

Perhesuunnitteluopas
psoriaasia sairastaville
naisille



Inspired by **patients**.
Driven by **science**.

Sisällysluettelo

Suunnitelmissa vauva?

2

Aika ennen raskaaksi tuloa

3–6

Kun tulet raskaaksi

7–10

Synnytyksen jälkeinen aika

11–14

Usein kysytyjä kysymyksiä

15–16



Suunnitelmissa vauva?

Tässä oppaassa neuvomme sinua vaihe vaiheelta perhesuunnitteluun ja mitä sinun tulee odottaa elämältä vastasyntyneen vauvan kanssa, kun sairastat psoriaasia. Kerromme, mitä sinun tulee huomioida, kun suunnittelet raskautta, raskauden aikana sekä sen jälkeen.

Sen lisäksi, että perhesuunnittelusta on keskusteltava hyvissä ajoin terveydenhoitotimisi kanssa, tämä opas on tukenasi sinua matkan varrella askarruttavissa kysymyksissä. Muista kirjata ylös oireidesi muutokset tai kaikki mahdolliset huolenaiheesi, sillä muistiinpanot toimivat apunasi keskusteluissasi hoitotimisi kanssa.

Perhesuunnittelu voi olla kenelle tahansa stressaavaa aikaa, ja erityisen haastavaa se voi olla, kun sairastaa psoriaasia. Psoriaasin hyvä hoitotasapaino tänä aikana on erityisen tärkeää, sillä se tukee myös vauvasi terveyttä.^{1,2} Älä siis epäröi pyytää tukea hoitotimiltäsi tai läheisiltäsi - **älä jää oireidesi tai huoliesi kanssa yksin!**

Aika ennen raskaaksi tuloa



Mitä tulee huomioida, jos haluaa tulla raskaaksi, kun sairastaa psoriaasia?

Kun perhesuunnittelu tulee ajankohtaiseksi, parhaan lopputuloksen varmistamiseksi kaikkien osapuolten kannalta on tärkeää, että keskustele suunnittelustasi mahdollisimman varhain nykyisen terveydenhoitotiimisi (yleislääkärin, ihotautilääkärin ja erikoissairaanhoidajan) kanssa. Jos et ole vielä antanut heille toistensa yhteystietoja, tee se viimeistään nyt. Kun tulet raskaaksi, terveydenhoitotiimisi saattaa liittyä lisäksi muita terveydenhoidon ammattilaisia, esimerkiksi synnytyslääkäri tai gynekologi.³

Tämänhetkisen tutkimustiedon valossa psoriaasi ei vaikuta kykyyn tulla raskaaksi.⁴ Verrattuna kokonaisväestöön psoriaasia sairastavat naiset saavat kuitenkin keskimääräistä vähemmän lapsia, syistä, joita ei vielä täysin ymmärretä.⁵

Psoriaasi voi heijastua intiimiin kanssakäymiseen ja seksielämään, mikä voi vaikeuttaa raskaaksi tulemistä.⁶ Suosittelemme puhumaan seksuaalielämäsi haasteista ja huolenaiheista sekä kumppanisi että terveydenhoitotiimisi kanssa, niin avoimesti kuin mahdollista.



Henkinen jaksaminen perhesuunnittelun aikana

Psoriaasin kanssa elävillä ihmisillä esiintyy tavallista enemmän masennusta ja ahdistusta, joka voi juontaa juurensa sairauden aiheuttamasta fyysisestä epävarmuudesta, näkyvyydestä ja häpeästä.^{7,8} Perheen perustamiseen liittyvät lisähuolet saattavat pahentaa masennusta tai ahdistusta tai jopa laukaista ne.

3

Jos kamppaillet yli pari viikkoa kestävän alakuloisuuden tai ahdistuksen kanssa, on tärkeää hakea siihen ammattiapua, joko terveydenhoitotiimisi jäseneltä, yksityiseltä mielenterveyden ammattilaiselta tai mielenterveyden neuvontapuhelimesta.

