



2022

# Raskaudenehkäisyn aloittaminen Etelä-Pohjanmaalla -tilaisuus



Loukasmäki Jaana

Tulevaisuuden Sote-keskushanke/ME

7.9.2022

## RASKAUDEN EHKÄISYN ALOITTAMINEN ETELÄ-POHJANMAALLA

Koulutus ja suunnittelutilaisuus sekä työpajat 7.9.2022 klo 10.00-16.00

Y-talon Tupa-kokoushuone

Läsnäolijat: liitteessä.

### Palvelun yhteiset peruseriaatteet

Terveydenhoitaja voi aloittaa pillerit/yhdistelmäehkäisyn terveille ja taustatiedoiltaan riskittömille nuorille. Terveydenhoitajan aloittaessa ehkäisyn, hän antaa pillerit mukaan, kirjaa PSUUN-lehden ja pyytää lääkäriltä vahvistuksen hoitosuunnitelmaan kirjallisesti ja samalla e-reseptin. Resepti kirjoitetaan myös maksuttomassa ehkäisyssä lääketurvallisuuden takia, vaikka asiakas ei sitä joutuisi käyttämäänkaan. Terveydenhoitajalla täytyy olla mahdollisuus konsultoida lääkäriä tarvittaessa. Resepti kirjoitetaan kahdeksi vuodeksi perusterveille ehkäisyasiakkaille. Muille reseptin pituus lääkärin harkinnan mukaisesti.

Asiakas tapaa lääkärin ehkäisyn aloituksen yhteydessä, mikäli sairaustaustaa tai gynekologisia vaivoja tai muusta syystä harkinnan mukaan. Mikäli yhdynnät eivät ole vielä alkaneet, pääsääntöisesti ei tarvita lääkärikäyntiä ehkäisyn aloittamiseen.

Synnytyksen jälkeisessä ajassa on kohonnut riski ei-toivotulle raskaudelle (kts. käypähoitos.) Siksi riittävästä raskaudenehkäisystä synnytyksen jälkeen on huolehdittava. Synnytyksen jälkeinen maksuton ehkäisy iästä riippumatta: kuparikierukka, minipillerit 3kk sekä kondomit.

Maksuttomalla ehkäisyllä alle 25-vuotiaille ensisijaisena tavoitteena on ei-toivottujen raskauksien sekä sukupuolitautien ennalta ehkäiseminen. Aknen ja kuukautisten hoitoon voidaan saada apua maksuttomasta raskaudenehkäisystä (jatkossa tarkennusta vaativa kohta). Asiakkaiden tasavertaisuus on otettava huomioon palveluita järjestettäessä. Yhdenmukainen valmistevalikoima hyvinvointialueella parantaisi tilannetta. Hyvinvointialueen yhteiset periaatteet oikeudesta maksuttomaan ehkäisyyn varmistaa tasavertaisuutta.



## Raskaudenehkäisyn saavutettavuus Etelä-Pohjanmaalla

### Saavutettavuuden haasteita:

- Puhelinruuhka, olisi hyvä tarjota erilaisia yhteydenottotapoja.
- Työntekijäpula
- Terveysasema puuttuu paikkakunnalta, fyysinen sijainti. Keinona työntekijän jalkautuminen esim. koululle.
- Palvelulupaus 7 vrk:n pääsystä ei toteudu aina, koska äitiysneuvola menee edelle.
- Erytisnuoret. Kouluterveydenhuollon rooli ennaltaehkäisevässä seksuaaliterveydenhuollossa koostuu: tuttu ja läheinen, tuntee asiakkaan, se tärkeää.
- Hyvinvointialueella tavoitteena kiireettömään hoitoon viikossa, minkä saavuttamisessa kohtalaisia haasteita erityisesti lääkäriresurssin osalta.

### Saavutettavuuden parantamiseksi mietittiin eri keinoja.

- Lääkäriresurssin vapauttaminen tehtävänsiirroilla. Halukkaille hoitajille kierukoiden ja kapseleiden asennuksia. Tässä tulee ottaa huomioon vastuullisuus, puutteet sopivista tiloissa ja palkkaus (tehtävän siirto).
- Yhteistyö kouluterveydenhuollon kanssa.
- Halukkaille koulu- ja opiskelijaterveydenhoitajille pillereiden aloituksia. Vähentää edelleen lähettämistä perhesuunnitteluun. Tässä useita haasteita: lääkärin konsultointimahdollisuus haastavaa, tiukat resurssit joillakin paikkakunnilla. Toisaalta osassa alueemme paikkakuntia palvelu toimii jo koulu- ja opiskelijaterveydenhuollon kautta.
- Poikien kohtaaminen ja palvelun saavutettavuus haasteena koko alueella. Mikä on koulu- ja opiskelijaterveydenhuollon osuus?
- Yhteinen liikkuva bussi kouluterveydenhoitajille ja ehkäisyneuvolalle!
- Some: hyödyllinen mutta työllistävä ja vaatii luovuutta. Chat. Tik tok. Linkitys.
- Mietittäväksi jatkossa: Onko jälkiehkäisy riittävän saavutettavaa?

