

# Fósturlát

## Upplýsingarit fyrir sjúklinga og aðstandendur þeirra

Þetta fræðsluefni fjallar um fósturlát á fyrsta þriðjungi meðgöngu, einkenni, greiningu og meðferð.

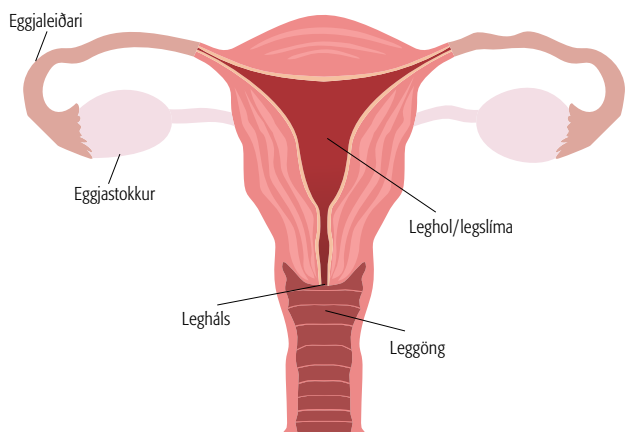
### Almennt um fósturlát

Fósturlát á fyrsta þriðjungi meðgöngu eru algeng. Talið er að fimmta hver þungun endi með fósturláti. Ekki er með fullu vitað hvað veldur fósturlátum og vegna algengis fósturláta er orsök in í flestum tilvikum ekki rannsökuð sérstaklega. Því gæti verið að þú fái aldrei skýringu á hvað gerðist og af hverju. Vitað er að sjaldnast er hægt að kenna einhverju einu um fósturlát og ekkert sem þú gerðir eða gerðir ekki orsakaði fósturlátið. Það eru afar góðar líkur á að næsta þungun gangi vel.

Ef þrjú fósturlát koma í röð, án þess að barn fæðist á milli, er mælt með frekari rannsóknum hjá kvensjúkdómalækni. Þrátt fyrir rannsóknirnar eru svör ekki vís og finnst eitthvað er ekki alltaf hægt að meðhöndla það. Þrátt fyrir það eru áfram góðar líkur á að næsta þungun gangi vel. Horfurnar eru góðar, en ferillinn erfiður.

### Einkenni fósturláts

Oft eru einkenni fósturláts augljós, svo sem blæðing um leggöng og verkir. Stundum eru engin eða lítil einkenni og fósturlátið er greint við sónarskoðun. Þungunareinkenni (ógleði, þreyta, eymslí í brjóstum) geta áfram verið til staðar þátt fyrir að fósturi sé látið en oftast minnka þau. Stundum sést ekkert fóstur en eingöngu tómur sekkur.



## Greining

Til að vera með örugga greiningu á fósturláti er skoðað tvisvar sinnum með sónar með 10-14 daga millibili. Best er ef sú skoðun fer fram hjá sama lækni/á sömu stofnun. Þannig er hægt vita hvort um sé að ræða fósturlát eða þungun sem er stutt á veg komin. Fjórdá hver kona fær blæðingu í eðlilegri snemmpungun. Því er minnst hættu á mistökum í greiningu ef beðið er nægilega lengi milli tveggja sónarskoðana. Með því að bíða í tvær vikur þá fær líkaminn einnig tækifæri til að klára fósturlát á náttúrulegan hátt, þ.e. byrja að blæða sjálfkrafa. Það hefur sýnt sig í rannsóknnum að flestum konum byrjar að blæða innan tveggja vikna frá fósturláti en stundum getur það tekið lengri tíma. Eftir 10-14 daga er skoðun á kvennadeild endurtekin. Ef hægt er að staðfesta greiningu fósturláts þá og legið hefur ekki tæmt sig er þér boðin lyfjameðferð.

## Náttúrulegur ferill fósturláts – við hverju má búast?

Búast má við blæðingum og verkjum. Blæðing byrjar oftast létt (minni en tíðablæðing) en eykst og er meiri en tíðablæðing í 2-4 klst. á meðan fósturvefurinn hreinsast út. Með blæðingunni geta komið blóðkekkir og klumpar. Þú gætir séð fóstursekkinn sjálfan og jafnvel lítið fóstur. Gott er að vera á hreyfingu og fara reglulega á salerni, það kemur í veg fyrir að blóð safnist fyrir í leggöngum.

Með blæðingunni fylgja verkir. Verkurinn er vegna þess að legið er að draga sig saman til að ýta út innihaldinu. Verknum er oftast lýst sem krampakenndum þyngslum yfir neðsta hluta kviðar sem aukast í hviðum. Verkurinn minnkar þegar dregur úr blæðingu en það geta verið væg óþægindi til staðar af og til í allt að tvær vikur. Best er að nota bólgueyðandi lyf (til dæmis íbúfen) við verkjum ef engar frábendingar eru fyrir notkun þess. Ógleði og/eða uppköst geta fylgt.

