



Selkomukautettu opas

Toivotko, että saat lapsen?

Monella on sama kokemus:
lapsi on toive, joka ei toteudu.
Silloin puhutaan tahattomasta
lapsettomuudesta.



SIMPUKKA

Toivotko, että saat lapsen?

Ehkä olet yrittänyt tulla raskaaksi,
mutta et ole onnistunut
tai olet saanut keskenmenon.
Niin voi käydä,
vaikka sinulla olisi jo lapsia.
Tai ehkä elämässäsi ei ole nyt hyvä hetki raskaudelle,
vaikka haluaisit lapsen.

Monella on sama kokemus:
lapsi on toive, joka ei toteudu.
Silloin puhutaan tahattomasta lapsettomuudesta.

Tahaton lapsettomuus on hyvin yleistä.
Noin joka viides aikuinen kärsii siitä hedelmällisessä
iässä,
eli iässä, jossa lapsen saaminen voisi olla biologisesti
mahdollista.
Joskus lapsettomuuden syy on naisen tai miehen
kehossa,
mutta aina syytä ei löydy.
Joskus syy on siinä,
että kumppania ei ole tai tämä ei halua lasta.

Kehon ongelmiin löytyy usein apu lääketieteestä.
Jos pariskunta on vuoden ilman ehkäisyä
mutta raskaus ei ala,
on hyvä mennä lääkärin tutkimuksiin.
Tutkimuksia tarvitaan myös,
jos naisella on monta keskenmeno.
Jos syy ongelmiin löytyy,
sitä voidaan usein hoitaa.





Miltä tahaton lapsettomuus tuntuu?

Tahaton lapsettomuus on usein ihmiselle suuri kriisi.
Joskus muut ihmiset pahentavat tilannetta.
He voivat sanoa tai kysyä asioita,
jotka loukkaavat.
On monta syytä siihen,
miksi toive lapsesta ei toteudu aina.
Jokaisella tahattomasti lapsettomalla on oma kokemus
siitä,
miltä tuntuu olla ilman lasta.

Tahaton lapsettomuus vaikuttaa usein koko elämään.
Se vaikuttaa siihen,
mitä ihminen ajattelee itsestään ja tulevaisuudesta.
Millainen ihminen minä olen?
Voinko luottaa tulevaisuuteen,
kun suuri toiveeni ei toteudu?

Usein lapsettomuus vaikuttaa myös parisuhteeseen
ja muihin ihmissuhteisiin,
kuten suhteisiin ystävien ja sisarusten kanssa.
Ihminen voi verrata omaa tilannettaan muiden
tilanteeseen:
miksi muilla on lapsia, mutta minulla ei?
Lapsettomuus voi vaikuttaa myös työelämään.
jos työkavereilla on lapsia, mutta itsellä ei ole.
Muiden ihmisten täytyy ymmärtää ja tukea ihmistä,
joka ei saa lasta, vaikka haluaisi.
Kuitenkin moni tahattomasti lapseton kokee,
että on yksin.

Jos lapsettomuus on sinulle ongelma,
älä jää yksin.
Pyydä tukea hoitavalta taholtasi.

Lapsettomuushoidot Suomessa

Lapsettomuutta hoidetaan Suomessa julkisessa ja yksityisessä terveydenhuollossa.

Julkisen puolen eli kunnan tai hyvinvointialueen hoitoihin tarvitetset lähetteen.

Sen voi saada julkisen puolen terveydenhuollosta, yksityisen yrityksen lääkäriltä tai gynekologilta eli naistentautien ja synnytysten erikoislääkäriltä.

Suomessa on hedelmöityshoitolaki.

Se määrää, kuka voi saada hedelmöityshoitoja eli hoitoja siihen, että raskaus alkaa.

Hoitoja voivat saada itselliset naiset eli nainen yksin, naisparit ja pariskunnat, joissa on nainen ja mies.

Hoidossa voidaan käyttää omia tai lahjoitettuja sukusoluja

eli omia tai lahjoitettuja munasoluja tai siittiöitä.

Sijaissynnyttäminen on Suomessa kiellettyä.

Suomessa noin 5 % lapsista syntyy hedelmöityshoitojen avulla (THL 2022).

Lapsettomuuden hoitomuotoja

Lapsettomuuden hoitomuotoja on useita.

Hoitomuotoja ovat esimerkiksi:

- ovulaation tai siittiötuotannon tehostaminen
- inseminaatio (IUI)
- koeputkihedelmöitys (IVF/ICSI)
- pakastetun alkion siirto (PAS)

Lisää tietoa saat lääkäriltä.

Henkinen tuki lapsettomuushoitojen aikana

Lapsettomuushoitojen aika voi olla hyvin vaikeaa.
Olo voi olla epävarma
ja pettymys suuri, jos hoito ei onnistu.

Kerro lääkärille tai hoitajalle,
jos tarvitset henkistä tukea hoitojen aikana.
Voitte pohtia yhdessä,
millainen tuki auttaa sinua.
Vertaistuki auttaa monia.
Vertaistuki tarkoittaa,
että keskustelet ihmisen kanssa,
joka on kokenut saman kuin sinä.
Keskustelu parantaa oloa
ja auttaa ymmärtämään omia tunteita.



Lapsettomien yhdistys Simpukka ry

Simpukka ry on lapsettomien oma yhteisö ja tahattoman lapsettomuuden asiantuntija

Toimimme koko Suomessa.
Tarjoamme vertaistukea ja tietoa.
Edistämme lapsettomien hyvinvointia.

Simpukka tekee myös vaikuttamistyötä.
Haluamme, että yhteiskunnan asenteet ja päätökset ovat hyviä tahattomasti lapsettomille ihmisille.

Simpukan Helminauha-hankkeen avulla lapsettomat, lapsiperheet, lahjasolujen avulla syntyneet henkilöt sekä ammattilaiset saavat tietoa ja tukea.

Verkkosivuilla osoitteessa www.simpukkary.fi on tietoa Simpukan toiminnasta ja Helminauha-toiminnasta. Sivut ovat yleiskielellä.

Simpukka ry:n yhteystiedot
puhelinnumero: 0400 844 823
sähköpostiosoite: simpukka@simpukkary.fi

Seuraa Simpukkaa ja Helminauhaa somessa!

