

# Kipukierre katkesi

Vauvan reflusioireet voivat väsyttää perheen ääri rajoille asti. Elmeri ja Elmerin äiti Sarianna Nieminen valvoivat vuoden ennen kuin vaivaan löytyi apu. TEKSTI ANNE RIKAMA KUVAT LAURI ROTKO

Jälleen yksi tällainen yö. Sarianna Nieminen, 31, on nukkunut korkeintaan puolitoista tuntia ja senkin pätkissä, keinvassa nojatuolissa Elmeri-vauva sylissään. Pienessä liikkeessä ja pystyasennossa poika on hetken tyytyväinen. Jokainen yritys saada lapsi omaan sänkyynsä päättyy itkuun ja vääntelehtimiseen.

Seuraavana yönä kokeillaan ilmapatjaa olohuoneessa. Sarianna ehtii katsoa televisiosta viisi jaksoa *Criminal Mind*-

sarjaa samalla kun imettelee ja hyssyttelee levotonta Elmeriä. On parempi heijata vauvaa olohuoneessa, jotta muun perheen, Ville Saarisen, 32, ja Eeliksén, unet eivät häiriinny. Sarianna seuraa armotta etenevää kelloa. Pian Vilen herätyskello pirahdaisi ja olisi aika aloittaa uusi, väsynyt päivä.

Lopulta Sarianna ei enää yrittäkään nukkua Elmeriä omassa sängyssään.

"Keinuva nojatuoli oli vauva-aikana paras ystäväni", muistelee Sarianna loputtomilta tunteilta öitä.

## Lepohetki loskassa

Elmeri nukkui huonosti heti syntymästään. Hän söi usein ja pitkään, mutta ei oksennellut eikä puklaillut vaan kasvoi tiheän imettämisen ansiosta reippaasti. Sarianna pani merkille, että poika nieleskeli ja hikkasi paljon, mutta piti sitä vauvoille tyyppillisenä tapana.

"Luulin, että levottomalle vauvalle pitää antaa ruokaa usein ja että kyse on vain nälästä. Olin kuullut, että kun vauvan suoliston pitää liikkeessä, vatsavaivat vähenevät."

Itkuisuus kuitenkin jatkui kuukaudesta toiseen. Elmerillä oli lisäksi krooninen ummetus, kakan tuloa odotettiin joskus yli kymmenen päivää. Yöt olivat re-

paleisia, ja välillä vauva nukkui vain äidin sylissä tissi suussa. Päivällä imetys kesti 45 minuuttia kerrallaan. Sarianna opetteli imettämään Elmeriä niin, että esikoinen Eelis sai kyhjäyttää toisessa kainalossa.

Päivisin Sarianna oli väsynyt ja hajamielinen. Hän saattoi laittaa vessapaperirullan jääkaappiin ja jauhelihan kylpyhuoneen komeroon. Paino putosi kymmenen kiloa. Autoa hän ei uskaltanut välillä ajaa lainkaan tokkuran takia.

Ainoa paikka, jossa Elmeri oli tyytyväinen, olivat liikkuvat vaunut. Siispä Sarianna pakkasi pojat kaksostenrattaisiin ja lähetti ulos. Kotona neljän seinän sisällä oli hänestä ahdistavaa. Kodin hoitamiseenkaan ei riittänyt puhtia.

"Luuhasimme äiti- ja lapsikerhoissa. Parasta oli, että kerhoon piti kävellä puoli tuntia. Se tuntui levolta, vaikka ulkona oli pimeää ja tiet loskaisia. Sai vain työntää eikä tarvinnut hyssyttää ketään."

## Ilmapiiri kiristyy

Elmerin levottomuus jatkui, ja Sarianna puri hammasta. Hän ajatteli, että vika oli hänessä itsessään, että hän ei osaa hoitaa lastaan oikein. Että tämä on nyt sitä oikeaa lapsiperheen elämää, josta hän oli saanut helpon esikoisen kanssa liian ruusuisen kuvan. Ja että oli normaalia, että toinen lapsi oli niin paljon vaativampi kuin ensimmäinen.