## Almennar ráðleggingar

Ráðlagt er að vera undirbúin, kaupa verkjalyf og stór bindi til að eiga þegar þörf er á.

Meðan beðið er eftir að blæðing hefst við fósturlát er ráðlagt að sinna sínu daglega lífi eins og áður. Ekki er þörf á að vera frá vinnu eða hreyfingu ef líðan er góð. Daginn/dagana sem mesta blæðingin er mælum við með að sleppa vinnu.

- Forðast samfarir meðan blæðir.
- Mælt er með sturtu en ekki baði/sundi meðan blæðir.
- Það er eðlilegt að það blæði í allt að 2-3 vikur.
- Notað eingöngu bindi en ekki túrtappa/álfabikar meðan blæðing varir.
- Næstu eðlilegu tíðablæðingar ættu að hefjast eftir 4-6 vikur og geta þær orðið ríkulegri en vanalega.

## Lyfjameðferð

Ef ekki byrjar að blæða sjálfkrafa eða ef legið nær ekki að tæma sig fullkomlega eftir tvær vikur er boðið upp á lyfjameðferð. Notað er lyf sem heitir Cytotec og er prostaglandin í töfluformi sem kemur af stað samdráttum í leginu. Skammturinn er fjórar töflur sem konan fær með sér heim. Töflurnar eru settar hátt upp í leggöng. Yfirleitt byrjar að blæða nokkrum klst. síðar. Einkenni eru þau sömu og við náttúrulegan feril fósturláts, sjá hér að ofan.

Helstu aukaverkanir lyfjameðferðarinnar eru veikindatilfinning, vægur hiti (<38,0), ógleði og niðurgangur. Aukaverkanir ganga oftast yfir á 12 tímum. Í einstaka tilfellum getur blæðing verið mjög ríkuleg og þarfnast tafarlausrar meðferðar á sjúkrahúsi.

Endurkomutími er boðinn 10-14 dögum eftir lyfjameðferðina þar sem innihald í legi er mælt með sónarskoðun. Ef eitthvað er enn eftir í leginu er boðin aðgerð til að tæma legið. Ef þess er óskað og engir áhættuþættir mæla gegn því er velkomið að prófa lyfjameðferðina aftur.

## Aðgerð

Aðgerð er gerð þegar lyfjameðferð á ekki við eða hefur ekki skilað árangri. Aðgerðin fer fram í stuttri svæfingu og er innihald tæmt úr legi með sögi. Ef til þess kemur að aðgerðar sé þörf eru veittar nánari upplýsingar um aðgerðina og undirbúning þegar þar að kemur.

### Ástæða er til að hringja á deild ef:

- Það blæðir svo að stórt bindi fyllist (næturbindi eða sambærileg) á innan við 30 mínútum í meira en tvær klukkustundir.
- Nýrra verkja í kvið verður vart.
- Verkir svara ekki verkjalyfjum eða minnka ekki þrátt fyrir að blæðing sé hætt.
- Hiti er yfir (38°C)

## Að lokum

Að greinast með fósturlát getur verið erfitt líkamlega og andlega. Kvinnadeildin bíður upp á viðtal við félagsráðgjafa fyrir konur og maka þeirra ef þess er óskað. Auk þess er hægt að fá viðtal við prest eða djákna. Ef þörf er á slíkri aðstoð er best að ræða það við lækni og/eða hjúkrunarfræðing.

## Hafa samband:

Móttökudeild kvenlækninga sími: 543-3224 virka daga milli kl. 08-16.

Utan þess tíma má hafa samband við kvenlækningadeild 21A í gegnum skiptiborð Landspítala í síma 543-1000. Ef um brátt ástand er að ræða skaltu hringja í 112.

Starfsfólk kvenlækningadeildar

---

Vinsamlegast athugið að sjúkrahúsið getur ekki borið ábyrgð á peningum eða öðrum verðmætum svo sem sínum, tölvum o.fl. sem sjúklingar eða aðstandendur hafa meðferðis.

Athygli er vakin á því að starfsfólk og nemendur sjúkrahússins eru bundin þagnarskyldu og mega því ekki ræða um málefni sjúklinga á deildinni. Við viljum vinsamlegast biðja þig og aðstandendur þína að ræða ekki það sem þið kunið að verða vitni að eða heyrið um aðra sjúklinga.

Landspítali er kennsluspítali og nemendur í heilbrigðisfræðum og tengdum greinum stunda hluta af námi sínu á spítalanum. Nemendur fylgjast með og taka þátt í daglegri meðferð sjúklinga og eru alltaf á ábyrgð og undir handleiðslu leiðbeinenda sinna.

---

ÚTGEFANDI:

LANDSPÍTALI  
KVENLÆKNINGAÐEILD 21A  
MARS 2018  
LSH- 1555

ÁBYRGÐARMENN:

YFIRLÆKNIR KVENLÆKNINGA,  
DEILDARSTJÓRI 21A

HÖNNUN:

SAMSKIPTAÐEILD