

Raskaus, rohdostuotteet ja luontaistuotteet

Lääkärikirja Duodecim

25.5.2023

Naistentautien ja synnytysten erikoislääkäri Aila Tiitinen



- Mitä tiedetään lääkekasvien vaikutuksista raskauteen?
- Miten raskauden aikana kannattaa suhtautua kasvirohdoksiin?
- Kirjallisuutta

Keskeistä

- Rohdostuotteet ovat lääkevalmisteita, joiden vaikuttavat aineet ovat kasvipärsäisiä aineita ja jotka valmistetaan teollisesti.
- Kasviuutteita sisältäviä valmisteita voidaan myydä niin sanottuina ravintolisinä.
- Luontaistuotteilla tarkoitetaan lääkkeen tavoin annosteltavia pillereitä, puristeita ja nesteitä, joita käytetään ihmisen terveyden ylläpitämiseen.
- Rohdos- ja luontaistuotteiden käyttö ei yleensä ole välttämätöntä, joten yksinkertaisinta on välttää niitä raskauden aikana.
- Apteekissa myytävät raskauden- ja imetyksen aikaiseen käyttöön tarkoitetut vitamiini- ja kivennäisvalmisteet ovat turvallisia.

Kasvirohdosvalmisteet ovat lääkevalmisteita, joiden vaikuttavat aineet ovat kasvipärsäisiä aineita. Ne valmistetaan teollisesti, ja niitä myydään apteekissa. Niitä koskevat säädökset ovat Suomessa olleet voimassa lokakuusta 2005 lähtien. Valmisteet voivat sisältää kasviuutteita, kasveista puristettuja mehuja tai kuivattuja kasvinosia.

Edellä kuvattujen kasvirohdosvalmisteiden lisäksi kasviuutteita sisältäviä valmisteita voidaan myydä niin sanottuina ravintolisinä. Jos valmistaja myy kasviuutetta sisältävää valmistetta elintarvikelain alaisena ravintolisänä, sitä ei saa markkinoida sairauden hoitoon eikä vaivan lievittämiseen kuten kasvirohdosvalmisteita. Ravintolisät ovat elintarvikelainsäädännön alaisia elintarvikkeita; myyntiin ei tarvita lupia. Lisätietoja saa [Ruokaviraston sivuilta](#) ¹.

Luontaistuotteella tarkoitetaan lääkkeen tavoin annosteltavia pillereitä, puristeita ja nesteitä, joita käytetään ihmisen terveyden ylläpitämiseen. Näitä tuotteita myydään luontaistuote- ja terveyskaupoissa, mutta myös tavallisissa elintarvikeliikkeissä ja toisaalta apteekeissakin.

Mitä tiedetään lääkekasvien vaikutuksista raskauteen?

Kyselyiden perusteella tiedetään, että ravintolisien ja kasvirohdosvalmisteiden käyttö on yleistä raskauden aikana. Periaatteessa nämä valmisteet voivat sisältää sikiön kannalta haitallisia aineita. Monet lääkekasvien sisältämät aineet menevät istukan läpi ja sikiön verenkiertoon. Tutkimuksissa ei ole varmuudella osoitettu, että mikään tavanomaista lääkekasvia sisältävä luontaistuote olisi aiheuttanut sikiön epämuodostumia. Jotkin kasvirohdokset voivat aiheuttaa kohtulihaksen supistumista ja täten mahdollisesti lisätä keskenmenon riskiä tai ennenaikaisia supisteluja. On hyvä muistaa, että joillakin kasvirohdoksilla voi olla yhteisvaikutuksia lääkkeiden kanssa: ne voivat joko heikentää tai voimistaa käytössä olevan lääkkeen vaikutusta.

Kaiken kaikkiaan tutkimukset ovat tieteellisesti arvioituna sängen suppeita. Useimmiten valmisteista tai niiden sisältämistä aineista tai lääkekasveista ei ole riittävästi tutkimuksia, jotta niitä voitaisiin suositella turvallisina valmisteina käytettäväksi.

raskauden aikana. Luontaistuotteilla ei ole samanlaista haittojen seuranta järjestelmää kuin lääkkeillä, joten mahdolliset haitat eivät tule viranomaisten tai tutkijoiden tietoon.

Miten raskauden aikana kannattaa suhtautua kasvirohdoksiin?

Hyvä raskaudenaikaisen lääkehoidon periaate on, että käytetään vain lääkkeitä, jotka ovat välttämättömiä äidin terveydelle ja hyvinvoinnille. Luontaistuotteiden ja kasvirohdosvalmisteiden käyttö ei yleensä ole välttämätöntä, joten on yksinkertaisinta välttää niitä raskauden aikana. Poikkeuksena ovat tietyt vitamiini- ja kivennäisainevalmisteet, joiden lisäsaanti saattaa olla tarpeen raskauden aikana. Tästä esimerkkeinä ovat D-vitamiini, foolihappo ja rauta (ks. [Raskaus ja ruokavalio](#)). Apteekin raskauden- ja imetyksen aikaiseen käyttöön tarkoitetut vitamiinivalmisteet ovat turvallisia.

Tasapainoinen ja monipuolinen ruokavalio on tärkeä sekä äidin että syntyvän lapsen hyvinvoinnin kannalta. Neuvolassa kannattaa keskustella ruokavaliosta sekä mahdollisesta vitamiinien ja kivennäisaineiden käytöstä. Internetin ja postimyynnin kautta ostettavia valmisteita on syytä välttää. Valmisteiden sisältöä ei valvota järjestelmällisesti, eikä pakkauksen sisältö välttämättä vastaa tuotteen kuvausta. Valmisteet voivat sisältää epäpuhtauksia, esimerkiksi ympäristömyrkyjä, joskus jopa lääkaineita.

Artikkelin tunnus: dlk00967 (021.067)

© 2023 Kustannus Oy Duodecim