Sarianna hoiti Elmerin ummetusta puurolla, lasten ulostuslääkkeellä ja mallasuutteella,

Elmeri, 1 v 9 kk, on hoidon ja ajan myötä muuttunut itkuisesta vauvasta touhukkaaksi ja iloiseksi taaperoksi. Tyynyn takana pillossa on isovelji Eelis, 3.



mutta hermoja raastavaan itkuun tropit eivät auttaneet. Neuvolassa hän aina skarppasi ja esitti reipasta äitiä: hän kyllä selviäisi, kysehän oli vain tavallisista vauvan vatsavaivoista. Kotona hän sitten saattoi joskus jättää itkevän vauvan yksin lastenhuoneen lattialle ja mennä ulos huutamaan turhautumistaan.

Sariannalla oli jatkuvasti huono omatunto myös Eeliksén takia. Elmeri vei häneltä lähes kaiken huomion, ja Sarianna kilahteli esikoiselle pikkuasioista.

"Viaton lapsi joutui kärsimään."

Ajatus itkettää Sariannaa yhä. Jatkuva kipu koettelee lasta itseään, mutta vaikuttaa myös perheen ilmapiiriin. Ja perheen ilmapiirin vaistoamisessa jo pienetkin lapset ovat mestareita. Sarianna myöntää, että välit Villen kanssa kiristyivät välillä. Työmaamestarina toimivan miehen työpaikka oli kaukana, ja työmatkoihin kului päivittäin kolme tuntia.

Päävastuu lapsista ja yövalvo-

misista oli Sariannalla, mikä tuntui hänestä välillä aivan kohtuuttomalta.

"Parempi silti väsynyt äiti kuin rattiin nukahtanut isä", hän hymähtää.

## Vuosi valvomista

Elmeri oli kymmenen kuukauden ikäinen, kun Sarianna alkoi tosissaan epäillä, ettei kaikki ole kohdallaan. Vanhempiensa kesämökillä hän seurasi, kuinka veljen tyttövauva söi iloisesti kymmenessä minuutissa ja kiinnos-

tui sitten muista puuhista. Elmerin ruokailu kesti edelleen lähes tunnin. Ja kun mummo hoiti ja leikkitti poikaa, tämä halusi olla vain pystyasennossa.

Sarianna vei Elmerin lääkäriin siltä varalta että pojalla olikin korvatulehdus. Korvat punoittivat hiukan, ja vauvalle määrättiin antibioottikuuri. Sariannan hämmästykseksi Elmeri lopetti kuurin aikana itkemisen ja nukkui kolme yötä heräämättä. Kuukausia kestäneeseen korvatulehdukseen Sarianna ei uskonut, mutta

olisiko lapsella ollut tulehdusta myös ruokatorvessa? Sarianna alkoi etsiä netistä tietoa refluksista, ravinnon takaisinvirtauksesta, ja totesi, että oireet täsmäsivät.

"Vasta silloin todella tajusin, miksi Elmeri halusi syödä koko ajan. Olimme valvoneet vuoden sen vuoksi, että hän haki ruoasta lohtua ja helpotusta kipuunsa."

Sarianna otti refluksin puheeksi Elmerin yksivuotisneuvolassa. Voisiko lapsella olla refluksitauti, vaikka hän ei pulautellut? Neuvolassa sanottiin, että se on hyvinkin mahdollista. Varattiin aika neuvolalääkärille.

Lääkärissä vuoden väsymys purkautui itkukohtauksena. Sarianna parkui silmät päästään, kun lääkäri arveli, että Elmerillä saattoi olla refluksin *silent*-versio, johon ei liity oksentelua. Elmeri oli vuoden päivät itkenyt sitä, että

hän on hänen ruokatorvessaan oli tulehdus ja hänen oli paha olla.

Elmerille määrättiin kokeilu- luonteisesti lääkettä, joka suojaa mahalaukun ja ruokatorven limakalvoa mahahapon ärsyttävältä vaikutukselta. Lääkettä annettiin neljästi päivässä aterian yhteydessä, ja hänen söngynpäätyään nostettiin kymmenen senttiä.

Hoidon vaikutus oli dramaattinen. Elmerin oireet – itkuisuus, nieleskely ja hikka – katosivat muutamassa päivässä.

