

# Notkun ópíóíða á meðgöngu



## Almennt um ópíóíða

Ópíóíðar eru efni sem unnin eru úr valmúaplöntu eða hafa sambærilega efnafræðilega byggingu. Til ópíóíða teljast meðal annars sterk verkjalyf eins og morfín, kódeín, oxycontín, contalgin, tramadol, fentanýl og petidín. Heróín tilheyrir einnig þessum flokki. Þessi lyf/efni eiga það sameiginlegt að hafa áhrif á heila og miðtaugakerfi. Auk verkjastillandi áhrifa geta ópíóíðar valdið syfju, sljóleika og sælutilfinningu. Þau eru einnig ávanabindandi og getur fólk fundið fyrir sterkum fráhrarfseinkennum við að hætta notkun þeirra.

## Hvaða áhrif hefur það á ófætt barn ef móðir notar ópíóíða á meðgöngu?

Ópíóíðar fara yfir fylgju og geta haft áhrif á miðtaugakerfi fósturs. Í stöku tilvikum getur þurft að gripa til lyfja úr flokki ópíóíða á meðgöngu og ætti það ekki að valda áhyggjum svo fremi sem um stutta meðferð er að ræða. Þó er mikilvægt að hafa í huga að notkun þeirra rétt fyrir fæðingu getur valdið öndunarbælingu hjá barninu eftir fæðingu.

Hins vegar getur langvarandi notkun ópíóíða á meðgöngu haft ýmis vandamál í fö með sér fyrir heilsu móður og ófædds barns:

- Vandamál tengd fylgju t.d. fylgjuulos og fylgjuþurrð
- Fæðing fyrir tímann
- Vaxtarskerðing barns
- Fósturlát
- Fósturgallar (hefur komið fram vegna notkunar á tramadol en rannsóknum ber ekki saman um önnur lyf)

Það er erfitt að segja til um hvort þessi vandamál koma upp vegna langvarandi notkunar ópíóíða eða vegna fráhrarfseinkenna. Á meðgöngu er mjög mikilvægt að trappa slík lyf hægt niður í samráði við heilbrigðisstarfsfólk til að draga úr hættu á fráhrörfum.

Hafa ber í huga að ýmsir aðrir þættir geta haft áhrif á heilsu ófædds barns t.d. notkun annarra lyfja, tóbaksnotkun, næringarástand, andleg liðan og heilsa móður.

## Hvaða hjálp er í boði?

Ef þú átt von á barni og notar lyf eða efni úr flokki ópíóíða er mikilvægt að þú fái ráðgjöf frá fagfólki sem allra fyrst. Þú getur leitað til ljósmóður, heimilislæknis, félagsráðgjafa eða fagfólks á sviði fíknimeðferðar. Fagfólkið getur aðstoðað þig við að:

- Skoða viðhaldsmeðferð með ópíóíðalyfjum
- Finna leiðir til að hætta eða draga úr notkun á ópíóíðum og meta þörf fyrir viðhaldsmeðferð
- Sækja um meðferð og stuðningsúræði eftir þörfum
- Fá upplýsingar um hvernig hægt er að draga úr skaðlegum áhrifum, bæði fyrir barnið og þig
- Undirbúa þig fyrir foreldrahlutverkið

## Viðhaldsmeðferð vegna ópíóíðafíknar

Viðhaldsmeðferð með lyfjum sem innihalda ópíóíða er stundum notuð til meðhöndlunar vegna ópíóíðafíknar. Þau lyf sem eru helst notuð í viðhaldsmeðferð eru Metadon (methadone), Suboxone (buprenorpine og naloxone) eða Subutex

(buprenorphine). Mælt er með viðhaldsmeðferð með slíkum lyfjum á meðgöngu hjá konum sem eru háðar ópíóíðaefnum en mikilvægt er að meðferðin sé ávallt í samráði við fagfólk með sérþekkingu á fíknimeðferð.

## Meðgönguvernd

Kannski finnst þér erfitt að segja frá að þú notir ópíóíða á meðgöngu, sérstaklega ef um fíkn er að ræða. Samt er mjög mikilvægt að ræða það við ljósmóður eða lækni strax í upphafi meðgöngunnar svo hægt sé að draga úr skaðlegum áhrifum, bæði fyrir barnið og þig.

