

Ófrísk og með astma

Meðgöngu fylgir mikil gleði en líka kvíði og áhyggjur, einkum sé hin verðandi móðir með þrálátan sjúkdóm á borð við astma. Sérfræðingur í ofnæmissjúkdómum ráðleggur konum að taka áfram lyfin sín á meðgöngu, við fæðingu og á meðan barnið er á brjósti.

Lars Gottberg er yfirlæknir við ofnæmisdeild Söder-sjúkrahússins í Stokkhólmi. Hann gefur góð ráð og ábendingar um hvernig ófrískar konur með astma geti best sinnt heilsu sinni og leggur fram staðreyndir máli sínu til stuðnings. Kjarninn í boðskap hans er sá að halda áfram að taka sömu lyf allan meðgöngutímann.

Að sögn Gottbergs er best að taka lyfin alveg eins og venjulega, bæði viðhaldslyf, lyf gegn köstum og lyf sem gefin eru á bráðadeildinni. Hann veit þó vel að ófrískum konum er því miður oft ráðlagt af hinum og þessum

sem hitta ófrískar konur að minna þær á astmalyfin, hvort sem um er að ræða starfsfólk apóteka, lækna eða ljósmæður.

„Það er fullkomlega öruggt að taka astmalyf á meðgöngu,” segir hann ákveðinn og leggur áherslu á að þetta eigi líka við um bólgueyðandi og berkjuvikkandi lyf auk svokallaðra samsettra lyfja við astma.

Fólk þarf að hafa í huga að ómeðhöndlaður astmi hefur ýmsar hættur í för með sér fyrir bæði móður og barn, til dæmis fósturlát, aukna hættu á keisaraskurði, lága fæðingarþyngd og fæðingu fyrir tímann.

Bráð astmaköst geta verið hættuleg en meginviðmiðið er að fólk á ekki astmaköst á hættu ef það tekur nútímalyf eins og til er ætlast.

Óttinn við kortísón

Að sögn Gottbergs eru fá efni jafn gaumgæfilega rannsökuð með tilliti til meðgöngu og einmitt kortísón en það er að finna í astmalyfjum.

Hann segir nauðsynlegt að benda á að kortísón sé að finna í náttúrulegu formi í líkamanum en nýrnahefturnar framleiða um það bil 10 milligrömm af því daglega. Það má svo bera saman við hefðbundna skammtastærð viðhaldslyfja fyrir astmasjúklinga með 0,2 til 0,4 milligrömmum af kortísóni.

„Nú er frekar litið á astma sem þrota og kortísón er eina efnið sem hefur hemil á honum,” bætir Gottberg við. Að hans mati er fræðsla besta leiðin til þess að vinna gegn óttanum við kortísón og þar með að hindra astmaköst. Margar rannsóknir sýna að það er ekkert að óttast við að nota kortísón í eðlilegum skömmtum á meðan á meðgöngu stendur.

Það er sérstaklega mikilvægt að taka astmalyfin á meðgöngu og eins á meðan barn er á brjósti, jafnvel þótt móðirin hafi ekki gert það áður. Meðganga er góð ástæða til þess að byrja að taka viðhaldslyf til þess að sinna móður og barni sem best og tryggja velliðan þess.

að
hætta
að taka
lyf. Gott-
berg telur
þvert á móti að
það sé skylda allra

Algenzt er að konur séu með stíflað nef á meðgöngu og þá einna helst konur með frjókornaofnæmi. Við þær aðstæður er mælt með nefúða með kortísóni.

Einstaklingsbundin meðferðaráætlun

Lars Gottberg mælir með því að verðandi mæður með astma geri sem minnstar breytingar á daglegu lífi sínu á meðgöngunni. Alltaf er ráðlegt að borða góðan og fjölbreyttan mat. Forðast ber sýkingar eftir mætti og alla þá þætti sem framkallað geta astma, til dæmis reyk, dýr með feld, frjókorn og mikinn kulda.