Ulkopaikkakuntalaisten opiskelijoiden (alle 25 vuotiaat) sekä alueelle sijoitettujen nuorten (alle 18 v.) maksuttoman ehkäisyn aloitus ei tällä hetkellä toteudu minkään kunnan alueella E-P:n hyvinvointialueella. STM:n Piia Suvivuo on aiemmin linjannut, että kunnat eivät voi rajata ulkopaikkakuntalaisia opiskelijoita maksuttoman ehkäisyn ulkopuolelle. Tämä silloinkin, jos kotipaikkakunnalla maksuton ehkäisy olisi saatavilla. Maksuttoman ehkäisyn rahoitus siirtyy kunnilta valtiolle vuoden 2023 alusta. Tällä varmasti vaikutusta asiaan. Maksuttoman ehkäisyn tarjoaminen mahdollista E-P:llä edellä mainituille asiakasryhmille aikaisintaan vuonna 2023.

**Mietittäväksi jatkossa:** millä keinoilla em. asiakasryhmien maksuton ehkäisy voisi toteutua?

## Ehkäisyn aloituksen kirjaamisen yhtenäisyys

Esitietohaastattelu tärkeää riskien kartoittamiseksi ja oikean ehkäisymenetelmän löytämiseksi.

Esitietojen kerääminen sähköisesti säästäisi aikaa vastaanotolta.

Pojille oma seksuaaliterveyden esitietofraasi

Esitiedoissa ja haastattelussa huomioitava mahdollinen väkivalta ja hyväksikäyttö.

Esimerkiksi JIK:n fraasipohja oli kattava. Fimealla myös hyvä malli. Seinäjoella käytetään Mekv-pisteystystä riskien kartoittamiseen.

Mietittäväksi jatkossa: yhtenäinen haastattelu/fraasipohja.

Lääkehoidon huolellinen kirjaaminen tärkeää!

Heti aloituskäynnin jälkeen kirjoitetaan resepti. Mikäli kyseessä vaihto, edellisen reseptin päättäminen.

## Yhtenäinen maksuton ehkäisyvalmistevalikoima hyvinvointialueella.

Priorisoidaan niitä valmisteita, joista löytyy hyvät potilasohjeet. Ensimmäinen ehkäisy voi olla myös pitkäaikainen.

Ehkäisymenetelmän valintaan toivotaan yhtenäistä perehdytyskansiota sekä lääkäreiden että hoitajien tarpeisiin.

Mietittiin yhteistä valmistevalikoimaa. Tavoitteena on asiakkaita palveleva valikoima, josta löytyy kaikille vaihtoehto aloitukseen ja tarvittaessa vaihtovara.



Seuraavassa kokouksen laatima yhteinen valmistevalikoima sinisellä pohjalla. Vihreällä pohjalla käytössä olevat valikoimat kunnittain ennen hyvinvointialuetta.

Taulukko 1. Maksuttoman ehkäisyn valmisteet Etelä-Pohjanmaalla /26.8.2022

Valmisteet	VALITUT - KOKO ALUE	SEINÄ- JOKI	LAPUA	JIK	KAKS- NEU- VO- NEN	Kuus SoTE	LLK Y	Järvi- pohj a
Desirett-progestiinipilleri	x	x	x	x	x	x	x	x
Slinda-progestiinipilleri (EI ENSISIJAI- SESTI)	x	x	x	x	x	x	x	x
Gestinyl 20/75 -yhdistelmävalmiste	x	x	x	x	x	x		x
Gestinyl 30/75 -yhdistelmävalmiste	x	x	x	x		x	x	x
Dienorette 2/0,03-yhdistelmävalmiste	x	x	x	x		x	x	x
Daisynelle 20 ( Lumivela 150/20)	x	x			x		x	x
Daisynelle 30		x						
Dizminelle 0,02/3 (Daylette, Diza, Yas- minelle)	x	x	x	x	x	x	x	x
Midiana 0,03/3mg	x	x	x		x			x
Levesia		x						
Qlaira		x					x	
Zoely	x	x				x	x	
Vreya		x			x			x
Rigevidoncont 500/30 µg	x	x						
Ehkäisyrenkas (Vagiprev tai Ornib.)	x	x	x	x	x	x	x	x
Evra-ehkäisyalaastari	x	x		x			x	
Neo-Safe T380 mini		x						
Neo-Safe T380 normal	x	x		x				
Nova-T 380			x		x	x		x
Flexi-T 380			x				x	
Flexi-T 300			x				x	
Mirena-hormonikierukka	x	x			x	x	x	x
Kyleena-hormonikierukka	x	x	x	x	x	x	x	x
Jaydes-hormonikierukka	?	x						x
Nexplanon 68 mg implantti	x	x	x	x	x	x	x	x
Jadelle 2x75 mg implantti		x						

(?) Jaydes-kierukkaa pohdittiin, jos pakko luopua niin voi luopua.