Raskauden suunnittelu voi olla stressaavaa kenelle tahansa, ja huolenaiheidesi käsittely voi vähentää stressin laukaiseman psoriaasin pahenemisvaiheen riskiä. Voit kokeilla myös erilaisia itsehoitomenetelmiä, kuten rentoutustekniikoita, rauhoittavaa musiikkia tai tietoista läsnäoloa (mindfulness).

Muistathan nämä!



Psoriaasi ei vaikuta kykyyn tulla raskaaksi, mutta se voi heijastua intiimiin kanssakäymiseen ja seksielämään, mikä voi vaikeuttaa raskaaksi tulemistä.⁶ Puhu avoimesti näihin liittyvistä haasteista ja huolenaiheista kumppanisi sekä hoitavan tiimisi kanssa.



Raskauden suunnittelu voi olla stressaavaa kenelle tahansa, ja huolenaiheidesi käsittely voi vähentää stressin laukaiseman psoriaasin pahenemisvaiheen.



Jotkut lääkitykset täytyy lopettaa ennen hedelmöitymistä.¹⁵ Keskustele lääkityksesi muutoksista perhesuunnittelun aikana aina terveydenhoitotiimisi kanssa.

4

Aika ennen raskaaksi tuloa



Psoriaasin hoito raskauden suunnittelun aikana

Miten raskaus muuttaa psoriaasin ilmenemistä, vaihtelee hyvin paljon, ja siksi sen vaikutuksia on vaikea ennustaa. Tiedetään, että hormonaaliset muutokset vaikuttavat psoriaasiin. Joillain raskaana olevilla naisilla psoriaasi pahenee, toisilla pysyy ennallaan ja toisilla paranee.⁹

Jotta terveydenhoitotimisi saa selkeän kuvan mahdollisista muutoksista oireisiasi ja voi auttaa saamaan ne hallintaan, on ne hyvä kirjata ylös, jotta muistat ottaa ne varmasti puheeksi heidän kanssaan. Mitä paremmin sairaus on hallinnassa ennen raskautta ja sen aikana, sitä matalampi komplikaatioiden riski sinulla ja vauvallasi on.^{10,11,12}

Kuten muutenkin psoriaasin kanssa eläessä, terveellisten elämäntapojen noudattaminen on aina tärkeää, myös raskautta suunnitellessa. Kun valmistautuu raskauteen, tasapainoisen ruokavalion lisäksi kaikille naisille suositellaan foolihappolisää.¹³ Varmista terveydenhoitotimiltäsi, kuinka paljon sinun tulisi ottaa foolihappoa etenkin, jos olet käyttänyt metotreksaattia,¹⁴ ja varmista, että kaikki ravintolisät ovat yhteensopivia psoriaasihoitojen kanssa.

Älä lopeta psoriaasilääkitystäsi raskauden suunnitteluvaiheessa konsultoimatta terveydenhoitotimiäsi. Kaikki päätökset lääkityksestäsi tulisi tehdä yhdessä terveydenhoitotimisi kanssa, sillä he osaavat arvioida hoidon lopettamisen hyöty-haittasuhdetta sairautesi hallintaan peilaten.

Jotkut lääkitykset täytyy lopettaa ennen hedelmöitymistä, sillä ne lisäävät synnynnäisten sairauksien ja keskenmenon riskiä. Joissain tapauksissa ehkäisyä tulee jatkaa jopa usean kuukauden ajan lopettamisen jälkeen, jotta lääke ehtii poistua kehosta kokonaan.¹⁵



”

Miten raskaus muuttaa psoriaasin ilmenemistä, vaihtelee hyvin paljon, ja siksi sen vaikutuksia on vaikea ennustaa. Tiedetään kuitenkin, että hormonaaliset muutokset vaikuttavat psoriaasiin.⁹

”

Kun tulet raskaaksi



Mitä tulee huomioida raskauden aikana, kun sairastaa psoriaasia?

