

## Kehitysvammaisen tytön kuukautishäiriöiden hoito

Satu Suhonen

Ylilääkäri

Neuvolatyön ja terveyden edistämisen yksikkö

Helsingin terveystieteiden keskus

Kuukautisten alkaminen hämmentää niin kehitysvammaista nuorta kuin hänen omaisiaan. Kuukautiset voivat hankaloittaa niin nuoren kuin hänen hoitoonsa osallistuvien arkea. Miten kivut välittyvät, miten ne tehokkaasti ja oikea-aikaisesti lievitetään, miten hygieniä hoituu ovat erityisen tärkeitä ja haastavia kysymyksiä kehitysvammaisen nuoren kohdalla. Mielialavaihtelut ja neurologiset oireet voivat korostua kuukautiskierron eri vaiheissa voimakkaastikin. Myös raskaudenehkäisyn tarve täytyy muistaa. Seksuaalisuus ja sen ilmentäminen on ihmisoikeus. Kehitysvammaisen nuoren raskaudenehkäisy hoitaminen on otettava puheeksi niin laitoksissa kuin yhä yleistyvässä tuetussa asumisessa, ja ehkäisyn tarve on kerrottava, joskus avattava, myös vanhemmille.

Raskaudenehkäisyn ohjeistuksen mukainen hoitaminen menetelmillä, jotka edellyttävät säännöllistä muistamista (tabletti, laastari, rengas), on usein haasteellista terveellekin nuorelle. Valvotussa hoidossa voivat toimia kehitysvammaisellakin. Mikäli esteitä yhdistelmähormonienkäisylle ei ole, tämä vaihtoehto etenkin pitkällä syklillä tuo helpotusta niin syklisiin oireisiin ovulaation estyessä kuin kuukautisvuodon ongelmiin ehkäisyn hoitumisen lisäksi. Progestiini- ja progesteronienkäisy niin tableteilla kuin implantaateilla edellyttää huolellista käyttäjän, omaisten ja hoitohenkilökunnan neuvontaa varsinkin vuotojen ennakoimattomuudesta käytön alkuvaiheessa. Kohdunsisäinen ehkäisy tarjoaa pitkäaikaisen luotettavan, vaivattoman ehkäisyn, ja kohdunsisäinen keltarauhashormonia vapauttava hormonienkäisy myös helpotusta vuotoihin.

Terapeuttinen amenorrea hoidollisuuden helpottamiseksi on ollut käytössä vuosikymmeniä ja 1960-luvulla jatkuva keltarauhashormonihoidon käyttö yleistyi. Suomessa on yleisimmin käytetty suun kautta otettavaa lääkitystä, jonka annos määräytyy vuotovasteen perusteella. Pistoslääkitys on meillä ollut vähemmän käytössä. Progestiinihoitoon voi liittyä mielialamuutoksia, turvotusta, päänsärkyä. Metaboolisia muutoksia rasva-aineenvaihdunnassa kuin luustossa on kuvattu. Progestiini- ja progesteronienkäisy luuston haurastumisen riskin vuoksi ei Suomessa suositella käytettävän 2 vuotta pidempään. Kehitysvammaisella luuston haurastumisen riski on lähtökohtaisesti usein suurempi, koska perussairaus, vähäisempi liikunta, ravitsemus ja lääkitykset vaikuttavat niin että jo luuston perusvahvuus on pienempi kuin terveellä. Myös perinteiseen, tabletein toteutettavaan progestiinihoitoon liittyy hypogonadismia, sekä lisääntynyt osteoporoosin ja luunmurtumien riskiä. Kalkki- ja D-vitamiinilisän käyttö on toki tullut paremmin käyttöön kehitysvammaisten hoitopaikoissa. Joissain maissa kohdun limakalvon lämpöhoito on yleinen hoito vuotojen helpottamiseksi kehitysvammaisilla. Kohdun sisäinen progestiinihoito hormonikierukalla on vaihtoehto, jolla systeemisten haittavaikutusten riski on pieni. Laitto, varsinkin kehitysvammaiselle, jolla on ollut yhdyntöjä tai penetraatio, voi onnistua polikliinisestikin. Tehokas kivunlievitys ennalta, tarvittaessa rauhoittava esilääkitys ja kohdunsuun hormonaalinen pehmenys sekä rauhallinen ilmapiiri ja henkilöstö, joka on tottunut kehitysvammaisten kanssa työskentelemään ovat tärkeitä tekijöitä hoidon onnistumisessa. Nuoren, hänen läheistensä ja hoitoon osallistuvien informointi asetuksen jälkeisen kivun hoidosta ja vuotomuutoksista on tärkeää, samoin matala yhteydenottokynnys. Jos polikliininen laitto ei onnistu, vaihtoehto on

asetus anestesiassa. Kun kohdunsisäisen hormoniehkäisimen käyttöaika vuotojen hoitoon määräytyy pitkälti amenorrean säilymisen perustella, ei anestesiatoimenpidettäköön kovin monta kertaa tarvitse tehdä.

Kehitysvammainen nuori voi tarvita apua niin kuukautisongelmiinsa kuin raskaudenehkäisyyn. Yleistila, perussairaudet ja niiden lääkitykset saattavat rajata käytössä olevia vaihtoehtoja. Gynekologiset konsultaatiot on hyvä keskittää paikkaan, jossa on tietämystä ja kokemusta kehitysvammaisten nuorten kohtaamisesta ja hoidosta.