

Raskauden ehkäisy parantaa elämänlaatua iästä riippumatta

Raskauden ehkäisyä käyttää lähes miljardi hedelmällisessä iässä olevaa naista maailmalla. Ehkäisy on vähentänyt huomattavasti suunnittelemattomia raskauksia ja raskaudenkeskeytyksiä. Samalla se on merkittävästi vähentänyt äitikuolleisuutta.

Ehkäisyn toteutuksessa on paljon maakoh-
taisia eroja, joihin vaikuttavat käytettävissä oleva tieto ja uskomukset. Myös yhteiskunnallisilla palvelujärjestelmillä on valtava vaikutus siihen, mihin ehkäisymenetelmään päädytään tai onko ehkäisyä edes saatavilla (1). Tämän teemanumeron ensimmäisessä artikkelissa Heikinheimo pureutuu näihin eroihin ja niiden merkityksiin (2).

Raskauden ehkäisyn vallankumous koettiin, kun ensimmäiset ehkäisytabletit 1960-luvulla tavoittivat myös suomalaisnaiset. Luotettava ehkäisy toi tasa-arvoa ja naisten seksuaalisuus vapautui, mutta yhdistelmäpillereihin liittyi alkuun paljon haittavaikutuksia ja riskejä suurien hormonipitoisuuksien vuoksi.

Viime vuosikymmeninä ehkäisystä on tullut turvallisempaa. Uusimmat valmisteet sisältävät naisen omaa hormonitoimintaa muistuttavia hormoneja, ja sen ansiosta ehkäisyä voi käyttää entistä useampi. Haverisen ja Kaislasuon katsaus (3) tarjoaa tuoreimmat tiedot raskauden ehkäisyssä käytettävistä hormoneista ja niiden moninaisista vaikutuksista.

Luotettavuuden ja haittavaikutusten vähäisyyden lisäksi käyttäjät nimeävät tärkeiksi ehkäisyyn liittyviksi ominaisuuksiksi turvallisuuden ja helppokäyttöisyyden. Myös tuotteen hinnalla on vaikutusta valintaan.

Vaikka raskauden ehkäisy tuo monia terveyshyötyjä, kuten erinomaisen avun run-

sasiin kuukautisvuotoihin ja kipuihin, siihen liittyy edelleen myös haittoja. Vuorinen ym. (4) käsittelevät niitä tässä teemanumerossa.

Ikä ei ole este raskauden ehkäisylle, ja ehkäisyä voi käyttää aina teini-ikästä vaihdevuosiin asti. Hedelmällisen iän ääripäissä olevien ehkäisyn toteuttaminen usein pohdituttaa ammattilaisia, ja tässä numerossa on katsaukset näiden ryhmien erityispiirteistä (Leppälahti ja Holopainen, Kero ym.) (5,6).

Terveystuottohenkilöstö valitsee ehkäisymenetelmän ensisijaisesti turvallisuusnäkökulmasta, ja riskiprofiili onkin aina arvioitava yksilöllisesti. Suomessa on ainutlaatuinen neuvolajärjestelmä ja osaa-
vat ammattilaiset huolehtimassa ehkäisystä. Avuksi saatiin vajaat kymmenen vuotta sitten ensimmäinen raskauden ehkäisyn Käypä hoito -suositus, ja se on juuri viime vuonna päivitetty (7).

Raskauden ehkäisy ja sen kustannukset ovat edelleen pääosin naisen vastuulla. Nuorten maksuton ehkäisy on vähitellen otettu käyttöön maassamme, mutta yhtenäiset käytännöt puuttuvat vielä. Ikäraajat ja maksuttomat ehkäisymenetelmät vaihtelevat kunnittain, ja valitettavasti muutamissa kunnissa maksutonta ehkäisyä ei tarjota. Maksuttomuuden vuoksi pitkäaikaisten ehkäisymenetelmien (kierukat ja kapselit) suosio on kasvanut nuorten keskuudessa. Niiden käytön toivotaan kääntävän raskaudenkeskeytysten määrän laskuun.

Ehkäisy keskeytetään edelleen valitettavan usein haittavaikutusten vuoksi. Sen vuoksi ehkäisy-
palvelujen tarjoaminen on ensiarvoisen tärkeää. Oikein valittu ehkäisy parantaa käyttäjän elämänlaatua ikään katsomatta. •



KATJA AHINKO

LT, vt. osastonylilääkäri
Tays Naistentaudit ja
synnytykset



KAROLINA LOUVANTO

LT, dosentti, professori
(tenure track),
apulaisyylilääkäri
Tays Naistentaudit ja
synnytykset ja Tampereen
yliopisto
Lääkärilehden
lääkäritoimituksen jäsen

KIRJALLISUUTTA

- 1 United Nations. World Family Planning 2022. (viitattu 15.05.2023) https://www.un.org/development/desa/pd/sites/www.un.org/development/desa/pd/files/undes_pd_2022_wfp.pdf.
- 2 Heikinheimo O. Perhesuunnittelu kuuluu kestävään kehitykseen. Suom Lääkäril 2023;78:e36614.
- 3 Haverinen A, Kaislasuo J. Ehkäisyhormonien turvallisuus on parantunut. Suom Lääkäril 2023;78:e36275.
- 4 Vuorinen R-L, Haverinen A, Kaislasuo J, Pilttonen T. Ehkäisyn yksilöllinen valinta pienentää riskejä. Suom Lääkäril 2023;78:e36613.
- 5 Leppälahti S, Holopainen E. Nuori ikä ei rajoita ehkäisyn käyttöä. Suom Lääkäril 2023;78:e36627.
- 6 Kero K, Niinimäki M, Katainen R. Raskauden ehkäisy on tarpeen vielä vaihdevuosien läheisyydessä. Suom Lääkäril 2023;78:e36601.
- 7 Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecim, Suomen Gynekologiyhdistyksen ja Suomen Yleislääketieteen Yhdistyksen asettama työryhmä. Raskauden ehkäisy. Käypä hoito -suositus 5.12.2022. www.kaypahoito.fi

SIDONNAISUODET

Katja Ahinko: Luentopalkkiot (Ferring, GSK, Merck, Novartis).

Karolina Louvanto: Apurahat laitokselle (Suomen Akatemia, Sigrid Juseliuksen Säätiö, Syöpäsäätiö).