Onneksi olkoon, olet nyt odottava äiti! Jo tässä vaiheessa olet varmasti keskustellut terveydenhoitotimisi kanssa hoitosuunnitelmastasi raskauden aikana ja mitä muita asioita sinun tulee huomioida, nyt kun kannat uutta elämää sisälläsi. Terveydenhoitotimisi on luultavasti tässä vaiheessa kasvanut esimerkiksi synnytyslääkärillä, gynekologilla, terveydenhoitajalla tai kätilöllä.

Raskauden aikana mielessäsi pyörii varmasti paljon kysymyksiä, jotka kannattaa kaikki kirjata ylös sitä mukaan kuin niitä tulee mieleen. Se on apunasi terveydenhoitotimisi kanssa käytävissä keskusteluissa.

Olet saattanut olla huolissasi siitä, vaikuttaako psoriaasi vauvaasi tai synnytykseesi jotenkin. Psoriaasia sairastavien naisten vauvoilla ei ole todettu lisääntyneitä merkittävien synnynnäisten sairauksien riskiä.^{16,17} Komplikaatioiden, kuten raskausajan diabeteksen, raskausmyrkytyksen, ennenaikaisen synnytyksen, sektion ja alhaisen synnytyksen riski on kuitenkin hieman suurentunut etenkin, jos sairaus ei ole hyvin hallinnassa.^{10,18} Jos sairaus on hyvässä hoitotasapainossa, silloin yleensä myös psoriaasia sairastavilla naisilla raskaus ja synnytys etenevät täysin normaalisti.¹⁴

7



Psoriaasin hoito raskauden aikana

Terveellisten elämäntapojen noudattaminen (esim. tasapainoinen ruokavalio, alkoholin välttäminen, sopiva liikunta) voi auttaa vähentämään mahdollisia ongelmia raskauden aikana.^{3,19} Olet saattanut aloittaa foolihappo-ravintolisän jo ennen raskautta, mutta yleensä sitä suositellaan viimeistään odotusajalle.¹³ Terveydenhoitotimisi osaa opastaa, mitä ravintolisiä sinulle suositellaan ja varmistaa, että ne ovat yhteensopivia psoriaasihoitojesi kanssa.

Neuvottele lääkityksesi jatkamisesta raskauden aikana aina terveydenhoitotimisi kanssa. He osaavat neuvoa, onko lääkityksesi jatkaminen sopiva vaihtoehto tilanteessasi. Lääkkeiden käytöstä raskaana olevilla naisilla ei ole vielä riittävästi kokemusta, joten niitä tulee käyttää ainoastaan, jos se on selvästi tarpeen.²⁰

Joitakin lääkkeitä ei tule käyttää raskauden aikana, sillä ne saattavat lisätä synnynäisten sairauksien tai keskenmenon riskiä. Jos olet tullut raskaaksi tällaisen lääkehoidon aikana tai epäilet olevasi raskaana, keskustele asiasta terveydenhoitotimisi kanssa mahdollisimman pian.

Vaikka oireesi paranisivat raskauden aikana, älä lopeta lääkitystäsi omin neuvoin, vaan keskustele asianmukaisesta hoitosuunnitelmasta terveydenhoitotimisi kanssa.

Muistathan tämän!



Lääkityksesi jatkamisesta raskauden aikana on aina neuvoteltava terveydenhoitotimisi kanssa. Lääkkeiden käytöstä raskaana olevilla naisilla ei ole vielä riittävästi tietoa, joten niitä tulee käyttää ainoastaan, jos se on selvästi tarpeen.²⁰

8

Kun tulet raskaaksi



Henkinen jaksaminen raskauden aikana

Raskausaika voi olla monille tunteiden vuoristorataa ja henkinen tuki raskauden aikana on tärkeää, etenkin kun sairastaa psoriaasia. Älä epäröi kysyä apua läheisiltäsi, neuvolan henkilökunnalta ja terveydenhoitotiimiltäsi, ja yritä puhua heille tunteistasi avoimesti ja rehellisesti.³

