



**Vaikeasta
raskauspahoinvoinnista
(HYPEREMESIS GRAVIDARUM)
kärsivien asialla**

Hyperemeesi eli hyperemesis gravidarum on vaikea, yleensä sairaalahoitoa vaativa raskauspahoinvointi

Hyperemeesipotilas kärsii tavallista raskauspahoinvointia runsaammasta pahoinvoinnista ja oksentelusta, joka estää riittävän ravinnonsaannin ja nesteytyksen.

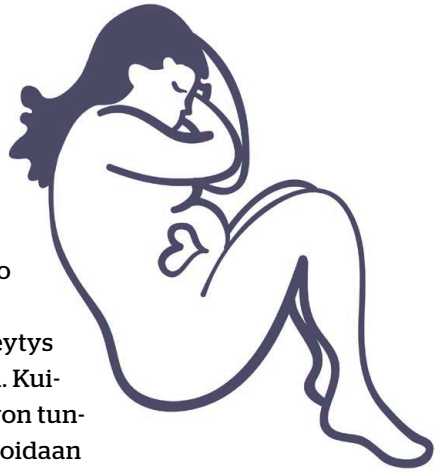
Pahoinvointi ja oksentelu voi jatkua koko raskausajan

Oksentelua voi olla jopa kymmeniä kertoja päivässä, vaikeimmat raskausvii-
kot ovat yleensä 6-16. Toisilla oksentelua esiintyy vähemmän, mutta yhteistä
on pahoinvoinnin lamaannuttava vaikutus. Hyperemeesi vie voimat ja tekee
arjesta selviytymisestä vaikeaa. Suomessa hyperemeesiä esiintyy vuosittain
noin 700 odottajalla.

Hyperemeesiin eivät tehoa normaaliin raskauspahoinvointiin auttavat keinot

Tärkein ja ensisijainen hyperemeesin hoitomuoto on suonensisäinen nesteytys, jota voidaan antaa sairaalassa, terveyskeskuksessa tai kotona. Nesteytys tulee aloittaa ajoissa, jotta elimistö ei kuivu liikaa. Kuivuminen pahentaa pahoinvointia ja lisää epätoivon tunnetta. Pahoinvoinnin ja oksentelun pitkittyessä voidaan antaa suonensisäisen nesteytyksen lisäksi ravinto- ja kivennäisaineita sekä vitamiineja.

Lääkehoitoa raskauden aikana halutaan usein välttää, jos mahdollista. Hyperemeesin lääkehoidon mahdollisesti aiheuttama riski on kuitenkin pienempi kuin ravintoaineiden puutteen ja voimakkaan painon laskun riski. Hyperemeesin hoitoon on olemassa niin pahoinvointia kuin oksentelua vähentäviä lääkkeitä ja ylempää ruoansulatuskanavaa suojaavia lääkkeitä, joilla ei ole todettu merkittäviä haittavaikutuksia vauvaan. Nettisivuiltamme löytyy TYKS:n äitiyspoliklinikan erikoislääkäreiden valmisteleva hoito-ohjeistus, joka sisältää tietoa turvallisista lääkkeistä ja tarvittavista laboratoriotutkimuksista.



Hyperemeesi on raskaudenaikainen sairaus

	Hyperemeesi	Tavallinen raskauspahoinvointi
Ravinnon-saanti ja paino	Hyperemeesi estää riittävän ravinnonsaannin ja aiheuttaa hoitamattomana kuivumista. Paino tippuu useimmilla hoitamattomana paljon, yli 5 %.	Pahoinvoinnista huolimatta on mahdollista syödä ja juoda jotakin riittävästi. Ei juuri painonlaskua.
Oksentelu ja pahoinvointi	Oksentamista jopa kymmeniä kertoja päivässä. Suurin osa oksentaa sappinestettä, eikä veri oksennuksessa ole epätavallista. Pahoinvointi on useimmilla jatkuvaa ja kaikkea elämää rajoittavaa.	Oksentelu ja pahoinvointi on ikävää, mutta ajoittaista. Pahoinvoinnista huolimatta on mahdollista toimia suurin osa päivästä.
Hoito	Hoidoksi voidaan tarvita nesteytystä, lääkkeitä, ravintoliuosta ja psyykkistä tukea tai näiden yhdistelmiä.	Perinteiset pahoinvointiniksit ja elintapojen muutokset riittävät pitämään pahoinvoinnin aisoissa useimpina hetkinä.
Kesto	Olo saattaa alkaa helpottaa puolivälin tienoilla, mutta osalla hyperemeesi jatkuu koko raskauden ajan.	Pahoinvointi helpottaa usein ensimmäisen kolmanneksen jälkeen.
Työkyky	Työnteko ja arjen askareet eivät onnistu viikkojen tai kuukausien ajan. Osalla koko raskaus voi kulua sairauslomalla. Itsestä huolehtimiseenkin voi tarvita muiden apua.	Kyky työskennellä useimpina päivinä ja hoitaa arkielämää raskauden ohella.
Psyyke	Pahoinvoinnin kokonaisvaltaisuus ja jatkuva vuodelepo aiheuttavat useille masennusoireita ja ahdistusta. Pitkään kestänyt hyperemeesi saattaa myös aiheuttaa vuosia kestäviä traumoja ja moni hautaa vauvahaaveet.	Odottaja saattaa tuntea olonsa välillä vähän alakuloiseksi pahoinvoinnin takia, mutta kokemus useimmiten unohtuu synnytyksen jälkeen.

Hypermeesi ry on vuonna 2017 perustettu potilasjärjestö, jonka tavoitteena on tukea vaikeasta, sairaalahoitoa vaativasta raskauspahoinvoinnista (hyperemesis gravidarum) kärsiviä perheitä odotusaikana, synnytyksen jälkeen ja uutta raskautta suunniteltaessa.

Tarjoamme tutkimustietoa hyperemeesistä.

Edistämme hypermeesin hoitokäytäntöjen kehitystä.

Tuemme vaikeasta raskauspahoinvoinnista kärsiviä perheitä.

Paljon lisää tietoa hyperemeesistä ja vertaistukiryhmä löytyy:

[hypermeesi.fi](https://www.hypermeesi.fi)

facebook.com/groups/hyperemesistukiryhma/

