

Käytännön tietoa raskaudenkeskeytysprosessista

Perustietoa raskaudenkeskeytyksestä (THL.fi, 2021)

- Suomessa tehdään vuosittain noin 8000 aborttia.
- Yli 90% aborteista tehdään ennen raskausviikkoa 12.
- Valtaosa raskaudenkeskeytyksistä tehtiin 20–24-vuotiaille.
- -> erityisesti alle 20-vuotiaiden keskeytysten määrä on vähentynyt viime vuosina.
- -> alle 17-vuotiaille tehdään keskeytyksiä 2,1% keskeytyksistä
- Valtaosa aborteista tehdään lääkkeellisesti, ei kirurgisesti eli nukutuksessa ja ns. kaavintametodilla

Useimmiten raskaus alkaa

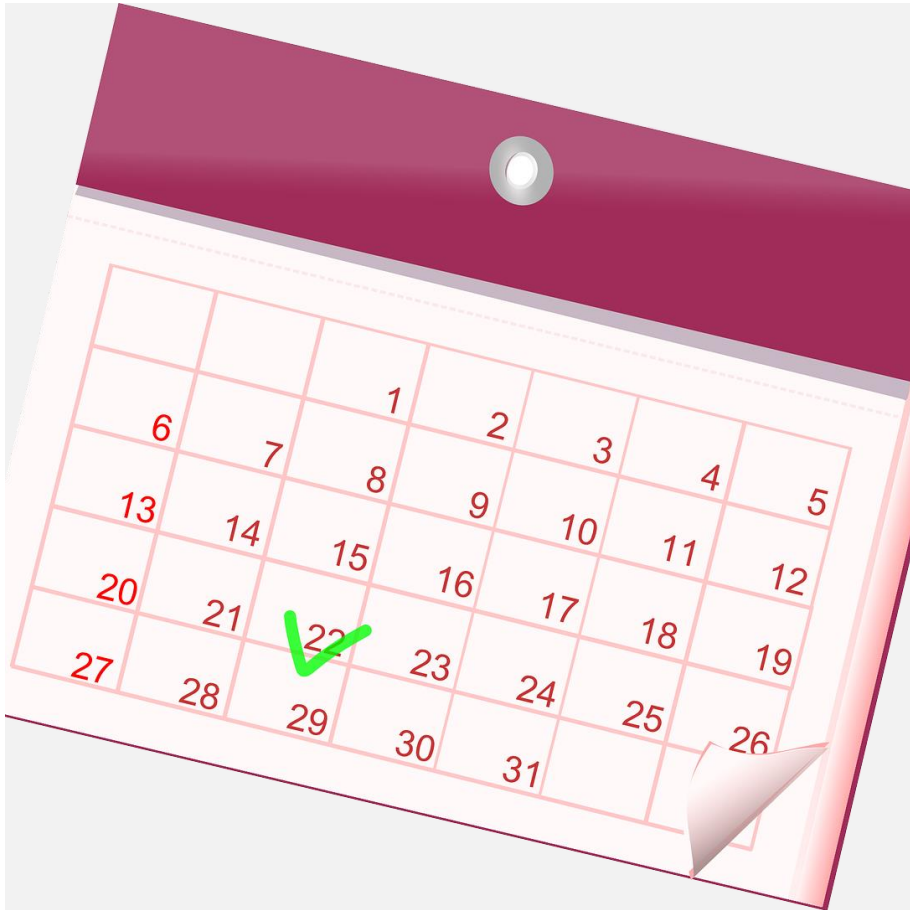
- Kun kondomia ei ole käytetty
- Ehkäisykäyttö on epäonnistunut, esimerkiksi kondomi on mennyt rikki
- Kondomia ei ole käytetty, vaikka niin on sovittu
- On käytetty ehkäisymetodina keskeytettyä yhdyntää tai muuta tapaa, joka ei ole estänyt raskauden alkamista



Miten raskaudenkeskeytys tehdään?

