

Missir á meðgöngu

Starfsfólk deildarinnar vottar þér/ykkur samúð.

Mikilvægt er að fá stuðningsaðila til þess að vera með í því sem framundan er. Mælt er með að fara heim eftir greiningu til þess að átta sig aðeins á því sem gerst hefur.

Reynt er að finna ástæður og orsök fósturmissis, en í sumum tilvikum finnst ekki skýring á því hvað gerðist og af hverju. Mikilvægast er að gera sér grein fyrir að ólíklegt er að missir hafi orðið vegna einhvers sem þú gerðir eða gerðir ekki.

Framköllun fæðingar við fósturlát eða þungunarrof vegna fósturgalla fer oftast fram á Kristínarstofu, sem staðsett er á deild 21A. Ljósmeður frá meðgöngu- og sængurlegudeild sinna þér/ykkur meðan á meðferð stendur.

Undirbúningur

Þegar ákvörðun um tímasetningu meðferðar liggur fyrir, gefur ljósmóðir þér lyfið Mifegyn® í töfluformi. Lyfið er tekið inn á deildinni en það undirbýr leghálsinn og eykur næmi fyrir misoprostol (Cytotec®) sem gefið er á innlagnardegi.

Miðað er við að Mifegyn sé tekið 1-2 sólarhringum fyrir áframhaldandi meðferð og innlögn. Daginn eftir töku lyfsins getur borið á ógleði, verkjum og í einstaka tilviki blæðir.

Ef verkir eru miklir og/eða blæðir ríkulega, þarf að hafa samband við deild 22A í síma 543 3222.

Innlagnardagur

Ráðlagt er að setja upp fyrsta skammt af misoprostol töflum heima, klukkan 07:00 að morgni innlagnardags til þess að flýta ferlinu. Á sama tíma er gott að taka verkjalyf, paracetamol og ibuprofen ef ofnæmi eða aðrar frábendingar eru ekki til staðar.

Mæting er á kvennadeild á 1. hæð, klukkan 08:30 þar sem þú lætur vita af þér í afgreiðslu. Ráðlagt er að hafa stuðningsaðila með sér meðan á innlögn stendur. Ljósmóðir frá meðgöngu- og sængurlegudeild tekur á móti þér/ykkur við komu.

Eftir komu verða mæld lífsmörk, settur æðaleggur og tekin blóðsýni.

Meðferð

Eftir komu á deild er Misoprostol gefið að jafnaði á þriggja tíma fresti. Töflurnar eru settar í leggöng. Halda þarf kyrru fyrir í rúminu í 30 mínútur eftir að töflur hafa verið settar í leggöng. Þess á milli má hreyfa sig að vild. Misoprostol veldur samdráttum í legi og mýkir leghálsinn. Aukaverkanir þess geta verið ógleði, niðurgangur og hiti, allt að 38,0°C.

Misjafnt er hversu langan tíma ferlið tekur en oftast er fæðing afstaðin á fyrsta degi innlagnar. Í stöku tilvikum dregst ferlið á langinn og þá er veitt hvíld yfir nótt og meðferð haldið áfram næsta dag.

Nauðsynlegt er að nota bindi og við salernisferðir er höfð mælingaskál í salerni til þess að fylgjast með magni blæðingar.

Verkir

Búast má við að fá smátt og smátt verki sem líkjast tíðaverkjum til að byrja með. Þegar frá líður verða samdráttarverkir reglulegir og koma með 2-5 mínútna millibili. Verkir eru aðallega um neðanverðan kvið en geta leitt aftur í mjóbak. Verkjalyf eru gefin eftir þörfum og þau geta hjálpað til við slökun sem getur flýtt framgangi fæðingar. Oftast er byrjað með lyfjum eins og paracetamol og ibuprofen ef ekki er frábending fyrir notkun. Einnig getur reynst gott að nota heita eða kalda bakstra. Ef á þarf að halda eru gefin sterkari verkjalyf. Einnig er hægt að gefa lyf við ógleði eftir þörfum.

Næring og fasta

Æskilegt er að borða vel að morgni innlagnardags, vegna þess að matarlyst minnkar eftir því sem lengra er komið inn í meðferðina. Þú/þið fáið allar máltíðir meðan á innlögn stendur en gott getur verið að hafa með sér eitthvað matarkyns og drykki að eigin vali. Þú þarft að fasta á mat og drykk eftir að samdrættir/verkir versna og ljósmóðirin metur hvort þörf er á vökva í æð.

