



ASIAKAS APTEEKISSA

TEKSTI RAAKEL TUOVINEN, PETRO RAUTIO, KERTTU TOROPAINEN



Migreeni ja raskaus

29-vuotias nainen tulee apteekkiin hakemaan migreenilääkkeitä. Hänellä on käytössä kohtauslääkkeenä Sumatriptan Accord 50 mg ja estohoitona Candemox 16 mg. Asiakas tiedustelee, onko lääkitys turvallinen raskaana ollessa.

Migreeni on kohtauskellinen neurovaskulaarinen, päänsärkyä aiheuttava sairaus. Noin 15 prosenttia naisista ja viisi prosenttia miehistä sairastaa migreeniä, eli väestöstä noin joka kymmenes kärsii migreenikohtauksista. Migreenin mekanismeja ei vielä täysin tunneta. Nykykäsitteen mukaan migreenikipu on seurausta trigemino-vaskulaarjärjestelmän aktivoitumisesta, jossa vapautuu vasodilataatiota ja neurogeenista tulehdusta aiheuttavia välittäjäaineita.

Migreeni voi olla aurallinen tai auraton. Aurallisessa migreenissä kipuvaihetta edeltää aura- eli esioire, joka voi olla näköhäiriö, toispuolinen tuntohäiriö tai vaikeus löytää sanoja. Tavallisesti migreenikohtaus kestää 4–72 tuntia, ja kipuvaiheeseen liittyy aistiherkkyys, sykkivä ja toispuoleinen päänsärky, joka pahenee rasituksessa, sekä pahoinvointi ja oksentelu. Migreenikohtauksen voi laukaista potilaskohtaiset aistiärsykkeet, kuten kirkkaat valot ja stressitilan, unirytmien sekä hormonitason muutokset. Naisilla etenkin estrogeenipitoisuuden väheneminen voi olla kohtauksen laukaiseva tekijä.

Migreenin hoito jaetaan estohoitoon ja akuuttihoitoon. Estohoidolla pyritään vähentämään kohtauksen määrää ja helpottamaan kohtauksissa esiintyvää kipua. Akuuttihoiton tavoitteena on

helpottaa migreenikohtauksen oireita ja lyhentää niiden kestoja.

Estohoidoksi riittää usein ärsykkeiden välttäminen ja vähemmistö migreeniä sairastavista käyttää lääkitystä estohoidossa. Migreenikohtauksia ehkäiseviä lääkkeitä ovat esimerkiksi beetasalpaajat propranololi ja metoprololi, ATR:n salpaaja kandesartaani ja jotkut masennuslääkkeet.

Kohtauksessa akuuttilääkkeenä käytetään tyypillisesti tulehduskipulääkkeitä, parasetamolia, triptaaneja sekä pahoinvointilääkkeitä. Triptaanien teho ei välttämättä ole yhtä tehokas aurallisiin migreenikohtauksiin kuin aurattomiin.

Asiakkaan lääkitys

Sumatriptaani on triptaaneihin kuuluva lääkeaine, jonka vaikutusmekanismi perustuu migreenikohtauksessa laajenevien aivoverisuonten supistamiseen. Yleisimpiä haittavaikutuksia ovat uneliaisuus, huihaus, pahoinvointi ja ohimenevä puristuksen tunne. Sumat-

riptaania on saatavilla tabletteina, nenäsumutteina ja injektioina.

Kandesartaani on angiotensiini II -reseptorin salpaaja, joka estää verisuonia supistavan angiotensiinin vaikutuksia. Kandesartaani on tehokas migreenin estohoidossa. Haittavaikutuksina voi esiintyä heitehuimausta, päänsärkyä tai hengitystieinfektioita.

Raskauden aikana migreenin hoito on haastavaa, sillä monet lääkkeet ovat epäsoivia sikiöhoitojen vuoksi. Migreeni voi helpottaa raskauden aikana, kun estrogeenipitoisuudet nousevat, eikä kohtauksille altistavaa hormonipitoisuuksien vaihtelua ole. Asiakkaalla on migreenin estohoitona käytössä kandesartaani, jonka on todettu aiheuttavan sikiöhoitoja.

Sumatriptaanin käytöstä raskauden aikana on vain rajallisesti tietoa, mutta satunnaisella tavanomaisten annosten käytöllä ei todennäköisesti aiheudu sikiöhoitoja. Raskautta suunniteltaessa olisi syytä olla yhteydessä lääkäriin, joka voi muuttaa lääkityksen mahdollisimman turvalliseksi. Raskauden aikana suositetaan lääkkeettömiä hoitokeinoja, ja estohoitona käytetään vain erityistilanteissa. Estohoitoon sopii toisen ja kolmannen raskauskolmanneksen aikana metoprololi ja propranololi. Kipulääkkeitä parasetamoli on turvallisin, ja ibuprofenia voi käyttää toisen kolmanneksen aikana.



