

# MATKALLA UUTEEN ELÄMÄÄN

OPAS OULUNKAAREN KUNTAYHTYMÄN ÄITIYSNEUVOLAN ASIAKKAILLE



Opas on tarkoitettu äitiysneuvolan asiakkaille, raskaana oleville naisille sekä heidän puolisoilleen. Oppaassa kerrotaan äitiysneuvolan toiminnasta raskausaikana ja määräaikaisten terveystarkastusten sisällöstä. Oppaassa kerrotaan lyhyesti myös vapaaehtoisista sikiötutkimuksista ja niiden tarkoituksista. Opas on tehty opinnäytetyönä Oulun ammattikorkeakoulussa yhteistyössä Oulunkaaren neuvolapalveluiden kanssa.

## **Äitiysneuvolan toiminta raskauden aikana**

Äitiysneuvolan tavoitteena on turvata sinun ja kehittyvän sikiösi hyvinvointi sekä terveys ja edistää perheenne terveyttä ja hyvinvointia. Lisäksi äitiysneuvolan tavoitteena on neuvoa ja tukea teitä vanhemmuuteen kasvussa. Äitiysneuvolan tehtävänä on järjestää suositusten mukaiset määräaikaisten terveystarkastukset kaikille raskaana oleville. Ensisynnyttäjille järjestetään vähintään yhdeksän ja uudelleensynnyttäjille vähintään kahdeksan määräaikaista terveystarkastusta raskauden aikana.

## **Määräaikaisten terveystarkastusten sisältö**

Seurantatutkimuksiin tarkastuskäynneilläsi kuuluvat veri- ja virtsanäytteiden, verenpaineen, painon ja sikiön kasvun seuranta. Tarkastuksissa kiinnitetään huomiota myös sinun yleisvointiin, psyykkiseen ja fyysiseen jaksamiseen sekä perheenne tukiverkoston. Raskauden ensimmäisen kolmanneksen aikana teille järjestetään laaja terveystarkastus, jossa perheenne terveyttä ja hyvinvointia kartoitetaan, tuetaan ja pyritään edistämään tarpeiden mukaan. Terveytänne ja hyvinvointinne tukeminen sekä edistäminen jatkuvat läpi raskauden.

*Verenpaine:* Verenpainettasi seurataan jokaisella neuvolakäynnillä. Kohonnut verenpaine lisää raskauskomplikaatioiden riskiä, sillä se voi heikentää istukkasi toimintaa ja näin ollen sikiösi hapen- ja ravinnonsaanti voivat heikentyä.

*Paino:* Painosi maltillinen nousu raskauden edetessä on suotavaa. Paino nousee sikiön, istukan, lapsiveden, rasvakudoksen, solun ulkoisen nesteen, verivolyymin, kohdun ja rintojen painosta. Painoa seurataan, jotta huomataan ajoissa, jos painonnousu on poikkeuksellista.

*Ulkoitus ja sf-mitta:* Ulkoitus suoritetaan sinulle jokaisella käynnillä sen jälkeen, kun kohdunpohja on ylittänyt navan korkeuden. Sen avulla selvitetään kohtusi koko, muoto, supistusherkkyys ja lapsiveden määrä. Tunnusteltaessa arvioidaan sikiösi asentoa, painoa ja sikiösi alimman osan laskeutumista. Symfyysi-fundusmitta eli mitta häpyliitoksen yläreunasta sikiön korkeimpaan

kohtaan kohdunpohjassa mitataan ensimmäisen kerran, kun kohtusi on kasvanut tarpeeksi. Mittaustulosta verrataan sf-mitan kasvukäyrään sekä aiempiin mittaustuloksiin. Lopuksi kuunnellaan vielä sikiösi sykkeit, jotka kuuluvat Doppler-laitteella noin raskausviikolta 10 lähtien.

*Verinäytteet:* Alkuraskauden terveystarkastuksen yhteydessä sinulta tutkitaan kuppa-, hepatiitti B- ja HIV-tutkimukset. Nämä infektiot voivat tarttua äidistä lapseen ja aiheuttaa vastasyntyneelle oireita heti syntymän jälkeen tai vasta myöhemmin. Hemoglobiinisi tarkistetaan raskauden aikana vähintään kolmesti, koska on tyypillistä, että se laskee keskiraskaudessa verimäärän kasvun vuoksi.

Alkuraskaudessa sinulta määritetään myös ABO- ja RhD-veriryhmät sekä samalla tutkitaan mahdolliset veriryhmävasta-aineet. Jos veriryhmäsi on RhD-negatiivinen, sinulla on tavallista suurempi riski muodostaa veriryhmävasta-aineita sikiösi punasoluja vastaan, jos sikiösi veriryhmä on puolestaan RhD-positiivinen.



*Virtsanäytteet:* Virtsanäytteen bakteeriviljely tutkitaan ensimmäisen neuvolakäyntisi yhteydessä sekä myöhemmin, jos on epäilystä virtsatieinfektiosta. Jokaisen käyntisi yhteydessä virtsasta tutkitaan liuskakokeella sokerin ja proteiinin määrä. Sokerin esiintyminen virtsassa voi viitata raskauseli gestaatiidiabetekseen. Proteiinin kohoaminen puolestaan saattaa johtua pre-eklampsiasta (aiemmin "raskausmyrkytys"), etenkin jos verenpaineesi ovat koholla.