## Naistenpoliklinikan asiakkaat, raskaudenehkäisyn aloittaminen ja hoidon jatkuvuus

### Raskaudenkeskeytys - AAP

Perusterveydenhuollon jälkitarkastus tärkeää ehkäisyn toimivan ehkäisyn varmistamiseksi ja henkisen tuen kannalta. (vrt. raskaudenkeskeytyksen käypähoitosuositus)

Jälkitarkastukset toteutuneet alueella vaihtelevin käytännöin. Terveystoimijat perusterveydenhuollossa ovat kokeneet tiedonkulussa puutteita, jonka korjautuessa jälkitarkastukset toteutuisivat paremmin.

”Elei ehkäisyn ongelmia korjata, uuden keskeytyksen riski on suurentunut” (Korjamo 2019)

Hoitopolku yhteydenotosta jälkitarkastukseen.

#### -AAP

1. asiakkaan yhteydenotto perusterveydenhuoltoon

2. lääkäriltä AB 1 tai 2

SEKÄ TIETO LÄHETTEESTÄ PSUUN-neuvolaan!

3. GYN.POLI

-pillerit poliilta, onko oikea valmiste? 3 kk:n kontrolli perhesuunnitteluneuvolassa.

-kapseli/kierukka mahdollisesti jo poliilla

-ohjaus PSUUN-neuvolaan

#### -KIPU/ENDOMETRIOOSI/RUNSAAT KK

-aloituspaketti poliilta →kontrolli perhesuunnitteluneuvolaan.

## Muut naistenpolin asiakasryhmät, joille aloitetaan ehkäisy

Esimerkiksi kipupotilaat, endometrioosi, runsaat kuukautiset, keskenmeno.

**Maksuton ehkäisy:** Poliilta pillereiden aloituspakkaus 3 kk/e-rengas/laastari/kondomit/kierukka/kapseli ja ohjaus seurantaan perhesuunnitteluneuvolaan.

**Ei-maksuton ehkäisy:** resepti.

Mietittäväksi: Mikäli hoidollinen vaiva alle 25-vuotiaalla esim. endometrioosi. Maksetaanko maksuttomasta ehkäisystä pillerit+kapseli/kierukka eli molemmat valmisteet.

Toivotaan perhesuunnittelu -koulutusta erikois-sairaanhoidon lääkäreiltä.

## **Sukupuolitauteihin liittyvä ennaltaehkäisevä terveysneuvonta hyvinvointialueella. Kondomiehkäisyn aloittaminen/käyttäminen alueellamme**

On tutkimusnäyttöä seksitautien lisääntymisestä ja samanaikaisesti kondomin käytön vähentymisestä. Kesän 2022 uutisointi: klamydian lisäksi harvinaisemmat seksitaudit ovat lisääntymässä Suomessa. Mitä olisi tehtävissä hyvinvointialueellamme?

### **Perhesuunnitteluneuvola:**

Työille ehkäisyn aloittamisessa myös kondomeja aina mukaan edes muutama. Nuorille suositellaan tuplaehkäisyä, ainakin suhteen alussa tai kumppanin vaihtuessa. (tarkista!/yhtenäistä käypähoito, kumppanin vaihtuessa sp-tauditestisi suositus)

Joukkopapa-kaiken kattava terveysneuvonta, rokotukset, seksuaaliterveys, ehkäisy. Asiakaskunta nuorista vaihdevuosiin. Joukko-papa:t pidetään tärkeänä pysyä neuvolassa.

Resurssit – tavoitteena 7 vrk:n hoitopääsy!

Sosiaalinen media, kansalaisen sähköiset palvelut esim. chatista tietoutta matalalla kynnyksellä.

Kondomien jakamisessa kirjaamista puoltavat seksuaalineuvonnan tarpeet, sukupuolitauditestauksen mahdollisuus ja käynnin tilastointi (tiedolla johtaminen).