Stressi saattaa altistaa psoriaasin pahenemisvaiheille. Kun käsittelee raskautta ja vanhemmaksi tulemiseen liittyviä huolenaiheita neuvolan henkilökunnan, terveydenhoitotiimisi tai muiden samassa tilanteessa olevien kanssa, se voi ennaltaehkäistä psoriaasin pahenemista ja auttaa hallitsemaan mielialaasi raskauden aikana.

Raskauden aikana on hyvä alkaa suunnittelemaan tulevaa, ja millaista lisäapua tulet tarvitsemaan vastasyntyneen vauvan kanssa. Vauvasta huolehtiminen voi olla hyvin vaativaa, etenkin, jos sinulla on psoriaasi. Tiedustele lähipiiriltäsi, miten he voisivat mahdollisesti auttaa ja selvitä millaista apua on saatavilla neuvolasta, sosiaalipalveluilta, fysioterapeuteilta tai toimintaterapeuteilta.

Olet varmasti keskustellut terveydenhoitotiimisi kanssa synnytys suunnitelmastasi. Vaikka sinulla olisi genitaalialueen psoriaasi, se ei edennäköisesti vaikuta synnytykseen.⁴



”

Hyvä hoitotasapaino on raskauden aikana erityisen tärkeää, sillä kun sairautesi on hyvässä hallinnassa, yleensä myös psoriaasia sairastavilla naisilla raskaus ja synnytys etenevät täysin normaalisti.^{1,4}

”

Synnytyksen jälkeinen aika



Mitä tulee huomioida synnytyksen jälkeen, kun sairastaa psoriaasia?

Vauvan saamisen jälkeen normaalin terveydenhoitotiimisi eli yleislääkärin, ihotautilääkärin ja erikoissairaanhoidajan lisäksi apunasi saattaa olla esimerkiksi terveydenhoitaja tai lastenlääkäri.³ On hyvä puhua kaikille terveydenhoitotimissäsä siitä, miten psoriaasi vaikuttaa sinuun. Kaikkien on myös oltava tietoisia siitä, että olet hiljattain synnyttänyt ja jos imetät. Suosittelemme antamaan koko terveydenhoitotimillesi toistensa yhteystiedot, jos et ole sitä vielä tehnyt.³

Noin 65 prosentilla psoriaasia sairastavista naisista ilmenee synnyttämisen jälkeen sairauden pahenemisvaiheita, joten näihin on hyvä olla valmistautunut.²¹ Oireesi saattavat vaikeuttaa imetystä ja vauvasta huolehtimista, joten niiden hallinnassa pitäminen on erittäin tärkeää.³ Joillakin psoriaasia sairastavilla imetys voi olla jopa kivuliasta, jos psoriaasia on nänneissä tai niiden lähellä (johtuen Koebnerin ilmiöstä).^{4,9}



Psoriaasin hoito imetyksen aikana

Psoriaasiin on olemassa tehokkaita hoitoja, joita voi käyttää myös imetyksen aikana.²⁰ Huomioithan, että psoriaasi ei voi siirtyä vauvallesi imetyksen kautta.²²

On olemassa lääkkeitä, joita ei voi käyttää imetyksen aikana, sillä ne kulkeutuvat rintamaitoon ja voivat vaikuttaa vauvaasi.¹⁵ Keskustele hoitovaihtoehtoistasi terveydenhoitotimisi kanssa ja noudata heidän ohjeitaan.

”

On olemassa lääkkeitä, joita ei voi käyttää imetyksen aikana, sillä ne kulkeutuvat rintamaitoon ja voivat vaikuttaa vauvaasi.¹⁵ Keskustele hoitovaihtoehtoistasi terveydenhoitotimisi kanssa ja noudata heidän ohjeitaan.

