

RASKAUS JA TOKSOPLASMA

Ohjeen tarkoituksena on antaa yleistietoa toksoplasmoosista raskauden aikana ja sen ennaltaehkäisystä.

Mikä on toksoplasma?

Toksoplasmainfektion aiheuttaa *Toxoplasma gondii*, itiöeläin, parasiitti, jota esiintyy maailmanlaajuisesti. Tartuntaa ei usein itse huomaa. Raskauden aikainen toksoplasmainfektio voi aiheuttaa sikiön / vastasyntyneen toksoplasmoosin, joka vaurioittaa aivoja, näköä ja kuuloa.

Miten toksoplasmainfektio leviää ja mikä on sen levinneisyys?

Toksoplasmaa on kaikkialla, erityisesti lämpimässä, leudossa ja kosteassa ilmastossa. Se on tavallisempi Etelä-Euroopassa, erityisesti Ranskassa, Italiassa ja Espanjassa. Ihmiset ja kaikki eläimet voivat saada tartunnan. Etenkin kissat levittävät toksoplasmaa ulosteissaan.

Miten ihminen voi saada toksoplasmatartunnan?

- Kissaeläimistä
- Puutarhamullasta, hiekkalaatikko- tai kissanhiekasta
- Raa'asta tai huonosti kypsennetystä lihasta
- Pesemättömistä tai raaista vihanneksista, hedelmistä tai marjoista, jotka sisältävät toksoplasmaa.

Toksoplasmainfektio ja raskaus

Toksoplasmoosi voi olla oireeton ja siksi se jää usein huomaamatta. Yleensä oireina ovat tavalliset influenssaoireet; kuten väsymys, kuume, päänsärky, lihaskipu, hikoilu, turvonnut imusolmukkeet kaulalla (voi olla viikkoja).

Muiden, kuin raskaana olevien toksoplasmainfektioita ei tarvitse hoitaa. Toksoplasmainfektio ei tartu ihmisestä toiseen. Sen sairastaneelle jää elinikäinen immunitettiin, ja suoja voidaan todeta laboratoriotutkimuksella.

Sikiö / vastasyntynyt saattaa saada tartunnan, jos on kysymyksessä äidin infektio raskauden aikana. Raskauden alkuvaiheessa vastasyntyneen tartuntariski äidin ensi-infektiossa on pieni (1–10%), mutta seuraamukset ovat vakavampia kuin loppuraskaudessa sairastetun toksoplasmoosin. Mitä myöhemmässä raskauden vaiheessa äidin ensi-infektio tapahtuu, sitä todennäköisemmin vastasyntynyt saa tartunnan, mutta seuraamukset sikiölle ovat lievempiä.

Miten voi välttää tartunnan?

- Pese kädet, kun olet käsitellyt multaa, hiekkaa tai kissoja.
- Pese kädet, kun käsittelet elintarvikkeita. Puhdista työvälineet käsiteltyäsi raakaa lihaa ja raakoja vihanneksia.
- Älä syö raakaa tai huonosti valmistettuja liharuokia. Keittäminen, paistaminen ja pakastaminen tuhoavat taudinaiheuttajan.
- Huuhtelee hedelmät, marjat ja vihannekset huolellisesti.
- Käytä käsineitä puutarhatöissä.
- Vältä kissanhiekan käsittelyä, tai käytä käsineitä ja pese kädet jälkeensä. Anna mieluiten jonkun toisen vaihtaa kissanhiekat.
- Matkustaessasi Pohjoismaiden ulkopuolelle vältä raakaa ja huonosti valmistettua lihaa, pesemättömiä vihanneksia ja salaatteja, kuorimattomia hedelmiä tai marjoja.
- Riski saada toksoplasmatartunta on suurin Keski- ja Etelä-Euroopassa, ja häviävän pieni USA:ssa ja tietyissä Aasian maissa kuten Japani ja Korea. kissanhiekan käsittelyssä.

Parasiitti tuhoutuu kuumennettaessa yli 65 °C tai pakastettaessa alle -12 °C. Keitetty liha, keitetyt vihannekset ja pakastetut elintarvikkeet ovat turvallisia. Graavattu, suolattu ja kylmäsavustettu liha voi sisältää toksoplasmaa. Mikroaaltouunissa valmistettu ruoka ei varmuudella poista toksoplasmaa.

Mikäli epäilet saaneesi toksoplasmatartunnan raskauden aikana, on hyvä ottaa yhteys neuvolan terveydenhoitajaan tai omaan lääkäriin. Lääkityksellä voidaan estää ja hoitaa sikiön / vastasyntyneen tartuntaa / toksoplasmoosia.

Lue lisää

[Toksoplasmoosi](#) (Terveyskirjasto)

[Naistalosta](#) (Terveyskylä)

Varsinais-Suomen sairaanhoitopiiri • www.vsshp.fi • Vaihde 02 313 0000

Tämä ohje on tarkoitettu hoitosuhteessa oleville potilaillemme.