- Positiivisen raskaustestin ja päätöksen jälkeen yhteys terveysasemalle
- Raskaudenkeskeytystä voi joutua odottamaan 1-2 viikkoa, jonka aikana saattaa tulla tyypillisiä raskausoireita kuten väsymystä ja pahoinvointia.
- Sairaalassa keskustellaan hoitajan ja lääkärin kanssa muun muassa siitä, millä tavalla keskeytys tehdään. Raskaudenkeskeytystavan valintaan vaikuttavat perusterveydentila, raskauden kesto sekä asiakkaan mielipide.
- Poliklinikalla tehdään ultraääni ja gynekologinen tutkimus raskauden keston varmistamiseksi. Otetaan seksitautitestausta ja selvitetään veriryhmä.

Raskaudenkeskeytyksen menetelmät ja siihen liittyvät viikkorajat



Valtaosa aborteista tehdään lääkkeellisesti.
Vuonna 2021 jo 98,1% keskeytyksistä toteutettiin lääkkeellisesti.

Lääkkeellinen vaihtoehto tehdään alle 9 viikkoa kestäneen raskauden keskeytyksessä. Lääkkeellinen keskeytys toteutetaan usein osittain kotona. Menetelmää käytettäessä otetaan kahta eri lääkeainetta 1–3 päivän välein.

Kirurginen abortti eli kaavinta tehdään nukutuksessa, sairaalassa.

Viimeinen raskaudenkeskeyttämisen takaraja on 20. raskausviikko (noin 4kk). Sikiöpoikkeavuuden kohdalla 24. raskausviikko (noin 5kk)

Sinulla on oikeus:

- Tehdä aborttipäätös, jossa kukaan ei painosta tai suostuttele sinua tekemään tietynlaista päätöstä.
- Sinua ei saa painostaa tekemään aborttia tai jättää tekemättä sitä.
- Puhua aiheesta, esimerkiksi terveydenhuollossa.
- Saada tietoa mutta myös määritellä itse, millaista tietoa haluat saada. Jos et halua nähdä ultraäänen kuvaa, sykettä tai raskauden kestoon liittyviä viikkoja tms. kerro siitä hoitohenkilökunnalle.
- Saada perusteita kysymyksille, joita sinulle esitetään.
- Saada riittävää kipulääkitystä ja sairauslomaa.
- Tuntea kaikenlaisia tunteita.
- Saada taloudellista tukea aborttimaksuihin. Kerro maksuvaikeuksista sairaalassa.

Raskauden ja abortin vaikutuksia kehoon ja mieleen

- Useimmiten raskaudenoireet saattavat alkaa, ennen kuin pääset keskeytykseen. Tyypilliset oireet ovat pahoinvointi ja väsymys. Alkanut raskaus voi vaikuttaa myös mielialaan.
- Raskaus ja sen keskeyttäminen aiheuttavat suuria hormonaalisia muutoksia elimistölle.
- Tutkimusten mukaan fyysinen toipuminen abortista on kuitenkin varsin nopeaa ja oma hormonitoiminta lähtee palautumaan jo parin päivän sisällä toimenpiteestä.
- Käytetyllä menetelmällä ei ole vaikutuksia fyysiseen toipumiseen.
- Kuukautiskierto pyörähtää yleensä nopeasti käyntiin. Ensimmäiset kuukautiset voivat tulla 4–5 viikon päästä keskeytyksestä.

Aborttiaikaa odotellessa...

- Ei ole tavatonta, että aborttia joutuu odottamaan 2-4 viikkoa.
- Tämä on aikaa, jolloin on tärkeää pitää omasta hyvinvoinnista ja jaksamisesta huolta.
- Vaikkei sinulle liittyisi aborttipäätökseen ja sen tekemiseen vaikeita tai hankalia tunteita tai ajatuksia. Voi olla helpottavaa, että joku tietää tilanteestasi.
- Raskauden alkamiseen tarvitaan aina kahta henkilöä. Jos sinulle on kontakti osapuoleen, jonka seksin harrastamisesta raskaus alkoi - etkä ole puhunut asiasta hänelle, harkitse asiasta kertomista.
 - > Raskauden alkamisen vastuu on molemmilla, ja esimerkiksi mahdolliset taloudelliset kustannukset kuuluvat teille molemmille.
- Saat ottaa sairaalaan mukaan tuekseen ihmisen.