”

Muistathan nämä!



Noin kahdella kolmesta psoriaasia sairastavasta naisesta ilmenee synnyttämisen jälkeen psoriaasin pahenemisvaiheita.²¹ Laadi siis hyvissä ajoin hoitosuunnitelma ja huomioi, että kaikki lääkkeet eivät sovellu imetyksen ajalle.¹⁵



Vaikka aika vauvan saamisen jälkeen on parhaimmillaan erittäin onnellista, monilla hormonaaliset muutokset vaikuttavat mielialaan ja tunteet voivat heitellä hyvin paljon.³ Muista siis pitää erityistä huolta myös omasta jaksamisestasi vauvan syntymän jälkeen.



Pyydä apua läheisiltäsi, neuvolasta, sosiaalipalveluista, fysioterapeuteilta ja toimintaterapeuteilta. Vertaistukea voit saada myös muilta psoriaasia sairastavilta vanhemmilta esimerkiksi potilasjärjestöjen tai internetin keskustelufoorumien kautta.

Synnytyksen jälkeinen aika



Henkinen jaksaminen perheellisäyksen jälkeen

Vaikka vauvan saaminen on myös onnellista aikaa, vauvan syntymän jälkeen tunteesi saattavat olla yhtä vuoristorataa. Elämänmuutoksen myötä mietittävä on paljon, ja myös hormonaaliset muutokset vaikuttavat mielialaasi.³ Muista siis huolehtia myös omasta hyvinvoinnistasi vauvan saamisen jälkeen.

Yönesi saattavat jäädä lyhyiksi, ja väsymys haastaa tunteiden hallintaa entistään. Terveelliset elämäntavat, kuten sopiva määrä liikuntaa yhdistettynä monipuoliseen ruokavalioon voi ehkäistä psoriaasin pahenemisvaiheita.

Jos et ole vielä pyytänyt apua lähipiiriltäsi, kuten kumppaniltasi, perheeltäsi ja ystävältäsi, pyydä sitä nyt. Selvitä myös millaista apua on saatavilla neuvolasta, sosiaalipalveluilta, fysioterapeuteilta tai toimintaterapeuteilta. Vertaistukea voit hakea myös muilta tuoreilta vanhemmilta tai psoriaasia sairastavilta esimerkiksi keskustelufoorumeilta tai potilasjärjestöjen välityksellä.

Kun hoidat psoriaasiasi vauvan saamisen jälkeen, ole itsellesi armollinen ja tee, mikä toimii sinulle parhaiten, kehoasi kuunnellen. Noudata kuitenkin aina hoitotiimisi ohjeita. Päätösten tekeminen terveydenhoitotiimiltäsi saamasi avun ja neuvojen turvin auttaa sinua tuntemaan, että tulevaisuutesi on paremmin hallinnassa. Jos suunnitelmissasi on uusi raskaus, keskustele tästä hyvissä ajoin hoitotiimisi kanssa.



”

Jos et ole vielä pyytänyt apua lähipiiriltäsi, kuten kumppaniltasi, perheeltäsi ja ystävältäsi, pyydä sitä nyt. Selvitä myös millaista apua on saatavilla neuvolasta, sosiaalipalveluilta, fysioterapeuteilta tai toimintaterapeuteilta.

”

Usein kysytyjä kysymyksiä



Tuleeko minun lopettaa lääkitykseni, jos yritän tulla raskaaksi?

Älä lopeta psoriaasilääkitystäsi raskauden suunnitteluvaiheessa, ennen kuin olet keskustellut hoitosuunnitelmastasi terveydenhoitotimisi kanssa. Kaikki päätökset lääkitykseesi liittyen tulisi tehdä yhdessä terveydenhoitotimisi kanssa, sillä he osaavat arvioida hoidon lopettamisen hyöty-haittasuhdetta sairautesi hallintaan peilaten.

