**Pasientinformasjon**

**Gynekologisk poliklinikk/dagenhet
Drammen Sykehus**

Telefon: 32 80 32 25

**Hyperemesis gravidarum**

Hyperemesis gravidarum er en tilstand preget av uttalt kvalme, oppkast og brekninger som forekommer i 1-2 % av svangerskap. Kvalmen begynner gjerne fra [uke 6](https://helsenorge.no/gravid/gravid-uke-for-uke/uke-6-7-og-8), og varer til [uke 12–13](https://helsenorge.no/gravid/gravid-uke-for-uke/uke-13-14-15-16-og-17). Noen få kvinner er fortsatt kvalme etter [20 ukers graviditet](https://helsenorge.no/gravid/gravid-uke-for-uke/uke-18-19-og-20). Få har plager i andre halvdel av svangerskapet. Årsaken er ikke sikkert klarlagt. Det er ikke økt abortrisiko. Intens kvalme og oppkast påvirker arbeidsevne og kapasitet til å delta i hverdagslige gjøremål og aktiviteter. Sykmelding er ofte nødvendig.

Flere studier har vist at barnet kan ha økt risiko for å bli født for tidlig eller bli født med lav fødselsvekt. Risikoen for dette er økt om kvinnen ikke får korrigert væske- og næringsinntaket. Det er derfor viktig at gravide med alvorlig svangerskapskvalme får behandling - og at de følger behandlingsopplegget og råd fra sykepleier og lege.

**Vurdering/undersøkelse**

Svangerskapskvalme kan bli gradert ved et spørreskjema som på norsk kalles SUKK – Svangerskaps Utløst Kvalme Kvantifisering og inneholder tre spørsmål:

* Hvor mange timer per døgn er du kvalm?
* Hvor mange ganger har du brekt deg?
* Hvor mange ganger har du kastet opp?

Vi gjennomgår SUKK-skjema med kvinnen og graderer deretter svangerskapskvalmen som lett, moderat eller alvorlig. Det vil bli undersøkt om det kan være andre sykdommer/faktorer som kan være årsak til kvalmen.

Det vil ved hver konsultasjon tas kontroll av vekt og urin. Kontroll av blodtrykk, puls og blodprøve tas jevnlig.

Etter en totalvurdering blir det bestemt om kvinnen kan følges opp videre hos fastlege, eller om hun trenger videre oppfølging fra gynekologisk dagenhet. I noen tilfeller kan det være aktuelt med innleggelse i gynekologisk avdeling.

**Oppfølging/behandling:**

1. **Noen generelle råd:**
* Kost: Spis lite og ofte. Sørg for å unngå dehydrering. Drikk mellom måltid. Unngå triggere som sterke lukter, fettrik mat, sterkt krydret mat.
* Ro er viktig for å lindre symptomer. De som har mulighet til å få hjelp til husarbeid eller annet bør benytte seg av dette.
* Fortsett med Folat.
* Følgende tiltak er vist å kunne ha noe effekt og kan forsøkes:
	+ Ingefær tablett 250 mg x 4
	+ Pyridoxin (AFI-B6 tablett 40 mg x 2)
	+ Nycoplus B-total 2-3 tabletter/dag
	+ Akupressur håndleddsbånd (kjøpes på apoteket, må tas av om natten) og akupunktur kan ha effekt
* Angst, uro og krevende hjemmesituasjon kan forverre tilstanden. Det kan være vanskelig for pårørende å skjønne hvor syk enn faktisk føler seg og er med hyperemesis. Samtale med lege/sykepleier eller annet kompetent helsepersonell kan være til god hjelp for mange.
1. **Støttebehandling:**

De fleste trenger kvalmestillende. Det finnes flere medikamenter man kan bruke. Enkelte vil trenge innleggelse eller poliklinisk behandling for væske, vitamintilskudd og eventuelt ernæring via sonde til tynntarm. Ofte kan væskebehandlingen gis som dagbehandling på gynekologisk dagenhet. For mange vil det være naturlig å ha oppfølging også fra fastlege i denne perioden, bl.a. for å få helsekort for gravide rundt graviditetsuke 12, samt sykemelding etc.

**Målet med behandlingen er at symptomer lindres, slik at man kan fungere i hverdagen.**

**Når man beholder mat og drikke, øker energinivået og allmenntilstanden bedres.**

**For ytterligere informasjon: helsenorge.no søkeord: alvorlig svangerskapskvalme**