#### Kohti parempia muistoja

Sarianna oli lääkkeen tarjoamasta avusta ällistynyt ja onnellinen. Suojalääkitystä ei kuitenkaan suositeltu jatkettavaksi kovin pitkään, ja sitä yritettiin purkaa muutamankin kerran. Kun

oireet palasivat ja Elmeri muutui taas kivuliaaksi, otettiin käyttöön happosalpaaja, mahahapon erityistä vähentävä lääke. Senkin käyttöä yritettiin lopettaa, huonoin tuloksin.

Elmeri sai lähetteen sairaalan lastenpoliklinikalle, jossa hänelle tehtiin ruokatorven ph-rekisteröinti. Se ei kuitenkaan tukenut refluksi-diagnoosia. Lääkärin mukaan Elmeriä vain syötettiin liikaa. Lääkäri arvosteli myös sitä, että vauvalle annettiin lääkettä, joka sisältää muun muassa alumiinia. Sarianna luki rivien välistä, että ongelman uskottiin olevan enemmän äidin päässä kuin vauvan vatsassa. Osa lääkäreistä pitää refluksia muotitautina.

"Osaan olla kiitollinen siitä, ettei lapsellani ole mitään vakavampaa sairautta. Mutta lääkkeet todella auttavat. Elmeri on

lääkityksen ansiosta kuin eri poika. Tietenkään lääkkeitä ei ole hyvä käyttää pitkään, mutta miksi pienen lapsen pitäisi kestää mahahappojen poltetta, kun aikuinenkaan ei kestä närästystä ilman lääkitystä", hän miettii.

Myöhemmin perhe meni yksityisen lääkärin vastaanotolle. Elmeri sai oireidensa perustella refluksidiagnoosin. Hänen nykyinen lääkärinsä on alkanut lisäksi epäillä, olisiko Elmerin tapauksessa kyse myös ruoka-aineallergiasta. Pojalla oli ollut pientä ihottumaa, mutta Sarianna ei ollut kiinnittänyt siihen koskaan suurempaa huomiota, vauvojen iholla kun on taipumus leuhdel-la helposti. Nyt hän on jättänyt pojan ruokavaliosta pois kauran ja ohran sekä laktoosia sisältävät maitotuotteet.



Sariannan voimat ovat palautuneet, kun maratonvalvomiset ovat ohi.

Nykyisin Sarianna osaa tulkita jo Elmerin eleistä, milloin tämän mahaa alkaa korventaa. Poika itsekin osoittaa sormella lääkepulloa kylpyhuoneen hyllyssä.

Tilanne helpottuu edelleen jatkossa, kun Elmeri oppii puhumaan ja kertomaan oireistaan paremmin, äiti uskoo.

Elmerin vointi lienee kohentunut paitsi lääkkeiden ansiosta, myös siksi, että vauvojen refluksivaivoilla on taipumus parantua iän karttuessa.

Äidin jalassa roikkuneesta vauvasta on tullut poika, joka leikkii touhukkaana, harjoittelee potalla istumista ja nukkuu paremmin. Moni muukin kuin oma perhe on huomannut, että

Elmeri on nykyään hyväntuulinen.

Sariannaa harmittaa, ettei hän tajunnut lapsensa tilannetta aikaisemmin.

Apua olisi voinut hakea jo varhaisemmassa vaiheessa. Hänestä tuntuu pahalta, että hän oli ajatellut Elmerin olevan helposti tuskastuva ja vaativa vauva. Ilman kipua poika olisi varmasti ollut erilainen.

"Kun joku kysyy minkälainen vauva Elmeri on ollut, en osaa vastata. Muistan hänen ensimmäisestä vuodestaan lähinnä vain väsymyksen."

"Se on väärin, sillä onhan hyväkin hetkiä täytynyt olla. Onnellisiin muistoihin pitäisi refluksiperheilläkin olla oikeus."\*

## Riesana refluksi

### Mitä lasten refluksi on, ja mitkä ovat sen oireet?

\* Refluksilla tarkoitetaan takaisinvirtausta eli vatsan happaman sisällön nousua takaisin ruokatorveen. Vauvoilla tämä tarkoittaa yleensä pulauttelua, mikä ei ole haitallista jos ongelmia ei ilmene ja lapsi kasvaa normaalisti. Kolmen kuukauden ikäisistä vauvoista yli 90 prosenttia pulauttelee.