Jotkut lääkitykset täytyy lopettaa ennen hedelmöitymistä, sillä ne lisäävät synnynnäisten sairauksien ja keskenmenon riskiä. Joissain tapauksissa ehkäisyä tulee jatkaa jopa usean kuukauden ajan lopettamisen jälkeen, jotta lääke ehtii poistua kehosta kokonaan.¹⁵



Vaikuttaako psoriaasi kykyyn tulla raskaaksi?

Tämänhetkisen tutkimustiedon valossa psoriaasi ei vaikuta kykyyn tulla raskaaksi.⁴ Verrattuna kokonaisväestöön psoriaasia sairastavat naiset saavat kuitenkin keskimääräistä vähemmän lapsia, syistä, joita ei vielä täysin ymmärretä.⁵



Voiko psoriaasi siirtyä vauvalle?

On mahdollista, että psoriaasi periytyy, mutta välttämättä se ei periydy. Jos yhdellä vanhemmalla on psoriaasi, lapsen riski periä se on noin yksi neljästä, mutta jos molemmilla vanhemmilla on psoriaasi, riski on noin yksi kahdesta.²³



Vaikuttaa psoriaasi synnytykseen tai vauvaan?

Psoriaasia sairastavien naisten vauvoilla ei ole todettu lisääntyntä merkittävien synnynnäisten sairauksien riskiä.^{16,17} Komplikaatioiden, kuten raskausajan diabeteksen, raskausmyrkytyksen, ennenaikaisen synnytyksen, sektorin ja alhaisen synnytyspainon riski on kuitenkin hieman suurentunut etenkin, jos sairaus ei ole hyvin hallinnassa.^{10,18}



Muuttuvatko oireeni raskauden aikana tai sen jälkeen?

Miten raskaus muuttaa psoriaasin ilmenemistä, vaihtelee hyvin paljon, ja siksi sen vaikutuksia on vaikea ennustaa. Tiedetään, että hormonaaliset muutokset vaikuttavat psoriaasiin. Joillain raskaana olevilla naisilla psoriaasi pahenee, toisilla pysyy ennallaan ja toisilla paranee.⁹

Noin 65 prosentilla psoriaasia sairastavista naisista ilmenee synnyttämisen jälkeen sairauden pahenemismuutoksia, joten näihin on hyvä olla valmistautunut.²¹ Oireiden muutokset ovat kuitenkin hyvin yksilöllisiä ja on mahdollista, että psoriaasi ei pahene synnytyksen jälkeen.



Sairaus on tärkeää pitää hallinnassa ennen raskautta, raskauden aikana ja sen jälkeen.





Inspired by patients.
Driven by science.



UCB Pharma Oy Finland
Bertel Jungin aukio 5, 6 krs,
02600 Espoo
Puh. 09 2514 4221
ucb.finland@ucb.com