Jos raskaudenkeskeytys tehdään kotona

- On suositeltu että kotona olisi seurana, tukena ja apuna henkilö noin 2–3 tuntia.
- Pidä tallessa puhelinnumero, johon voit soittaa jos olossa tapahtuu muutoksia tai haluat kysyä jotain.
- Nauti riittävästi nesteitä, esimerkiksi lääkkeellinen abortti voi aiheuttaa ripulia tai pahoinvointia.
- Pukeudu vaatteisiin jotka eivät purista.
- Varaa jääkaappiin ruokaa jonka voi valmistaa helposti.
- Varaudu siihen, että tarvitset 1–2 päivää sairauslomaa.
- Saat kipulääkityksen.

Raskaudenkeskeytyksen jälkeen

- Verinen vuoto kestää raskaudenkeskeytyksen jälkeen keskimäärin kaksi viikkoa, mutta yksilöllinen vaihtelu on suurta (6 vrk – 6 viikkoa).
- Ensimmäisinä päivinä vuoto on yleensä runsaampaa.
- Tulehdusriskin vuoksi penetroivaa seksiä, ammekylpyä, saunomista tai uimista ei suositella jälkivuodon aikana.
- Puhtaudesta huolehtiminen ehkäisee tulehduksia. Jälkivuodon aikana suositellaan käyttämään terveysiteitä (ei tamponeja), ja siteenvaihto aina WC-käynnin yhteydessä.
- Mikäli keskeytyksen jälkeen ilmenee kovaa alavatsakipua, kuumetta, pahanhajuista tai runsasta pitkittynyttä vuotoa, on syytä ottaa yhteyttä päivystykseen.
- Raskaudenkeskeytyksen jälkeen, uudelleen raskaaksi tuleminen on mahdollista jo ennen seuraavia kuukautisia. Tämän vuoksi on tärkeää huolehtia luotettavasta ehkäisytavasta, heti abortin jälkeen.

Mitä jos alaikäinen haluaa raskaudenkeskeytyksen

- Alaikäisyys ei ole este raskaudenkeskeytyksen saamiselle.
- Kun raskaudenkeskeytyslupaa hakee alaikäinen (alle 18-vuotias), lääkäri arvioi kokonaistilanteen.
- Jos alaikäisen kohdalla ei täyty lastensuojelullinen huoli tai rikosoikeudellinen velvoite, hänen vanhemmilleen tai muille edunvalvojille ei saa ilmoittaa raskauden keskeyttämistä koskevasta hakemuksesta.
- Raskauden keskeyttämisen hinta vaihtelee sairaalakäyntien määrän ja keskeyttämistavan mukaan. Sairaalan sosiaalityöntekijä voi auttaa aina raha-asoiden järjestämisessä, joten on tärkeää kertoa hoitohenkilökunnalle, mikäli olet huolissasi raskaudenkeskeytyksen maksullisuudesta.

Raskaudenkeskeytyksen vaikutukset

- Raskaus ja sen keskeyttäminen aiheuttavat suuria hormonaalisia muutoksia raskaana olevan elimistölle.
- Hormonitoiminta lähtee kuitenkin palautumaan jo parin päivän sisällä toimenpiteestä.
- Kuukautiskierto pyörähtää yleensä nopeasti käyntiin. Ensimmäiset kuukautiset voivat tulla 4–5 viikon päästä keskeytyksestä.
- Jos kuukautiskiertosi ei ole ollut säännöllinen ennen aborttia, jatkunee se samanlaisena myös jatkossa. Eli kuukautiskierto palautunee samanlaiseksi myös abortin jälkeen
- Raskaudenkeskeytyksen ei ole todettu aiheuttavan pitkäaikaisia fyysisiä muutoksia.
- Abortti jossa ei ole ollut komplikaatiota, ei vaikuta hedelmällisyyteen tai kykyyn tulla raskaaksi tulevaisuudessa.