Jos refluksi aiheuttaa hankalia oireita tai tutkimuksissa havaitaan ruokatorven tulehdus, puhutaan refluksitaudista. Pulauttelu voi olla tiheää ja runsasta tai tulla viiveellä. Joillakin refluksivaivoilla on usein hengitystie- ja korvatulehduksia. Hengityksen roinoita, jopa hengityskatkoksia, saattaa ilmetä.

On olemassa myös hiljaista eli *silent*-refluksia. Vauva ei pulauttele, mutta vatsan sisältö seilailee ruokatorvessa ylös ja alas. Vauva on kivulias ja hikkaa ja nieleskelee paljon.

Vauvan refluksitaudin tärkeä tuntomerkki on itkuisuus, jonka aiheuttaa kipu ja korvennus ruokatorvessa. Refluksikipu saattaa vetää vauvan kaarelle huutamaan, eikä

lohduttelu yleensä auta. Vauva hakeutuu syliin usein pystyasentoon, koska se helpottaa oloa.

### Minkä ikäisillä lapsilla tautia esiintyy?

\* Refluksitautia esiintyy noin viidellä prosentilla lapsista. Pahimmillaan pulauttelu on 4–6 kuukauden iässä, suurimmalla osalla se loppuu 1–1,5 vuoden ikään mennessä. Taipumus refluksiin vähenee lapsen varttuessa, ja 2–4-vuotiaista lapsista valtaosa on jo parantunut. Lapsella kudokset uusiutuvat hyvin, ja ruokatorven tulehdus paranee täysin.

Osalla lapsena oirehtineista taipumus refluksiin säilyy myös aikuisena.

### Miten vauvan refluksia hoidetaan?

\* Monille riittää söngynpäädyn nostaminen kohoasentoon ja hyvä ruokarytmi. Pulloruokinnassa olevalle vauvalle voi sopia valmiiksi sakeutettu korvike, jolloin maito ei niin helposti lähde seilaamaan ruokatorvessa.

Syöttörytmiä huolehditaan siitä, että vatsa ehtii tyhjentyä ruokailujen välillä. Tämä on kompastuskivi, sillä itkevää vauvaa lohdutetaan usein syöttämällä. Ylitäysi vatsa kuitenkin vain pahentaa tilannetta ja aiheuttaa kipu-kierteen. Vanha suositus 3–4 tunnin ruokailuvälistä sopii usein refluksivaivoille.

Jos kotikonstit eivät riitä ja oireet häiritsevät, on perusteltua turvautua lääkehoitoon. Vatsahappojen neutraloijat, hapon erityistä vähentävät sekä vatsan tyhjenemistä nopeuttavat lääkkeet ovat turvallisia käyttäessä lääkärin valvonnassa.

Jos lääkehoito ei auta ja tutkimuksissa on poissuljettu vakavampien sairauksien mahdollisuus, kannattaa selvittää, voisiko lapsella olla ruoka-aineallergia. Varsinkin maitoallerginen vauva oirehtii samoin kuin refluksitautin taustalla arvioidaan olevan ruoka-aineallergia. Allergian mahdollisuus kannattaa ottaa huomioon varsinkin, jos lapsella on refluksin ohella iho- tai suolisto-oireita.

Vastaajana lastentautien erikoislääkäri Tiina Tuomela. Lisää tietoa aiheesta [www.refluksilapset.fi](http://www.refluksilapset.fi)

suomen

# MITÄ TAPAHTUI AKKARISSA SILLÄ VIIKOLLA, KUN SYNNYIT?

KLIKKAA SISÄÄN JA SUKELLA MAAILMAN HAUSKIMMALLE TUTKIMUSRETKELLE!

LATAA AKU ANKKA LATAAMO -SOVELLUS IPADIISI TAI KLIKKAA LATAAMO.AKUANKKA.FI



Uskomaton määrä Aku Ankan tarinoita kautta ankallishistorian on nyt ulottuvillasi. Mitä tapahtui Akkarissa silloin, kun sinä synnyit? Pellen hulluimmat keksinnöt? Akkarissa esiintyneet julkikset? Lähde maailman hausimmalle tutkimusmatkalle Aku Anka Lataamoon!



NAURETTAVAN PALJON NAURETTAVAA

TUTUSTU AKU ANKKA LATAAMOON, LUE 5 TARINAA ILMAISEKSI.



© Disney