

Raskaus ja päihteet

Päivitetty 5.12.2017

Sukukypsistä naisista vain noin joka kymmenes ilmoittaa olevansa täysin raittiita. Raskauksista vähintään puolet on suunnittelemattomia. Onkin todennäköisempää, että raskaana oleva nainen, joka ei vielä tiedä raskaudestaan, on käyttänyt alkoholia. Mitä tämä tarkoittaa syntyvän lapsen kannalta?

Alkoholi on sikiövaurioita aiheuttava aine kaikissa raskauden eri vaiheissa. Elimet kehittyvät alkuraskauden aikana eli ajankohtana, jolloin nainen ei vielä tiedä olevansa raskaana. Alkuraskauden humalahakuinen alkoholinkäyttö voi aiheuttaa merkittäviä ja jopa elämää uhkaavia eri elinten epämuodostumia (esim. sydänvika). Alkoholinkäyttö voi myös johtaa pieniin eli kosmeettisiin epämuodostumiin kuten poikkeavat kasvonpiirteet, korvalehdet, sormien muoto jne.

Keskushermosto kehittyy koko raskauden ajan. Alkoholialtistus missä raskauden vaiheessa tahansa voi aiheuttaa eriasteisia keskushermoston toimintahäiriöitä, jotka vaihtelevat lievästä kehitysvammasta oppimisen erityisvaikeuteen. Keskushermoston kehittymisen kannalta ei ole pystytty esittämään turvallisen alkoholikäytön rajaa raskauden aikana. Keskushermostovaurion ilmiäsuun vaikuttaa kerralla käytettyjen alkoholiannosten määrä, alkoholialtistuksen ajankohta sekä alkoholin käytön toistuvuus suhteessa raskauden keston.

Pitkäkestoinen alkoholialtistus raskauden aikana johtaa pysyvään kasvuhäiriöön eli lapsi ei tule koskaan saavuttamaan vanhempien perimän määräämää pituutta. Sikiön kasvuhäiriö on usein todettavissa jo raskauden keskivaiheen jälkeen. Lapset ovat usein hoikkia ja vasta murrosiässä tyttöjen painonkehitys normalisoituu, vaikeimmin kasvuhäiriöiset pojat jäävät hoikiksi myös aikuisiässä. Päänympäryksen kasvu voi hidastua vielä syntymän jälkeen merkinä pysyvästä aivokudoksen kehittymisen häiriöstä.

Alkoholin sikiövaurioiden mekanisme ja syntyneiden vaurioiden aiheuttamaa pitkäaikaisennustetta syntyneen lapsen tulevaisuuden kannalta on tutkittu runsaasti. Päihteiden käytölle ei voida asettaa turvarajaa, mutta seuraavat ohjeet voidaan näiden tutkimusten perusteella antaa:

1. Kun suunnittelet raskautta tai kun raskaaksi tuleminen on mahdollista, vältä juomista.
 - Sikiön elimet kehittyvät raskauden ensimmäisten noin 10 viikon aikana – aikana, jolloin et tiedä olevasi raskaana. Sikiön elinepämuodostuman riski kasvaa huomattavasti, mikäli äiti on ollut humalassa raskauden alkuvaiheissa.
 - Keskushermoston kehittymisen kannalta ei ole todettu turvallisen käytön rajaa.
2. Kun toteat olevasi raskaana, älä ota alkoholia.
 - Sikiön vaurioitumisen riskiin vaikuttaa myös mm. äidin ravitsemustila, muiden päihteiden käyttö, geneettiset tekijät.
 - Ei voida osoittaa, että yksi satunnainen alkoholiannos raskauden aikana vaikuttaisi syntyneen lapsen kehitykseen.
 - Sikiölle turvallista alkoholinkäyttöä ei ole pystytty osoittamaan.
 - Humalahakuinen alkoholinkäyttö on erityisen vaarallista sikiön kehittymisen kannalta.
 - Jokainen päivä ilman alkoholia parantaa syntymättömän lapsesi ennustetta. Jos tunnet, että et pysty vähentämään/lopettamaan alkoholikäyttöäsi, hakeudu hoitoon.
 - Useat synnytyssairaalat hoitavat raskaana olevien päihdeongelmia, usein yhteistyössä päihdeasiantuntijoiden kanssa.

