



Plussa tuo ilon ja pelon

– toiveen täyttyminen herättää ristiriitaisia tunteita

Lapsettomuusaika ja hedelmöityshoidot tarkoittavat usein pettymyksiä ja piinaavaa odotusta. Entä sitten, kun hoidot saavatkin toivotun lopputuloksen? Neljä naista kertoo, mitä tunteita kauan kaivattu raskaus toi tullessaan.

Teksti: Miia Mikkonen

Kuva: Pirjo Lääperi

”Pitää nauttia niistä onnen hetkistä, mitä saa”

Hämmennys, epäusko ja pelot jatkuivat pitkään. Kesti kauan, ennen kuin osasin iloita. Mieheni oli ehkä helpompi uskoa asia todeksi ja luottaa siihen, että odotus sujuu hyvin. Kuitenkin se, että ylipäättänsä olin tullut raskaaksi, antoi toivoa jatkuvien hoitojen tuomaan toivottomuuteen, ja se kantoi pelkojenkin keskellä.

Luulen, että suurin syy epätodelliseen oloon on se, että raskautta on odottanut niin kauan, että on oikeastaan lakannut jo odottamasta. Monen lapsettomuusvuoden aikana olin ehtinyt tottua siihen, ettei tilanne muutu. Hoidoissa käytiin ja periaatteessa toivottiin, mutta silti ihan oikeasti en tainnut uskoa, että voisin tulla raskaaksi.

Hirvittävän ristiriitaista ja yllättävää oli

”
Olin odottanut niin kauan, että olin jo lakannut odottamasta.

huomata sekin, että henkisesti olin jo vahvasti siirtynyt adoptioon. Jouduin tavallaan käymään läpi luopumisprosessin siitä pienestä afrikkalaisesta pojasta, jonka äidiksi olin ajatellut tulevani.

Oli samaan aikaan pelottavaa, nolottavaa ja yllättävää käydä läpi niin omituisia tunteita. Olisi pitänyt olla onnellisempi kuin koskaan, mutta en uskaltanut, kun koko ajan odotin, että tämä onni loppuu.

En tiedä, voiko raskauteen valmistautua, itse en osaisi tehdä mitään toisin. Varmaankin ne tunteet – epätodellisuus, hämmennys, pelot – on joka tapauksessa käytävä läpi, vaikka olisi valmistautunut kuinka hyvin.

Soile

”Identiteetiltäni olen yhä lapseton”

Ensireaktiot plussaan olivat epäusko ja toisaalta kuitenkin ilo. Hyvin pian mieleen nousi huoli raskauden jatkumisesta. Huolestuin myös influenssaepidemian vaikutuksista sikiölle, ja hain netistä muiden kokemuksia ja vahvistusta raskaudelle.

Kaikki ovat onnitelleet uutisesta, mutta en ole täysin osannut iloita asiasta. Alkuraskauden ultrassa selvisi, ettei ihan kaikki ole kunnossa. Lähinnä olen muistuttanut, että sikiö on vielä vaarassa ja että se voidaan ottaa milloin tahansa pois. Toivon, että ilo ja onni odotuksesta saavat jossain vaiheessa tilaa peloilta.

Pitkä lapsettomuuden ja useiden hoitojen jakso on jättänyt syvät jäljet. Olen kohdannut ymmärtämättömyyttä ja etäännyntä joistakin ihmissuhteista. En tiedä vielä,



Toivon, että ilo ja onni odotuksesta saavat jossain vaiheessa tilaa peloilta.

mistä löydän työkaluja niiden korjaamiseen tilanteen nyt muuttuessa. Identiteetiltäni olen vielä lapseton. Raskaus on niin alussa, että en koe kuuluvani lapsellisten lapsettomiin ryhmään, mutta en enää lapsettomiin ryhmään.

Suhtaudumme mieheni kanssa uutiseen samalla tavalla: matalalla profiililla. Menemme päivä kerrallaan. Luotan siihen, että asiat selviävät, kun ne tulevat kohdalle. Luulen, että pitkän lapsettomuuden jälkeen on vaikeaa suhtautua raskauteen ”normaalisti”. Toisaalta uskon, että kaikki lasta odottavat äidit ja parit jakavat paljon samoja huolia.

Vihdoinkin äidiksi?



Ilo ja epätoivo valtasivat mielen vuorovetoa.

”Minulla on salaa huono omatunto siitä, että tulin raskaaksi”

En todellakaan uskonut, että olisin raskaana – kotitestin sijaan menin suoraan klinikan laboratorioon testiin. Ensimmäiset kolme viikkoa positiivisen testin jälkeen taisivat olla ne pahimmat. Alkuun ilo ja epäusko valtasivat mielen vuorovetoa. Pelkäsin, että kohta joku tulee sanomaan, että sainkin toisen ihmisen tulokset. Vähitellen olen tottunut ajatukseen, että olen raskaana.

Nyt raskausviikkoja on täynnä vasta 11, mutta olen jo kertonut asiasta hyvin monelle. En ole koskaan ollut ihminen, joka osaa pitää asioita sisällään. Mutta

sen olen huomannut, että minulle riittää raskaudesta mainitseminen – sen syvällisemmin en halua puhua juuri kenenkään kanssa.

Me olemme olleet todella onnekkaita: odotamme lasta kolmen ja puolen vuoden yrittämisen jälkeen. Olen ehtinyt tutustumaan useisiin lapsettomiin tänä aikana. Minulla on joskus salaa huono omatunto siitä, että juuri minä tulin raskaaksi. Niin moni muu olisi ansainnut saman.