1. Chiou M, Huang Y, Kuo C, Yu K, Luo S, Fang Y. Pregnancy Outcomes in Patients with Psoriasis: A Nationwide Population-Based Study. *Arthritis Rheumatol.* 2017;69(suppl 10). **2.** NICE. Maternal and Child Nutrition Public Health Guideline (2008). <https://www.nice.org.uk/guidance/ph11/resources/maternal-and-child-nutrition-pdf-1996171502533>. Accessed 12/2020. **3.** UCB Data on File. Your family planning journey for women living with psoriasis. 2019. **4.** Psoriasis and Psoriatic Arthritis Alliance. Fertility, conception and pregnancy. <http://www.papaa.org/children/psoriasis-fertility-conception-and-pregnancy>. Accessed 12/2020. **5.** Gonzalez-Cantero A, Carretero G, Rivera R, et al. Women with moderate-severe psoriasis in Spain (Biobadaderm registry) show over a 50% reduction in age-adjusted fertility rate when compared with the general population. *Br J Dermatol.* 2019;181(5):1085-7. 2019. **6.** Gonzalez-Cantero A, Carretero G, Rivera R, et al. Women with moderate-severe psoriasis in Spain (Biobadaderm registry) show over a 50% reduction in age-adjusted fertility rate when compared with the general population. *Br J Dermatol.* 2019;181(5):1085-7. 2019. **7.** VeryWell Health. The Connection Between Psoriasis and Depression. <https://www.verywellhealth.com/psoriasis-and-depression-4775474>. Accessed 12/2020. **8.** Russo PA, Ilchef R, Cooper AJ. Psychiatric morbidity in psoriasis: a review. *The Australasian journal of dermatology.* 2004;45(3):155-159; quiz 160-151. **9.** Gottlieb AB, Ryan C, Murase JE. Clinical considerations for the management of psoriasis in women. *International Journal of Women's Dermatology.* 2019. **10.** Broms G, Haerskjold A, Granath F, Kieler H, Pedersen L, Berglind IA. Effect of Maternal Psoriasis on Pregnancy and Birth Outcomes: A Population-based Cohort Study from Denmark and Sweden. *Acta dermato-venereologica.* 2018;98(8):728-734. **11.** Yang YW, Chen CS, Chen YH, Lin HC. Psoriasis and pregnancy outcomes: a nationwide population-based study. *J Am Acad Dermatol.* 2011;64(1):71-77. **12.** Gulliver W, Morrissey A, Randell S, Gulliver S, MacDonald D, Wright C. An analysis of the incidence of adverse pregnancy outcomes among women with psoriasis in Newfoundland and Labrador. *Global Dermatology.* 2015;2(4):147-153. **13.** NICE. Maternal and Child Nutrition Public Health Guideline (2008). <https://www.nice.org.uk/guidance/ph11/resources/maternal-and-child-nutrition-pdf-1996171502533>. Accessed 12/2020. **14.** Mother To Baby. Methotrexate - Pregnancy Factsheet. Available at <https://mothertobaby.org/factsheets/methotrexate-pregnancy/>. Accessed 12/2020. **15.** EMA. Methotrexate Summary of Product Characteristics. Available from: <https://www.ema.europa.eu/en/medicines/human/EPAR/nordimet>. Accessed 12/2020. **16.** Healthline. Will my Psoriasis Affect Pregnancy? <https://www.healthline.com/health/psoriasis/psoriasis-and-pregnancy>. Accessed 12/2020. **17.** Broms G, Haerskjold A, Granath F, Kieler H, Pedersen L, Berglind IA. Effect of Maternal Psoriasis on Pregnancy and Birth Outcomes: A Population-based Cohort Study from Denmark and Sweden. *Acta dermato-venereologica.* 2018;98(8):728-734. **18.** Chiou M, Huang Y, Kuo C, Yu K, Luo S, Fang Y. Pregnancy Outcomes in Patients with Psoriasis: A Nationwide Population-Based Study. *Arthritis Rheumatol.* 2017;69(suppl 10). **19.** What To Expect. Psoriasis During Pregnancy. <https://www.whattoexpect.com/pregnancy/pregnancy-health/psoriasis-during-pregnancy/>. Accessed 12/2020. **20.** EMA. Certolizumab Pegol Package Leaflet. Available from: https://www.ema.europa.eu/en/documents/product-information/cimzia-epar-product-information_en.pdf. Accessed 12/2020. **21.** Murase JE, Chan KK, Garite TJ, Cooper DM, Weinstein GD. Hormonal effect on psoriasis in pregnancy and post partum. *Archives of dermatology.* 2005;141(5):601-606. **22.** La Leche League International. Psoriasis and Breastfeeding. <https://www.llli.org/psoriasis-and-breastfeeding-2/>. Accessed 12/2020. **23.** Swanbeck G, Inerot A, Martinsson T, et al. Genetic counselling in psoriasis: empirical data on psoriasis among first-degree relatives of 3095 psoriatic probands. *British Journal of Dermatology.* 1997;137(6):939-942.