Migreenin hoito jaetaan estohoitoon ja akuuttihoitoon.

Asiakkaalle kerrottavia asioita:

- Kandesartaani voi aiheuttaa sikiöhoitoja.
- Sumatriptaanin käytöstä raskauden aikana ei ole paljon kokemusta. Satunnaisella käytöllä ei ole havaittu olevan haittoja sikiölle.
- Migreenin hoito mahdollisen raskauden aikana tulisi suunnitella yhdessä lääkärin kanssa.
- Kipulääkkeistä parasetamoli on turvallisin vaihtoehto raskauden aikana.

Asiakasapreeksa - palsta kirjoittavat: Suomen yliopiston farmasian opiskelijat. Lääketohto ja neuvonta 2 -opintojakson osayönä. Assosiaalinen tarkastusopintojakson opettajat Rai Niina Karttunen, jhhdella.



PUHEENJOHTAJISTOLTA

Paistalla vuorottelevat puheenjohtajat.

Terveys edellä

Korona on vaikuttanut elämäämme jo yli kahden vuoden ajan. Lisää omakohtaista kokemusta sain maaliskuussa, kun niin monen muun tapaan tein flunssan oireiden ilmaantuessa kotitestin, joka totesi minut koronapositiiviseksi. En yllättynyt, enkä kolmeen kertaan rokotettuna osannut myöskään kovin säikähtää. Uskoin, että tauti tulee lievänä ja kestää vain hetken. Olin myös tomerasti sitä mieltä, että hoidan työni ihan normaalisti. Pysyn vain kotona ja työskentelen etänä. Tätähän olin jo ehtinyt opetella muutoinkin.

Jo ensimmäisenä päivänä jouduin luovuttamaan. Korkea kuume otti luulut pois. Toisena päivänä tyhjensin kalenterin viikon ajaksi lähes kaikesta. Lähes kaikista siksi, että ammattiliiton puheenjohtajana on välttämätöntä osallistua keskusteluihin ja päätöksentekoon silloin, kun puhutaan vaikkapa painostustoimista ja lakkovaroitusten antamisesta.

Eristysviikon aikana ehdin usein miettiä omaa ja kanssaihminen suhtautumista työnteekoon. Mahdollisuus tehdä etätöitä on ainakin omalla kohdallani hämärtänyt työ- ja vapaa-ajan rajoja. Entistä tarkempi saa olla sen suhteen, että mielenkiintoisen työn viedessä mukanaan muistaa pitää myös taukoja ja joskus jopa kokonaisen vapaapäivän.

Mietin paljon myös sitä, miten tapamme tehdä työtä ovat muuttuneet. Jäsenistämme suurin osa tekee paikkasidonnaista työtä, eikä heillä ole mahdollisuutta edes harkita työn tekemistä etänä. Jotkut taas voivat hoitaa työnsä kokonaan etäyhteyksien päästä. On myös meitä, jotka voimme tehdä vähän molempia. Mutta kuuluumme sitten mihin ryhmään tahansa, olemme joutuneet opettelemaan uusia toimintatapoja. Nyt kun yhteiskunta taas avautuu, meidän pitää pysähtyä miettimään, mitä koronan mukanaan tuomia oppeja on hyvä jättää käyttöönsä ja mikä on sellaista, jonka voimme jättää taaksemme.

Ehkäpä jatkossa flunssan oireiden ilmaantuessa kehtaamme jäädä kotiin sairastamaan. Ja ehkäpä etätöläiset kehtaavat sairastuttuaan oikeasti sairastaa, ilman että yrittävät olla urheita ja jatkavat työnteekoa kuten normaalistikin.

Kovinkaan moni meistä ei ole korvaamaton työpaikalla. Kovinkaan montaa työtehtävää ei ole, jota ei voisi joku toinen hetken hoitaa tai joka ei voisi odottaa vähän aikaa. Terveystemme sen sijaan on korvaamaton, joten siitä on hyvä pitää huolta. Ja jos itse ei aina muista, voi vaikkapa työkaveri olla hyvä muistuttaja. Näin kävi omalla kohdallani. Omani kalenterini tyhjensin sen jälkeen, kun osallistuin kuumeisena etäpalaveriin ja työkaveri lempeästi huomautti: Majja, näytät kamalalta.

MAJJA PIRTILJÄRVI

Farmasialtiiton puheenjohtaja



Mahdollisuus tehdä etätöitä on hämärtänyt työ- ja vapaa-ajan rajoja.