Fæðingin

Fæðingin getur verið mjög misjöfn. Oft fer legvatnið fyrst og þá detta verkir stundum niður. Í kjölfarið er oft nóg að rembast aðeins og barnið fæðist oftast án mikilla átaka. Ljósmóðir býður þér/ykkur að sjá barnið, annað hvort strax eftir fæðingu eða eftir að búið hefur verið um það í lítilli vögg, allt eftir óskum. Hægt er að hafa barnið hjá sér að vild og fá nánustu aðstandendur í heimsókn. Mörgum hefur reynst dýrmætt að búa til minningar eins og til dæmis með því að taka ljósmyndir og ljósmóðir getur útbúið kort með fótaföllum barnsins.

Fylgjast þarf vel með blæðingu og lífsmörkum eftir fæðingu og stundum fæðist fylgjan ekki strax. Í einstaka tilvikum losnar fylgjan ekki sjálfkrafa og þá þarf að sækja hana. Það er öllu jöfnu gert í stuttri svæfingu á skurðstofu.

Stuðningur og sálgæsla

Prestur, djákni eða annar sálgæsluaðili getur vitjað ykkar og veitt stuðning, allt eftir þörfum og óskum. Þau geta haft kveðjustund með ykkur og nánustu aðstandendum ef þess er óskað og eru mikilvægir tengiliðir við meinafræðideild og útfarastofu vegna jarðsetningar barnsins eftir að rannsóknunum er lokið. Hægt er að kalla til sálgæslu frá öðrum trúfélögum.

Jarðsetning

Þrjár leiðir eru mögulegar:

- Brennsla og aska er sett í sameiginlegan duftreit fyrir fóstur í Fossvogskirkjugarði. Jarðsetning í duftreitinn er í mars, júní, september og desember. Um miðjan mánuðinn má ganga að því vísu að búið sé að setja niður í reitinn. Skilaboð verða send í Heilsuveru móður að því loknu.
- Brennsla sér, eigin grafreitir eða í leiði með öðrum.
- Ekki brennsla, eigin grafreitir eða í leiði með öðrum.

Útskrift

Útskrift og heimferð er oftast samdægurs, þó fer það eftir aðstæðum hverju sinni. Ef fæðingin er að kvöldi má gera ráð fyrir dvöl yfir nótt. Stuðningsaðili má gista.

Sorgarorlof

Foreldrar geta átt tveggja mánaða sjálfstæðan rétt til sorgarleyfis við fósturmissi eftir 18 vikna meðgöngu. Lágmarkstími sorgarleyfis er tvær vikur í senn og rétturinn fellur niður 24 mánuðum eftir fósturlát. Sótt er um sorgarleyfi hjá Vinnumálastofnun í gegnum heimasíðu Fæðingarorlofssjóðs: www.faedingarorlof.is

Eftirfylgni

Yfirleitt er ekki er gefinn endurkomutími við heimferð en ýmis þjónusta er í boði eftir útskrift.

- Læknir veitir viðtal á göngudeild þegar niðurstöður rannsókna liggja fyrir. Gera má ráð fyrir að sá tími verði eftir 3-6 mánuði.
- Ljós móðir sem sinnir heimaþjónustu býður upp á tvær vitjanir eftir fósturmissi. Miðað er við að vitjanirnar séu innan þriggja vikna frá missi.
- Ljós móðir á heilsugæslu hefur samband eftir heimkomu til að athuga með líðan og bjóða frekari stuðning ef þarf.
- Félagsráðgjafi hringir að nokkrum dögum liðnum ef hann hefur haft aðkomu að ferlinu.
- Stuðningsfélög:
 - » Gleym mér ei styrktarfélag, er til staðar fyrir þá sem missa á meðgöngu. Þar má sækja upplýsingar um fræðslu og stuðning (www.gme.is).
 - » Sorgarmiðstöðin býður upp á stuðningshópastarf fyrir foreldra og einstaklinga sem hafa misst á meðgöngu (www.sorgarmidstod.is).

Hafa þarf samband við bráðapjónustu kvennadeilda ef eftirfarandi hættumerki koma fram fyrstu tvær vikurnar eftir fæðingu:

- Mikil blæðing, það er stórt bindi fyllist á innan við 30 mínútum
- Slæmir kviðverkir
- Hiti er yfir 38,0°C
- Illa lyktandi útferð
- Verkir eða vandamál frá brjóstum sem minnka ekki við töku verkjalyfja

Símanúmer

Hafa má samband við símavakt bráðapjónustu kvennadeilda fyrstu tvær vikurnar eftir fæðingu með því að hringja í skiptiborð Landspítala í síma 543 1000.

Eftir þann tíma er ráðlagt að hafa samband við heilsugæslu eða Læknavaktina á Háaleitisbraut (Austurveri) í síma 544 4113 ef upp koma vandamál.