Onnikas

”Pitäisi koko ajan olla tavattoman onnellinen ja kiitollinen”

Alkuaika oli melkoista myllerrystä. Aloin viisi sekuntia raskaustestin tekemisen jälkeen murehtia tulevaa keskenmenoa. En ollut uskonut hoidon onnistumiseen, ja tunsin syyllisyyttä, kun en ollut elänyt kovin terveellisesti hoidon jälkeen.

Tuntui, että jäimme mieheni kanssa liian keskenään tämän valtavan mullistuksen kanssa. Tiesimme, etteivät lääkäri ja lapsettomuuskliniikka voi tehdä mitään avuksemme, mutta silti yllätyin, kuinka omillaan olimme tiiviin hoidon jälkeen. Ensimmäiseen ultraan ja neuvola-aikaan tuntui olevan ikuisuus! Ostimme heti ison kasan raskaustestejä ja testailimme päivittäin ultraan asti. Olin etukäteen luullut, että huudan raskauttani ihan kaikille, mutta kertominen olikin yllättävän vaikeaa. Pelkäsin kauheasti kertoa asiasta esimerkiksi minulle tärkeälle lapsettomien vertaistukiryhmälle.

Etukäteen olin päättänyt, että jos vain raskaudun, en ikinä enää valita mistään ja ole kateellinen muille. Yllättäen vertailu toisiin alkoikin heti. Raskasta on sekin, että pitäisi koko ajan olla tavattoman onnellinen ja kiitollinen. Ensin yritin olla urhea ja reipas koko ajan – ja tunsin syyllisyyttä, jos tuli negatiivisia fiiliksiä. Ex-lapsetonkin kärsii erilaisista kolotuksista ja käy läpi sellaisia tunteita kuin ”haluankohan sittenkään vauvaa, onko pakko synnyttää?”

Luulin, että lapsettomuudesta kärsinyt olisi heti jotenkin parempi ja valmiimpi äiti, mutta raskausaika on ollut erittäin



Tuntui, että jäimme mieheni kanssa liian keskenään tämän valtavan mullistuksen kanssa

tarpeellinen valmistautumisaika. Ei pelkkä positiivinen raskaustesti muuta elämää itsessään paremmaksi tai helpommaksi, eikä lapsettomuuden kokemus haihdu noin vain.

Kaikista surullisista tarinoista huolimatta raskauteenkin kannattaa hoitojen yhteydessä varautua, sillä näinkin voi onneksi käydä! Pitkän lapsettomuuden jälkeen se voi olla jonkinlainen kriisi. Aluksi pelot siitä, että jokin menee pieleen, ovat todella kovat ja stressi on melkoinen! Aiheesta ei ole kirjoitettu eikä neuvolastakaan oikein saa tukea. Onneksi vertaistuksessa on voimaa!

Epätäydellinen odottaja

Minäkuvan muutos aina kivuliasta

Raskauden toteaminen herättää aina ristiriitaisia tunteita. Näin tapahtuu riippumatta siitä, onko raskaus luomualkuinen tai hoidoilla aikaansaatu. Onnen ja ilon lisäksi erilaiset uhkakuvat voivat täyttää tulevien vanhempien mieliä.

Omaksuessaan vanhemman identiteettiä on luovuttava entisestä minäkuvasta, ja luopuminen on aina kivuliasta. Mieleen nousee erilaisia pelon ja epävarmuuden tunteita: osaanko, pärjääkö, haluan-ko ja mitä menetän? Jos raskautta ovat edeltäneet pitkät hoidot, keskenmenot ja pettymykset, sisältyy raskausaikaan usein enemmän huolta kuin ns. normaaliraskauteen.

On täysin ymmärrettävää, että kun menetykset ja pettymykset ovat olleet todellisuutta, pelot varjostavat varsinkin alkuraskautta. Ristiriitaiset tunteet vauvaa ja raskautta kohtaan voivat tuntua kielletyiltä, koska raskautta on yritetty niin hartaasti. Myös parisuhteen muuttaminen voi pelottaa: mitä jos vauva onkin puolisolalle minua tärkeämpi ja jääkö parisuhteelle tilaa? Vähitellen raskauden edetessä ja lapsen synnyttyä epävarmuus hellittää ja vanhempi voi sallia itsensä tuntea tyydytystä raskaudesta, lapsesta ja vanhemmuudesta!

Riikka Toivanen,
psykologi ja psykoterapeutti

sAKsitTuA

Osaamme tosin nähdä asian myönteisenkin puolen, sillä eduskunnassa tarvitaan nuoria ihmisiä, jotka puolustavat lasten asiaa. Jos olisi pieniä lapsia, ei tätä työtä voisi samalla tavalla tehdä. Ehkä meidän tehtävä on ajaa lasten asioista eduskunnassa ja tarjota koti mahdollisesti jollekin sellaiselle lapselle, joka ei voi elää biologisten vanhempiensa kanssa.

Kansanedustaja-pariskunta Satu Taiveaho (sd) ja Antti Kaikkonen (kesk) puhuvat avoimesti lapsettomuudestaan, Iltalehti 29.9.

Kärsin lapsettomuudesta suunnattomasti. Mietimme mieheni kanssa, että miksi juuri me emme voisi saada lasta, kun sitä niin sydämen pohjasta toivoimme.

Kahdeksannella IVF-hoidolla raskaaksi tullut Nora Juusela (29), Odotus ja vauvat 4/2007.

Endometriosisi pysäytti miettimään omaa lasta. Raskaus on kaikkea muuta kuin itsestäänselvyys. Ehdin jo kokea lapsettomuuden uhan.

Esikoistaan odottava laulaja Marika Krook, MeNaiset 18.10.