala 3 vuorokauden kuluttua, soittamalla neuvolan puhelinpalveluun ma-pe klo 8-14, puh 014 2660141.
- Ota yhteys terveydenhuoltoon, jos keskeytyksen jälkeen:
 - Nousee kuume yli 38 °C
 - Tulee voimakasta tai pahenevaa alavatsakipua
 - Jos jälkivuoto on hyvin runsasta, runsaampaa kuin kuukautisvuoto ja/tai tulee hyytymiä
 - Jos jälkivuoto jatkuu yli 3 viikkoa runsaana
- **Jos sinulla on kysyttävää tai tarvitset keskeytykseen liittyen lisäohjeita**, ota yhteys keskitettyyn seksuaaliterveysyksikköön neuvolan puhelinpalvelun kautta ma-pe klo 8-14, puh 014 2660141.
- **Kiireellisissä asioissa, jotka eivät voi odottaa keskitetyn seksuaaliterveysyksikön aukioloa, voit ottaa yhteyttä** naistentautien ja synnytysten päivystykseen 014 269 1204, tai hyvinvointialueen päivystysapuun, 116117.
- **Hätätilanteessa ota yhteyttä 112.**

Jälkihoito

- 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 terveyssiteitä, vältä ammekylpyä, paljua, 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.

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.

Raskauden keskeytymisen varmistaminen

- Lääkkeellinen keskeytys onnistuu noin 95 %:ssa tapauksista. Noin 5 %:lla raskaus voi jatkua tai keskeytyä epätäydellisesti. Tällöin keskeytys voidaan saattaa loppuun toistamalla lääkitys tai kaavinnalla.
- Raskauden keskeytyminen varmistetaan virtsan raskaustestillä. Tee raskaustesti 4 viikkoa keskeytyksen jälkeen, ennen jälkitarkastusta.
- Jos raskauden keskeytys on tehty raskausviikoilla 4.–5. Raskauden tilanne tarkistetaan jo viikon kuluttua keskeytyksestä. Lähetteen verikokeeseen saat hoitavasta yksiköstä.
- Jälkitarkastus on varattu: _____ / _____ klo _____

Selviytyminen

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

Yhteystietoja paikallisiin tukipisteisiin:

- Terveystieteiden keskuksien ja mielenterveyspalveluiden 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)
- Mielenterveystalo.fi

Ohje potilaalle on laadittu raskauden keskeytyksen Käypä hoito-suosituksen (www.kaypahoito.fi) perusteella.