

Podcast raskausviikon 12 jälkeen tehtyjen raskaudenkeskeytysten hoitoprosessista

Alkuesittely

Essi ja Nea, neljännen vuoden kättilöopiskelijat Turun ammattikorkeakoulusta.

Podcastin aiheena on raskausviikon 12 jälkeen tehtyjen raskaudenkeskeytysten hoitoprosessi. Podcast tulee osaksi opinnäytetyötä, jonka toimeksiantajana toimii Varsinais-Suomen sairaanhoitopiiri.

Podcast käsittelee raskausviikon 12 jälkeen tehtyjen raskaudenkeskeytysten hoitoprosessia, joka on erilainen kuin varhaisemmilla viikoilla tehdyt keskeytykset. Podcast etenee kronologisesti ja on jaettu kolmeen osaan; mitä tapahtuu ennen raskaudenkeskeytystä, miten ja missä raskaus keskeytetään sekä mitä tapahtuu raskaudenkeskeytyksen jälkeen.

Mitä tapahtuu ennen raskaudenkeskeytystä?

Kun olet tehnyt positiivisen raskaustestin ja päädyt keskeyttämään raskauden, sinun tulee varata aika perusterveydenhuoltoon, esimerkiksi omaan terveyskeskukseen, yksityiselle lääkärille, opiskelijaterveydenhuoltoon tai työterveyslääkärille.

Kun menet ensimmäisen kerran lääkärinvastaanotolle, keskustellette lääkärin kanssa elämäntilanteestasi, voinnistasi sekä erilaisista vaihtoehdoista raskauden suhteen. Raskaudenkeskeytys on kuormittava kokemus ja onkin tärkeää, että pystyisit kertomaan asiasta jollekin luottamallesi henkilölle. Terveystenhuollon kautta on tarjolla monenlaisia tukimahdollisuuksia, joiden kautta sinun on mahdollista saada keskusteluapua koko keskeytysprosessin ajan ja vielä sen jälkeenkin. Sinua rohkaistaan ja autetaan hyödyntämään erilaisia tukipalveluita, jos vähänkään tunnet tarvetta niille.

Raskauden kesto määritetään edellisten kuukautisten perusteella. Lisäksi lääkäri tekee mahdollisesti ultraäänitutkimuksen. Ultraääni tehdään emättimen kautta ultraäänianturilla, koska sikiön havaitseminen vatsanpeitteiden päältä ei tässä vaiheessa raskautta ole vielä mahdollista.

Kun olette keskustelleet lääkärin kanssa yhdessä, ja päädyt keskeytykseen, lääkäri kirjoittaa sinulle tarvittavat paperit jatkoa varten. Terveyskeskuksessa sinulle kirjoitetaan lähetteet laboratorioon veri- ja virtsakokeille, muissa tapauksissa laboratoriokokeet otetaan keskeytyssairaalassa. Laboratoriokokeista tutkitaan klamydia, tippuri sekä veriryhmä. Sukupuolitaudit tutkitaan tulehdusriskin minimoimiseksi sekä tartuntojen seulomiseksi. Lisäksi vastaanottokäynnillä keskustelette lääkärin kanssa yhdessä sinulle sopivasta raskaudenehkäisystä jatkoa ajatellen. Vastaanottokäynnin jälkeen voit varata itse jatkohoitoajan soittamalla naistentautien poliklinikalle.

Saapuessasi varaamanasi aikana naistentautien poliklinikalle, ota mukaasi lääkäriltä saamasi paperit. Lääkärinvastaanotolla on mukana myös kätilö tai sairaanhoitaja. Vastaanotolla keskustelette lääkärin kanssa tämänhetkisestä voinnistasi, ajatuksistasi ja tilanteen tuomista tunteista. Tämän jälkeen lääkäri tekee sinulle ultraäänitutkimuksen, josta hän vielä todentaa raskauden ja raskauden keston. Kun raskauden tila on selvitetty, käynte vielä läpi tuntemuksiasi ja ajatuksiasi. Yhteisen keskustelun jälkeen lääkäri varmistaa vielä päätöksesi raskauden keskeyttämisestä.

