

## Till dig som fått missfall

Efter ett missfall är det ofta många tankar och känslor som far genom huvudet. Därför har vi sammanställt en liten information med svar på de vanligaste frågorna. Du kan alltid kontakta oss om du undrar något som du inte får svar på här.

Fysiskt innebär missfallet sällan några allvarliga komplikationer (även om riklig blödning och smärta kan förekomma). Hur man reagerar psykiskt är väldigt individuellt. Om du känner att du behöver hjälp med stöd finns det möjlighet att träffa vår kurator. Kontaktuppgifter hittar du längst ned i dokumentet. Det finns också möjlighet till kontakt med sjukhuskyrkan om du skulle önska det.

### Varför får man missfall och hur vanligt är det?

Missfall är mycket vanligt och inträffar många gånger innan kvinnan ens vet om att hon är gravid. Ungefär var 5- 6:e graviditet slutar med missfall före 12:e graviditetsveckan. Utstötningen av graviditeten kan yttra sig som en försenad riklig mens.

**Missfall kan inte hejdas.** I de allra flesta fall handlar det om att något gått fel väldigt tidigt i graviditeten, och missfallet är kroppens sätt att hantera det. Någon enstaka gång kan missfallet bero på en komplikation som t ex en infektion, eller på en bakomliggande sjukdom som medför ökad risk för missfall.

Det är inte ditt eller din partners fel att det blivit ett missfall, och det finns ingenting ni kunnat göra för att undvika att det hände!

### Vad är uteblivet missfall?

Ibland tar det tid för kroppen att känna av att fostret inte lever längre och det kan ta ett par veckor innan man får någon blödning. Vid undersökning hos oss hittar man då en graviditet som är yngre än förväntat och som inte längre lever. Vi erbjuder ofta minst en extra ultraljudskontroll innan missfallet fastställs, för att ni och vi ska kunna vara helt säkra på diagnosen.

### Vad händer vid ett missfall?

De flesta tidiga missfall behöver inte någon behandling utan kroppen klarar av det hela själv.

Ett tidigt missfall yttrar sig som en tilltagande blödning. Efter något till några dagar får du ofta en mensliknande smärta och blödningen tilltar, ofta kraftigare än vanlig mens och du kan blöda blodklumpar. Ibland kan smärtan vara mycket kraftig och komma i vågor. När graviditeten stöts ut avtar blödningen och smärtan. Smärtan beror på att livmodern drar sig samman.

Blödningen övergår efter några dagar till blodblandad brun flytning. Blödningen/flytningen kan hålla på i minskande omfattning i upp till 2-4 veckor. I vissa fall kan den kvarstå till nästa mens.

Vid behov kan du använda samma receptfria värktabletter som du tar vid mensvärk.

### **När behöver ett missfall behandlas?**

Behandlingen vid missfall kan antingen vara expektans (vänta på att missfallet kommer igång av sig självt), medicinsk (tabletter) eller kirurgisk (skrapning).

Om det finns graviditetsrester kvar i livmodern och du inte blöder onormalt mycket eller har väldigt ont kan man i de flesta fall avvakta någon – några veckor för att se om kroppen klarar av missfallet själv. Eventuellt får du livmodersammandragande tabletter för att hjälpa kroppen på traven.

Vid uteblivet missfall erbjuds medicinsk missfallsbehandling. Du får då en tablett att svälja som motverkar graviditetshormonet. Två dagar senare får du ta livmodersammandragande slidpiller.

Vid mycket riklig blödning, eller om du hellre önskar det istället för medicinsk behandling, kan du behöva göra en så kallad ”skrapning”. Operationen görs i en kort narkos och tar cirka 10 minuter. Du är några timmar på sjukhuset före och efter skrapningen.

### **Efter missfallet**

Använd helst binda istället för tampong så länge du blöder.

Duscha istället för att bada.

Avstå från samlag tills du slutat blöda.

### **Kontakta oss vid:**

- Infektionstecken som buksmärta, feber, illaluktande flytning/blödning.
- Tilltagande blödning efter några dagar efter missfallet.
- Blödningen minskar/upphör inte som förväntat.

Första menssen efter missfallet kan vara någon vecka fördröjd och kan vara sparsam eller riklig. Du kan bli gravid redan vid ägglossningen som föregår menssen. Vi rekommenderar att du avvaktar en normal mens innan ni försöker bli gravida på nytt.

Du kan v b sjukskriva dig själv upp till en vecka i samband med missfallet.

## Uppföljning

I de flesta fall behövs inget återbesök efter missfallet. Däremot är det viktigt att du kontaktar oss vid tecken på komplikation (se ovan).

I en del fall kan det behövas ett planerat återbesök eller en uppföljande telefonkontakt – i så fall får du information om det innan du lämnar oss efter missfallet.

Om man har drabbats av missfall fler än 3 gånger i rad brukar vi erbjuda en enkel utredning för att se om det går att hitta någon bakomliggande orsak. Utredningen bör inte påbörjas förrän du haft minst en normal mens efter missfallet.

## Om du behöver kontakta oss

### Dagtid vardagar

Gynmottagningarna Sunderbyn, Piteå, Gällivare, Kiruna	010-452 63 00
Gynmottagningen Kalix Sjukhus	0923-106 66

### Övrig tid

Gyn avd s49 Sunderby Sjukhus	0920-282049
Gyn-avd g4 Gällivare Sjukhus	0970-19683

## Kuratorer i länet

Sunderby Sjukhus kurator (mån-fre 8:30–9:00)	0920-28 38 44
Gällivare sjukhus:	0970-196 74
Piteå Sjukhus:	0911-75220

<b>Sjukvårdsrådgivningen</b>	<b>1177</b>
------------------------------	-------------