Gottberg álítur einnig að flensusp-

ir það þannig að kortísónframleiðsla líkamans aukist og sé með mesta móti skömmu fyrir fæðingu.

Fæðingin

Ekki er algenzt að konur fái astmakast á meðan á fæðingu stendur en jafnvel þá er nauðsynlegt að gæta þess að halda sig hefðbundna lyfjagjöf. Rétt er að taka viðhaldslyf og berkvíkkandi lyf eftir þörfum, verði erfitt að anda.

Lars Gottberg segir enga ástæðu til þess að neita konu um hláturgas eða aðra meðferð við verkjum á meðan á fæðingu stendur.

„Mikilvægast er að fæðingin gangi sem allra best. Konur með astma eiga

áhrif á brjóstagjöfina ef móðirin fær astmakast,” segir Gottberg sem leggur áherslu á að brjóstagjöf sé besti kosturinn.

Móðurmjólkinn getur seinkað því að barnið fái astma en samt getur verið hætt á að barnið þrói með sér astma síðar. Sé mikil fjölskyldusaga um astma og barnið þarf að einhverjum ástæðum að fá þurrmjólk gæti lausnin verið sú að gefa barninu mjólkurduft sérstaklega ætlað ofnæmissjúklingum til þess að draga úr hættu á exemi og mjólkuróþoli.

Ábendingar fyrir ófrískar konur með astma:

- Hlustaðu á líkamann.
- Hugsaðu vel um þig þannig að þér líði sem allra best.
- Fylgdu almennum ráðum og þiggðu þá fræðslu sem öllum verðandi foreldrum er boðið
- Haltu góðu sambandi við lækni þinn.
- Þér er óhætt að taka astmalyf á meðgöngu, við fæðingu og á meðan barnið er á brjósti.
- Sama máli gegnir um ofnæmislyf. Þér er óhætt að taka mörg andhistamín, ræddu það við lækinn. Þér er einnig óhætt að nota lyf gegn einkennum í nefi og augum vegna ofnæmis á meðan að meðgöngu stendur.
- Hættu að reykja og forðastu óbeinar reykingar.
- Segðu starfsfólki fæðingardeildarinnar frá því að þú sért með astma.
- Mundu að setja lyfin þín niður í töskuna sem þú ætlar að hafa með þér á fæðingardeildina.

rautur komi vel til greina á meðgöngu og hann ráðleggur ófrískum konum að hafa reglubundið samband við lækni sinn allan meðgöngutímann vegna þess að astmi getur þróast á ýmsa vegu. Best væri að allar ófrískar konur með astma hefðu einstaklingsbundna meðferðaráætlun. Rannsóknir sýna að ástandið er óbreytt hjá þriðjungi kvenna, það versnar hjá þriðjungi og batnar hjá þriðjungi. Jafnvel þótt astminn versni við eina meðgöngu þarf að það ekki að endurtaka sig við þá næstu. Hver meðganga fyrir sig er einstök. Mestar líkur eru á að astminn versni um miðbik meðgöngunnar, frá fimmta til sjöunda mánaðar. Undir lok hennar dregur hins vegar yfirleitt alltaf úr honum, þrátt fyrir að maginn sé stór og þrýsti kannski á lungun. Lars Gottberg skýr-

yfirleitt í engum vandræðum með oföndun en auðvitað gengur fæðingin betur ef hún fær rétt lyf,” bætir hann við.

Það er þó rétt að vera viðbúin því að astminn geti orðið verri viðureignar að fæðingu lokinni og að stækka þurfi lyfjaskammta. Það má rekja til minnkandi framleiðslu líkamans á kortísóni að aflokinni meðgöngu.

Brjóstagjöf

Rétt lyfjagjöf er einnig nauðsynleg á meðan á barnið er á brjósti.

„Astmalyf eru nýburanum alveg hættulaus þótt þau séu tekin á meðan hann eða hún er á brjósti. Það getur hins vegar verið truflandi