*Infektiot:* Kupan, HIV:n ja hepatiitti B:n ohella raskautesi aikana huomioidaan myös muut infektiosairaudet, sillä raskaus lisää riskiä komplisoituneimpiin infektioihin. Tyypillisimpiä ovat virtsatietulehdus, bakteerivaginoosi, listeria, vesirokko, parvorokko, sytomegalovirusinfektio, genitaalierpes sekä influenssa. Nämä eivät kuulu raskaana olevan rutiinitutkimuksiin, vaan ne tutkitaan vain tarvittaessa, jos on epäilystä infektiosta.

Raskauden loppuvaiheessa sinulta tutkitaan GBS eli beetahemolyyttinen streptokokki. Se on varsin tavallinen infektio eikä se ole sinulle vaaraksi, mutta syntyvän lapsesi voinnin turvaamiseksi saat synnytyksen yhteydessä suonensisäisen antibioottihoidon.

*Sokerirasituskoe:* Sokerirasituskokeella pyritään löytämään ne äidit, joilla ilmenee raskausdiabetes eli gestaatiidiabetes. Raskausdiabeteksella tarkoitetaan raskauden aikana ensimmäisen kerran todettua sokeriaineenvaihdunnan häiriötä. Käypä hoito-ohjeistuksen mukaisesti valtaosalle odottajista suositellaan sokerirasitusta, sillä yli puolella raskausdiabeteksen diagnoosin saaneilla ei ole sen riskitekijöitä. Samassa ohjeistuksessa on määritelty tilanteet, joissa sokerirasituskokeelle ei ole tarvetta. On sinun ja syntyvän lapsesi etu, jos sokeriaineenvaihdintahäiriö löydetään ajoissa, sillä korkeat verensokeriarvot ovat haitallisia sekä sinulle että lapsellesi. Raskausdiabetes todetaan verensokeriarvojen perusteella, jos arvot ovat viitearvoista poikkeavat. Yksikin poikkeava arvo riittää diagnosoimaan raskausdiabeteksen.

*Isyyden tunnustaminen ja yhteishuoltosopimus:* Isyyden tunnustaminen on mahdollista neuvolassa raskausaikana, jos on selvää, että isyyden tunnustaja on lapsesi isä. Lisäksi isyyslaissa säädettyjen perusteiden tulee olla kunnossa, jotta isyyden tunnustaminen neuvolassa onnistuu. Isyyden tunnustamisen yhteydessä voidaan tehdä sopimus myös yhteishuoltajuudesta. Sinun ja isyyden tunnustajan tulee olla molempien paikalla sillä käynnillä, jolla tunnustaminen otetaan vastaan. Isyydentunnustaminen tehdään neuvolassa yleensä raskausviikon 25. jälkeen. Jos olette puolisisi kanssa naimisissa, teidän ei tarvitse tehdä isyyden tunnustamista.



## **Sikiötutkimukset**

Kuntien on järjestettävä seulonnat kaikille alueensa raskaana oleville osana kansanterveystyötä. Teidän on mahdollista halutessanne osallistua kahteen ultraäänitutkimukseen; varhaisraskauden yleiseen ultraäänitutkimukseen ja rakenneultraääneen. Ensimmäinen ultraäänitutkimus tehdään raskausviikkojen 10.-13. aikana ja rakenneultraääni raskausviikkojen 18.-22. aikana. Vaihtoehtoisesti voitte toivoa rakenneultraäänen tekemistä vasta raskausviikon 24. jälkeen. Mikäli haluatte

osallistua kromosomipoikkeavuuksien tutkimiseen, tehdään varhaisraskauden yhdistelmäseulonta eli seerumiseulonta (verikoe) tavallisesti raskausviikoilla 9-11 sekä niskaturvotuksen mittaaminen ultraäänitutkimuksen yhteydessä raskausviikoilla 11-13. Jos tämä ei onnistu, voidaan tehdä raskauden toisen kolmanneksen seerumiseulonta raskausviikoilla 15-16.

Sikiöseulontojen tarkoituksena on löytää vaikeat kromosomi- ja rakennepoikkeavuudet jo raskausaikana. Varhaisraskauden ultraäänen ensisijainen tarkoitus on varmistaa, että sikiö on elossa ja tarkentaa raskauden kesto. Lisäksi tarkistetaan sikiöiden lukumäärä. Rakenneultraäänen tarkoituksena on nimensä mukaisesti käydä läpi sikiön elimet ja rakenteet mahdollisten poikkeavuuksien löytämiseksi. Sikiötutkimuksiin osallistuminen on täysin vapaaehtoista ja teillä on oikeus tehdä oma päätöksenne osallistumisenne suhteen saatuanne seulonnoista, niiden tarkoituksesta, vaikutuksesta ja toteutuksesta riittävästi asianmukaista tietoa. Jos seulonnoissa ilmenee jotain poikkeavaa, teidät ohjataan halutessanne tarkempiin jatkotutkimuksiin, jotka suunnitellaan aina yksilöllisesti.

Lisää tietoa ja vastauksia kysymyksiinne saatte neuvolanne terveydenhoitajalta.



Mukavaa odotusta!

Lisätietoa äitiyshuollosta ja sikiöseulonnoista löydät Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen sekä Sosiaali- ja terveysministeriön Internet-sivuilta sekä Äitiysneuvolaoppaasta osoitteista:

[https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/lait\\_ ja\\_ oppaat/neuvola/neurolatyon\\_ lainsaadanto](https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/lait_ ja_ oppaat/neuvola/neurolatyon_ lainsaadanto).

<http://stm.fi/seulonnat/sikiöseulonnat>.

[https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110521/THL\\_OPA2013\\_029\\_verkko.pdf?sequence=3](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110521/THL_OPA2013_029_verkko.pdf?sequence=3).