Kun raskaus on kestänyt yli 12 viikkoa, keskeyttämistä varten tarvitaan sosiaali- ja terveysalan valvontaviranomaisen Valviran lupa. Lupaa varten sinun tarvitsee täyttää lomake, jonka täyttämässä henkilökunta sinua auttaa. Lomakkeessa kysytään tietoja elämäntilanteestasi ja syistä raskaudenkeskeytyksen taustalla. Poliklinikan henkilökunta hoitaa yhteydenpidon Valviraan, eikä sinun siis tarvitse huolehtia siitä. Poliklinikkakäynnin yhteydessä varaatte sinulle valmiiksi ajat raskaudenkeskeytystä varten. Samalla käynnillä keskustelette myös erikseen hoitajan kanssa saatavilla olevista tukipalveluista sekä raskaudenkeskeytyksen hoidon etenemisestä. Saat myös esittää mieleesi nousseita kysymyksiä.

Kun lupa raskaudenkeskeytykseen on saatu Valvirasta, sairaalasta soitetaan sinulle ja varmistetaan, että aikaisemmin sovitut ajat ovat voimassa.

Saapuessasi seuraavalle käynnille tapaat hoitajan. Hänen kanssaan kertaatte hoidon etenemisen ja hän vastaa vielä mieleesi nousseisiin kysymyksiin. Tällä vastaanottokäynnillä saat ensimmäisen raskaudenkeskeytyslääkkeen, joka valmistele kahden päivän päästä tapahtuvaa kohdun tyhjentymistä pehmentämällä ja avaamalla kohdunkaulaa. Ohjauksen antava hoitaja varmistaa sinulta vielä päätöksesi ennen, kun

otat lääkkeen. Ensimmäisen lääkkeen ottamisen jälkeen raskaudenkeskeyttämistä ei voi enää perua, koska lääke saattaa lisätä sikiövaurioiden mahdollisuutta. Voit lähteä heti lääkkeenottamisen jälkeen kotiin. Lääke saattaa aiheuttaa pahoinvointia tai veristä vuotoa, ja mikäli oksennat kahden tunnin kuluttua lääkkeen ottamisesta, osa lääkkeestä saattaa jäädä imeytymättä. Tässä tapauksessa ota yhteyttä hoitavaan sairaalaan uuden lääkkeen saamiseksi.

Raskaudenkeskeytyksen johdosta voit kokea monenlaisia tunteita, kuten surua ja häpeää, mutta toisaalta myös helpotusta. Kaikki nämä tunteet ovat normaaleja ja sallittuja. Joskus tunteiden käsittelyyn tarvitsee tukea ja sinun onkin mahdollista saada keskusteluapua sairaalan kriisityöntekijöiltä raskaudenkeskeytyksen hoitoprosessin kaikissa vaiheissa. Kerrothan rohkeasti, jos sinusta tuntuu siltä, että tarvitset keskusteluapua.

Ennen seuraavaa sairaalaan saapumiskertaa on hyvä varata kotiin kipulääkkeitä sekä isoja siteitä.

Raskaudenkeskeytys naistentautien osastolla

Raskaudenkeskeytyksen toteuttamispäivänä ennen sairaalaan tuloa voit syödä kevyen aamupalan kotona. Sairaalassa sinun hyvinvoinnistasasi ja pärjäämisestäsi huolehditaan. Sinulle laitetaan kanyyli, jonka avulla sinulle voidaan antaa tarvittaessa nesteitä sekä kipulääkitystä. On suositeltavaa, että mukanasasi on tukihenkilö, esimerkiksi puoliso tai ystävä, joka tuo sinulle turvaa ja lohtua. Myös hoitohenkilökunta on sinun tukenasi ja apunasi koko päivän ajan.

Osastolle saapumisen jälkeen saat vielä rauhassa keskustella hoitajan kanssa kaikista mielenpäällä olevista asioista sekä päivän kulusta. Kun sinulle tulee mitä vaan kysyttävää päivän aikana, muista kysyä rohkeasti henkilökunnalta, he ovat siellä sinua varten.