Toisaalta kondomien jakaminen matalalla kynnyksellä ilman kirjaamista helpottaa palveluun haakeutumista ja osoittaa vastuullisuutta. Kirjaamisesta luopuminen mahdollistaa paremman saataavuuden. Kondominkäytön ohjeistus mietittävä ja sen huolehtiminen mietittävä. Sähköinen haastattelu voisi toimia pojille. Kondomien helppo saavutettavuus pojille ilman vastaanottoa on tasa-vertaista esim. tyttöjen 5 vuoden kierukkaan, jolloin kontrolleja tarvitsee vain harvoin.

### **Poikien/miesten huomiointi palveluissa**

-Miehille vain kondomi menetelmänä.

-Koulu- ja opiskelijaterveydenhoitajilla merkittävä rooli erityisesti poikien ja miesten seksuaaliterveys/ ehkäisyasioissa.

-Koulutusta kaivataan

-Tarkastukset laajoja, mihin aika riittää? Mielenterveys ym. asiat hoidettava myös.

-Kouluterveydenhoitajan resurssit.

-Ehkäisyneuvolan terveydenhoitajan jalkautuminen kouluille

-Osalla paikkakunnilla kouluterveydenhoitajat tekevät perhesuunnitteluneuvolaa. Joustomahdollisuus pitää säilyä.

-Mihin tulevaisuudessa? Miehillä ei seulontoja, isäneuvolat?

-Ehkäisyneuvola

-Seksuaalineuvola – mikä nimi perhesuunnitteluneuvolalle?

-Seksuaalineuvoja koulutuksen järjestäminen ME-hankkeen osalta!

-Kutsuntatilaisuudessa tietoisuuden lisääminen

### **Seksuaalikasvatuksessa tietoisuuden lisääminen**

- Tapahtumiin jalkautuminen esim. Solar Sound
- Luokkien tapaaminen esim. 8 lk/9lk
- Tunnit kouluilla
- Nuopparit
- SOME, suunniteltava huolellisesti, toistot! Yhteinen hyvinvointialueelle haaveena.
- Kutsuntatilaisuudet
- Oppilaitosten teemapäivät
  - >poikii ajanvarauksia ehkäisyneuvolaan
  - >sukupuolesta riippumatta
  - >ryhmätunnit säästävät aikaa terveystarkastuksissa

### **Sukupuolitautitestit**

-Klamydia –tippuri näyttöön ottaminen rutiininomainen seulonta. Tartuntamäärät kasvaneet viime vuosina tasaisesti. Luotettavin tikkunäytteestä vastaanotolla tai kotitestinä. Kotitesti matalalla kynnyksellä, saavutettavampi.

Onko kustannuksissa eroja? Tikkunäyte vastaanotolla noin 20 €, kotitesti noin 35€.

### **Positiivinen klamydia**

Yhteiset ohjeet laadittava, kuinka toimitaan, kun klamydia positiivinen: ohjaus, neuvonta, kontrollinäytteet, kumppanin hoito.

Mietittäväksi jatkossa yhtenäiset käytänteet:

- Kuka on kumppani?
- Ohjataan polille vai hoidetaan neuvolassa/kouluilla?

Ohjeissa päivittämistä! yhtenäiset ohjeet! kts. käypähoito! Infektionjäljitys!

### **Miksi kondomia ei käytetä?**

Tieto, asenne, ymmärrys: riskejä ei ymmärretä. Päihteet mukana?

### **Vanhempien vastuu**

Vanhemmille tukea ja tietoa esim. yläasteen vanhempainilloissa, Wilmassa

- Maksuton ehkäisy
- Ehkäisyn käyttötarkoitus
- Ottakaa puheeksi kotona
- Väestöliiton sivut

”Ei me niitä kersoja kasvateta, kyllä ne on vanhempien vastuulla”



## Koulutus

Tarvitaan:

- Rajatun lääkkeenmääräämisen koulutus. Odotellaan mahdollistumista, kun palkka-neuvottelut mahdollistuvat uuden työnantajan astuessa remmiin.
- Hyvinvointialueen verkostoitumiskoulutusta tarvitaan.
- Seksitaudeista tarvitaan koulutusta, jota jo järjestettykin.
- Tiedot seksuaalisuuden monimuotoisuudesta sekä seksuaalisuuteen liittyvistä apu-välineistä, näihin kaivataan täydennyskoulutusta.
- Seksuaalineuvojakoulutuksesta ollaan kiinnostuneita.

Maksuton ehkäisy –hanke voi tukea koulutusta vuoden 2023 loppuun.



## LIITTEET

Artikkeli: Korjamo Riina (2019) Ehkäisy raskaudenkeskeytyksen jälkeen. Suomen lääkärilehti. La-dattavissa: <https://helda.helsinki.fi/handle/10138/320065>