Raskaus ja rauhoittavat lääkkeet

Rauhoittavien lääkkeiden (esim bentsodiatsepiinit) ja alkoholin yhteiskäyttö saattaa lisätä sikiön vaurioitumisriskiä. Jos pyrit vähentämään alkoholinkäyttöäsi suunnitellessasi raskautta tai todetessasi olevasi raskaana, älä siirrä riippuvuuttasi rauhoittaviin lääkkeisiin, vaan tunnista ja tunnusta avoimesti päihderiippuvaisuutesi ja hae neuvolasta apua.

Raskaus ja huumeet

Huumeiden aiheuttamat sikiövaurion riskit liittyvät pääosin epämuodostumiin (erityisesti amfetamiini), sikiön äkillisiin kuolemiin (erityisesti heroiini) sekä ennenaikaisen synnytyksen aiheuttamiin ongelmiin. Pitkäkestoinen, jatkuva huumealtistus raskauden aikana johtaa vakaviin sikiön vieroitusoireisiin, jotka voivat hoitamattomina jopa johtaa vastasyntyneen kuolemaan. Sikiö voi tarvita usean päivän, jopa viikkojen, vieroitushoitoa. Suonensisäisten huumeiden käyttöön liittyy myös äidin infektioriski. Erityisesti maksatulehdus mutta myös HIV voivat siirtyä myös sikiöön ja syntyvään

lapsen.

Vastasyntynyt ja raskauden aikainen päihdealtistus

Vastasyntynyt vauva, joka on syntynyt pitkään jatkuneen päihdealtistuksen jälkeen, on aina vaativa hoidettava. Näillä lapsilla voi esiintyä vieroitusoireita päiviä tai viikkoja. Lisäksi lasten on vaikea sopeutua rytmiin – he heräilevät herkästi ja usein, syövät huonosti ja tiuhaan sekä ovat usein vaikeasti rauhoitettavissa. On tärkeää, että tällainen lapsi ei kotiudu liian aikaisin, sillä hän uuvuttaa äitinsä nopeasti. On ymmärrettävä, että mikäli äiti ei ole saanut hoitoa päihderiippuvuutensa, ei hän tule selviytymään yksin vaativan vauvan hoidosta kotona – riski lapsen hoidon laiminlyöntiin on suuri. Jotta näin ei tapahtuisi, onkin hyvin tärkeää, että synnyttävä äiti uskaltaa myöntää tilanteensa. Näin hänelle voidaan luoda yksilöllisesti suunniteltu tukiverkosto ennen vauvan ja äidin kotiuttamista synnytysairaalaan.

Pelko ja syyllisyys

Monet äidit huolestuvat päihteidenkäytöstään ajalla, jolloin eivät vielä tietäneet olevansa raskaana. Myös raskaudenaikainen vähäinenkin alkoholinkäyttö saattaa herättää pelkoa ja syyllisyydentunteita. Niitä ei kannata jäädä miettimään yksin. Pohdi tilannettasi tämän artikkelin ja Päihdelinkin [Alkoholi ja raskaus-artikkelin](#) valossa.

Jaa huolesi jonkun kanssa. Voit puhua siitä myös neuvolassasi. Pelko sikiövauriosta voi vähentää kykyäsi iloita raskaudestasi ja voi vaikuttaa myös haitallisesti positiivisten mielikuvien syntyyn kehittyvästä lapsestasi. Jokaisen sikiön vaurioitumisen riski on yksilöllinen ja ammatillainen voi arvioida juuri sinun tilannettasi sekä ohjata sinut tarvittaessa hoitoon.

On tärkeää, että jokainen vanhemmuutta toivova arvioi jo ennen raskautta miten voi itse omilla toimillaan varmistaa sikiön normaalin kehityksen. Näin tulevaisuudessa on helpompi elää myös menneisyytensä kanssa.

Ilona Autti-Rämö

Lasten neurologian dosentti

Alkuperäinen julkaisu 7.4.2010

link

> Lähteet

Lähde verkko-osoite: <https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/paihteiden-kayton-erityisryhmia/raskaus-ja-paihteet>