Ensimmäisen keskeytyslääkkeen saamisesta on kulunut nyt kaksi päivää, ja lääke on valmistellut kohtua sen tyhjentymiseen. Kun olet keskustellut hoitajan kanssa ja olet valmis jatkamaan keskeytystä, sinulle annetaan seuraavaa lääkettä. Raskaudenkeskeytyksessä käytettävän toisen lääkkeen vaikutuksesta kohtu alkaa supistella ja kohdunsuu avautuu siten, että raskaus keskeytyy. Aloitusannos on neljä tablettia, jotka laitetaan emättimeen, jolloin se vaikuttaa tehokkaammin ja paikallisemmin. Lääkeannos uusitaan kaksi tablettia kerrallaan, aina kolmen tunnin välein, kunnes raskaus keskeytyy. Aluksi kohdun

supistuskipu tuntuu lievempänä vähitellen voimistuen. Saat kipulääkettä jo ennen aloitusannosta ja sen jälkeen aina tarvittaessa. Pärjäämisestäsi huolehditaan koko päivän ajan. Muista kertoa rohkeasti voinnin muutoksistasi ja mahdollisista kiputuntemuksistasi.

Suurin osa raskauksista keskeytyy jo samana päivänä, mutta joskus tyhjentyminen kestää kauemmin, joten sinun kannattaa varautua etukäteen mahdolliseen sairaalassa yöpymiseen. Mikäli raskaus keskeytyy suunnitellusti ensimmäisenä hoitopäivänä ja koet olevasi kotikuntoinen, voit kotiutua jo samana päivänä. On suositeltavaa oman jaksamisesi kannalta, että kotiutuessasi tukenasi olisi sinulle läheinen tukihenkilö.

Joissain tapauksissa on mahdollista, että kohtu ei tyhjene kunnolla lääkeaineen avulla, jolloin kohtu tyhjennetään nukutuksessa.

Sairaalan toimintatapana on, että raskausmateriaali toimitetaan yhteistuhkaukseen, mutta jos toivot jotain muuta tapaa, kerro avoimesti toiveistasi.

Ennen kotiinlähtöä hoitaja juttelee kanssasi vielä päivän tapahtumista ja antaa kotihoito-ohjeita. Kysy rohkeasti, jos jokin asia on jäänyt päivän aikana mietityttämään sinua.

Mitä tapahtuu raskaudenkeskeytyksen jälkeen?

Toipuminen on hyvin yksilöllistä

Jotta toipumisesi edistyisi mahdollisimman hyvin, on tärkeää levätä ja välttää fyysistä rasitusta muutaman päivän ajan. Keskeytyksen jälkeen saat maidon erittymistä estävää lääkitystä.

Kuukautiskivun kaltaisia kipuja voi jatkua muutamia päiviä. Kipuun voi tarvittaessa ottaa kipulääkettä. Jälkivuotoa jatkuu 3-4 viikkoa ja vuoto on aluksi normaalia kuukautisvuotoa runsaampaa ja vähenee vähitellen. Tulehdusriskin takia on vuodon aikana vältettävä yhdyntöjä, tamponien ja kuukupin käyttöä, uimista, ammekylpyjä, kuten paljua sekä saunomista.

Keskeytyksen jälkeen kuukautisvuodon alkamiseen menee tavallisimmin 4–7 viikkoa, ja on normaalia, että ensimmäiset kuukautiset ovat silloin aiemmasta poikkeavat eli mahdollisesti runsaammat ja kivuliaammat.

Sairasloman pituus on yleensä 2–5 päivää keskeytyksen jälkeen. Jälkitarkastusta ei tavallisesti tarvita, jos mitään poikkeavaa ei esiinny. Tarvittaessa ota yhteys hoitavaan sairaalaan, jos sinulla esiintyy keskeytyksen jälkeen runsasta vuotoa, alavatsakipua, lämmön nousua tai jälkivuoto muuttuu pahanhajuiseksi.

Jos sinulla tulee mitään kysyttävää kotiutumisen jälkeen, olethan yhteydessä hoitavaan sairaalaan, milloin tahansa, he ovat siellä sinua varten! Et ole asiasi kanssa yksin, apua annetaan aina!

Kiitokset!