



## KENGURUHOITOA VAUVALLESI

### Mitä kenguruhoito on?

Kenguruhoidossa vauva asetetaan iho ihoa vasten, joko äidin tai isän syliin. Kenguruhoidon edellytyksenä on, että vauvan vointi on vakiintunut niin, että kenguruhoidon toteuttaminen on hänelle

turvallista. Kenguruhoidolla on monia positiivisia vaikutuksia vastasyntyneeseen ja tämän vanhempiin. Kenguruhoidossa vauva oppii tunnistamaan vanhempiansa tuoksun ja tuntemaan kosketuksen ihollaan. Samalla vauva kuulee äidin tai isän sydämen äänet ja kohdusta tutut puheäänet.

### Kenguruhoidossa vauvasi:

- hengitystoiminta paranee
- ruumiinlämpö pysyy tasaisena
- rauhallisen unen määrä lisääntyy
- suun kautta tapahtuva ravitsemus onnistuu paremmin
- rintaruokinta mahdollistuu helpommin
- infektioiden määrä vähenee
- kivuliaisuus vähenee
- turvallisuuden tunne lisääntyy

### Kenguruhoidon ansiosta:

- vanhemman ja vauvan välinen varhainen vuorovaikutus ja kiintymyssuhde vahvistuvat
- huoli vauvan voinnista lievittyy ja stressi vähenee
- molemminpuolisesta läheisyydestä nauttiminen mahdollistuu
- vauvan viestien tunnistaminen ja niihin vastaaminen kehittyy
- vanhemman rooli vauvan ensisijaisena hoitajana vahvistuu
- rintaruokinnan ylläpitäminen helpottuu

### Kenguruhoidon toteuttaminen:

Kenguruhoito kannattaa toteuttaa silloin kun siihen on hyvin aikaa. Kenguruhoidon olisi hyvä kestää vähintään tunnin ajan. Mitä pidempään hoito kestää, sitä isommat ovat hyödyt. Vauva on helpointa asettaa joustavan tai napitettavan paidan sisälle. Kenguruhoidon aikana vauvalla on



#### POTILASOHJE

06-8264200

yllään vain vaippa, jotta ihokontakti mahdollistuisi. Vauva voidaan myös peitellä ja hänellä voi olla myssy päässä tai sukat jalassa sopivan lämpötilan ylläpitämiseksi.

Hoitaja ohjaa sinua vauvan nostamisessa ja on apunasi vauvan siirtymisessä kenguruun. Tarvittaessa hoitaja auttaa vauvan syliisi. Siirron tulisi tapahtua hellästi ja rauhallisesti. Vauva asetellaan asentoon, jossa hänen on helpointa hengittää eli pystyasentoon ja kädet ja jalat sammakkomaisesti sivuille. Pää asetellaan myös sivulle ja leuka hiukan ylöspäin. Vauva saattaa myös itse etsiä mukavaa asentoa. Myös vanhemman on tärkeää löytää mukava ja rento asento. Kenguruhoiton tavoitteena on läheisyys ja vauvan rauhallinen uni. Jos vauva on virkeä, hänelle voi esimerkiksi jutella. Kenguruhoiton aikana on tärkeää seurata vauvan vointia, tässä hoitaja on tukenasi. Tarvittaessa vauva on kytkettyä monitoreihin piuhoilla myös kenguruhoiton aikana. (Kenguruun! Opas keskoslapsen vanhemmille kenguruhoitosta)