Ef þú notar ópíóíða eða ert nýhætt notkun þeirra, er mælt með að þú komir í meðgönguvernd á 1-2ja vikna fresti en það fer þó eftir eðli vandamálsins. Tilgangur þéttara eftirlits er að fylgjast með heilsu þinni og ófædda barnsins, veita þér stuðning og veita hjálp við að finna leiðir sem henta þér til að hætta eða draga úr notkun ópíóíða. Ef einhverjar áhyggjur vakna af vexti ófædda barnsins geta ljósmóðir eða læknir fylgst nánar með og jafnvel vísað þér í frekari rannsóknir.

Mikilvægt er að huga vel að næringarástandi þínu og athuga hvort þörf er á bætiefnum.

Undirbúningur fyrir fæðingu fer fram í meðgönguvernd og er mikilvægt að farið verði yfir mögulega verkjameðferð í fæðingunni. Langvarandi notkun ópíóíða getur aukið þol fyrir verkjalyfjum, því er mikilvægt að þú fái sérhæfða ráðgjöf.

## Eftir fæðingu

Ef um langvarandi notkun ópíóíða á meðgöngu er að ræða eða ef þú ert á viðhaldsmeðferð með lyfjum getur barnið fengið fráhrarfseinkenni eftir fæðingu. Einkenni geta byrjað á 1-7 dögum eftir fæðingu og varað í nokkra daga eða vikur. Mælt er með að þú og barnið dveljið í nokkra daga á sængurlegudeildinni til að hægt sé að fylgjast vel með liðan barnsins. Ef barnið sýnir merki um vanlíðan er haft samráð við barnalækna.

## Algeng fráhrarfseinkenni hjá barni eru:

- Skjálfti
- Vöðvaspenna
- Pírringur
- Aukin sogþörf
- Ósamhæft sog sem getur leitt til erfiðleika við brjósta og/eða pelagjöf
- Hátiðnigrátur
- Erfitt að róa barnið
- Svefnerfiðleikar
- Niðurgangur

## Hvað er hægt að gera ef barnið sýnir merki um fráhvörf?

Barn með fráhrarfseinkenni getur orðið næmara fyrir umhverfinu. Því þarf að huga vel að því að draga úr áreitum frá umhverfi. Eftirfarandi ráð geta stuðlað að betri líðan barns:

- Rólegt umhverfi
- Vefja eða reifa barn með hendur í átt að munni
- Ekki leggja barn á magann nema það sé tengt við öndunarnema eða mónitor
- Minnka birtu í herbergi
- Ekki hafa kveikt á sjónvarpi, útvarpi eða öðrum hljóðgjöfum í herbergi
- Nota róleg handtök við að annast barnið, jafnvel bíða með bleyjuskipti ef barn er órólegt
- Gefa barnið brjóst eða pela oft og minna í einu

Ef barnið sýnir einkenni um fráhvörf er byrjað á að veita meðferð sem lýst er hér að ofan. Ef það dugur ekki er þörf fyrir lyfjagjöf metin í samráði við barnalækna. Barnið gæti þurft að dvelja á sjúkrahúsi í nokkrar vikur ef það fær fráhrarfseinkenni sem þarfnast meðferðar með lyfjum.

Þrátt fyrir að barnið þurfi meðferð með lyfjum er alltaf er gagnlegt að nota ráðin hér að ofan samhliða lyfjagjöf.

## Brjóstgjöf

Ópíóíðar berast í brjóstamjólk í einhverjum mæli og því er mikilvægt að þú ræðir um brjóstgjöf við fagfólk í meðgönguvernd eða sængurlegu og takir ákvörðun um brjóstgjöf út frá þeim upplýsingum sem liggja fyrir um hvert lyf/efni.

Óhætt er af gefa barnið brjóst ef þú ert á viðhaldsmeðferð því þau lyf fara í litlu magni yfir í brjóstamjólk.

Ekki er mælt með inntöku kódeins ef barnið þitt nærast á brjóstamjólk vegna öndunarbælandi áhrifa lyfsins á barnið.