Jälkitarkastus

- Raskaudenkeskeytyksen jälkeen tehdään vielä jälkitarkastus, johon kuuluu useimmiten verikoe ja lääkärintarkastus.
- Jälkitarkastus on tärkeä raskaudenkeskeytyksen onnistumisen varmistamiseksi.
- Se tehdään 2–4 viikon kuluttua keskeytyksestä ja voit sopia sen paikkaan, josta sait keskeytyslähetteen.
- Jälkitarkastuksen yhteydessä määritetään raskaushormonin pitoisuus verestä.
- Mahdollisuus keskustella kokemuksesta ja saada vastauksia kysymyksiin.
- Jälkitarkastuksen yhteydessä yleensä keskustellaan ehkäisytarpeista.

Millaisia tunteita raskaudenkeskeytys voi herättää

- Saat tuntea kaikenlaisia tunteita, raskaudenkeskeytyksestäsi.
- Joskus abortti voi jättää jälkensä läheissuhteisiin.
 - Jos abortti-asiasta on eri mieltä kaveri, sukulainen tai seksikumppani. Kuitenkin, sinä teet päätöksen joka on sinulle se oikea tässä hetkessä.
 - On myös mahdollista hakea keskustelutukea yhdessä läheisen/kumppanin/seksikumppanin kanssa.
- Se voi vaikuttaa omaan suhtautumiseen liittyen seksuaalisuuteen tai seksiin.
 - Voi olla, ettei luota ehkäisymenetelmään, tai pelkää että tulee uudestaan raskaaksi
 - Nämä ovat tavallisia tunteita, mutta jos ne häiritsevät elämää ja jatkuvat kuukausia, on aika etsiä keskusteluapua jotta saat asiaa käsiteltyä.

Missä voi jutella raskaudenkeskeytykseen liittyvistä ajatuksista tai tunteista

- Väestöliiton seksuaalivaltuutuspalvelut
- Vanhemmat, ystävät, kumppani, seksikumppani
- Luottoaikuinen
- Perhesuunnitteluneuvola
- Ehkäisyneuvola
- Kouluterveydenhoitaja
- Nuorisotyöntekijä
- Ilmaiset chat-palvelut nuorille, mm. netari.fi
- Apua voi hakea omasta terveyskeskuksesta, mielenterveystoimistosta, seurakunnasta tai kriisiavusta. Akuutissa tilanteessa kuntien kriisipäivystykset ovat tavoitettavissa vuorokauden ympäri.

Lähteitä

- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL.fi 2021) <https://thl.fi/fi/tilastot-ja-data/tilastot-aiheittain/seksuaali-ja-lisaantymisterveys/raskaudenkeskeytykset/raskaudenkeskeytykset>
- Käypä hoito, <https://www.kaypahoito.fi/hoi27050>
- Lähteenmäki, P, (1997), Jälkiehkäisyyn vaikutukset, <https://www.duodecimlehti.fi/duo70279>
- Leppälahti, Heikinheimo, Paanen jne. (2016), Determinants of underage induced abortion – the 1987 Finnish Birth Cohort study, <https://obgyn.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/aogs.12879>
- Rocca, Samari, yms. (2020) Emotions and decision rightness over five years following an abortion: An examination of decision difficulty and abortion stigma, <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0277953619306999?via%3Dihub>
- Elimistö toipuu nopeasti raskaudenkeskeytyksestä: <https://www.potilaanlaakarilehti.fi/uutiset/elimisto-toipuu-nopeasti-raskaudenkeskeytyksesta/>