

# Gallstasi á meðgöngu

## Intrahepatic Cholestasis of Pregnancy

### Obstetric Cholestasis

**Ef kláði er til staðar eða ef hann versnar er ástæða til þess að ræða það við ljósmóður eða lækni**

#### Hvað er gallstasi á meðgöngu?

Gallstasi á meðgöngu er sjaldgæfur sjúkdómur sem hefur áhrif á starfsemi lifrarinnar. Gallsýrur flæða venjulega frá lifrinni og hafa það hlutverk að hjálpa til við meltingu. Ef þetta flæði er hindrað safnast gallsýrurnar upp í blóði móður og valda sjúkdómnum. Sjúkdómurinn greinist oftast á síðasta þriðjungi meðgöngu.

#### Hver eru helstu einkenni gallstasa á meðgöngu?

Kláði er aðaleinkenni gallstasa á meðgöngu og stundum eina einkennið. Oft er um mikinn kláða að ræða en þó getur hann verið mismikill. Talið er að kláðinn stafi af hækkun á gallsýrum í blóði móður.



Kláðinn byrjar oft í lófum og iljum en getur verið dreifður um líkamann, jafnvel á augnlokum og í munnholi. Hann getur verið verstur á nóttunni og það hefur áhrif á svefninn. Margar konur tjá vanlíðan, þreytu og hafa litla matarlyst. Í alvarlegri tilvikum geta einkenni einnig verið gula, dökkt þvag og niðurgangur/fituskita (ljósar eða gráar hægðir).

Sjúkdómseinkenni ganga alltaf til baka eftir fæðingu, oftast á örfáum dögum.

#### Hvað veldur gallstasa á meðgöngu?

Ekki er alveg vitað hvað veldur gallstasa á meðgöngu en talið er að erfðir og umhverfisþættir eða undirliggjandi heilsufarslegir þættir geti valdið sjúkdómnum.

#### Hvernig er gallstasi á meðgöngu greindur?

Læknirinn/ljósmóðirin fær góða lýsingu á kláðanum og öðrum einkennum.

Húðsjúkdómar eða aðrir hugsanlegir orsakaþættir eru útilokaðir.

Boðin er blóðprufa til þess að mæla magn gallsýra í blóði móður en áður en hún er tekin þarf móðirin að fasta í 8 klukkustundir. Ef gallsýrur eru yfir eðlilegum mörkum getur það bent til gallstasa.

Fleiri rannsóknir getur þurft að gera áður en hægt er að staðfesta greiningu.

#### Er einhver áhætta fyrir móðurina?

Þó einkenni gallstasa á meðgöngu geti verið verulega óþægileg fyrir móðurina er áhætta vegna sjúkdómsins talin vera lítil.

Í alvarlegustu tilvikum getur þó verið lítilsháttar hættu á mikilli blæðingu eftir fæðingu, sem hægt er að fyrirbyggja með K-vítamíni.

### Er einhver áhætta fyrir fóstrið/barnið?

Ef sjúkdómurinn er á vægu stigi (lítil hækkun gallsíra í blóði móður) er fóstrið/barnið ekki talið í hættu. Ef sjúkdómurinn er á alvarlegu stigi (mikil hækkun gallsíra í blóði móður) getur hann ógnað öryggi fósturs/barns. Í þeim tilfellum þarf móðirin viðeigandi lækni meðferð. Hætta er á fósturstreitu, fyrirburafæðingu og í alvarlegustu tilfellum fósturdauða.

### Hvaða meðferð er veitt við gallstasa á meðgöngu?

Móðirin er undir nákvæmu eftirliti læknis og ljósmóður á meðgöngunni. Ef mikil hækkun



er á gallσύrum í blóði móður fær hún meðferð með lyfjum. Markmiðið með lyfjameðferðinni er að lækka gallsíurur í blóði, minnka kláðann og tryggja sem best öryggi fósturs/barns. Kláðastillandi lyf og svefnlyf eru einnig gefin ef þörf er á.

Fylgst er með magni gallsíra í blóði og einkennum hjá móður og stundum getur þurft að flýta fyrir fæðingu barnsins.

### Hvað getur þú gert?

Ef kláði er til staðar eða ef kláði er versnandi er mikilvægt að láta vita af því í meðgönguverndinni. Gott er að ræða við ljósmóðurina eða lækinn í meðgönguverndinni um líðan og hvað hægt er að gera til þess að bæta hana. Mikilvægt er að gæta þess að fá nægilega hvíld og slökun.

Nokkur ráð við kláða:

- nota kælíkrem, rakakrem eða calmuril sem bera má á húð nokkrum sinnum á dag, alltaf eftir bað og fyrir svefn
- klippa neglur til að minnka líkur á húðklóri og nota frekar lófana til að nudda húðina þar sem kláðinn er mikill
- koma í veg fyrir svitamyndun með því að klæðast fötum úr náttúrulegum efnum t.d. bómull eða silki fremur en gerviefnum
- klæðast víðum fötum fremur en þröngum
- sofa með þunna ábreiðu fremur en þykka ábreiðu eða dúnsæng
- sofa við gott loft og ekki mikinn herbergishita
- fara í volga/svala sturtu eða bað fremur en of heit böð
- takmarka notkun sápu á líkamann og nota milda, lyktarlausa og ofnæmisprófaða sápu (takmarka daglega notkun við handarkrika og nára)
- nota mild þvottaefni og skola vel allan þvott sem kemst í snertingu við húð
- forðast kaffi og aðra heita drykki
- kláðastillandi lyf t.d. Tavegyl eða Polaramin skv. læknisráði
- svefnlyf skv. læknisráði ef kláði truflar nætursvefninn

### Hver er tíðni gallstasa á meðgöngu?

Tíðni gallstasa á meðgöngu er talin vera um 1-2%.

Ef kona hefur fengið gallstasa einu sinni á meðgöngu eru líkur á því að það endurtaki sig.