



Keski-Pohjanmaan hyvinvointialue Soite

Vauva- ja perhe- myönteisyysohjelma



Kirsituulia Hyyppä

Johanna Rajalahti

Taru Tyhtilä

2024



Vauva- ja perhe- myönteisyysohjelma	1
Imetyksen edistämisen toimintasuunnitelma	3
Synnytyssairaalan Vauva- ja perhemyönteisyysohjelma.....	6
Neuvolan Vauva- ja perhemyönteisyysohjelma 7 askelta.....	12
Vastasyntyneiden teho- ja tarkkailuosaston vauvamyönteisyysohjelma.....	17
Liitteet.....	19
Lähteet.....	21



Imetyksen edistämisen toimintasuunnitelma

Keski-Pohjanmaan hyvinvointialue Soiten naistenklinikan, äitiys- ja lastenneuvoloiden sekä lastensairaalan henkilökunnat sitoutuvat suojelemaan, edistämään ja tukemaan imetystä sekä kehittämään imetysohjausta kansainvälisen Vauvamyönteisyysohjelman, Baby Friendly Hospital Initiative 10 askelta onnistuneeseen imetykseen, mukaisesti. Imetyksen edistäminen ja tukeminen ovat perusterveydenhuollon ja erikoissairaanhoidon yhteistyötä.

Toimintasuunnitelman tarkoitus ja tavoitteet

Imetyksen edistämisen toimintasuunnitelman tavoitteena on imetystä ja vanhemmuutta tukevan hoitoympäristön luominen. Tavoitteena on imetyksen edistämistyössä toimivien ammattihenkilöiden osaamisen vahvistaminen sekä yhdenmukaiset käytännöt perusterveydenhuollossa ja erikoissairaanhoidossa.

Toimintasuunnitelman tavoitteena on tukea lapsen terveen kasvun ja kehityksen edellytyksiä varhaisravitsemuksen osalta sekä parantaa äitien ja perheiden valmiuksia ja mahdollisuuksia imettää lastaan toivomustensa mukaisesti. Tavoitteena on pidentää täysimetyksen ja imetyksen kestoa Suomessa sekä kaventaa imetyksessä esiintyviä sosioekonomisia eroja. Tavoitteena on lisätä väestön tietoa imetyksen terveyshyödyistä imettävälle äidille ja lapselle sekä edistää myönteistä suhtautumista imetykseen. Tavoitteena on vahvistaa perheiden terveyttä ja hyvinvointia edistämällä imetystä. Hyvällä ja tasalaatuisella imetysohjauksella edistetään perheiden tasa-arvon toteutumista. Imetys on ekologinen ja taloudellinen tapa antaa ravintoa lapselle ja se on osa kestävästä kehityksestä.

Toimintasuunnitelman avulla varmistetaan, että kaikki lasta odottavat ja synnyttäneet perheet saavat asianmukaista tietoa imetyksestä sekä sen onnistumiseen vaikuttavista tekijöistä. Toimintasuunnitelman avulla varmistetaan riittävä ja tarkoituksenmukainen ohjaus imetyksen käynnistymisestä sen loppumiseen saakka.

Toimintasuunnitelman myötä perheet saavat yhtenäistä ja näyttöön perustuvaa ohjausta imetykseen ja vastasyntyneen hoitoon. Toimintasuunnitelman hoitokäytännöt ovat tutkimusnäyttöön perustuvia.

Imetysohjauksen yhteinen alueellinen toimintasuunnitelma mahdollistaa jatkuvan arvioinnin imetysohjauksen toteutumisessa koko palveluketjussa sekä edistää näyttöön perustuvien

toimintamallien käyttöönottoa. Toimintasuunnitelmaa voidaan hyödyntää uusien työntekijöiden perehdytyksessä ja opiskelijoiden ohjauksessa.

Kansalliset imetyssuosituks

Äidinmaito riittää lapsen ainoaksi ravinnoksi ensimmäisten kuuden kuukauden ajan useimmille normaalipainoisina syntyneille lapsille D-vitamiinia lukuun ottamatta. Täysimetystä suositellaan Suomessa 4-6 kuukauden ikään saakka. Kiinteät ruoat suositellaan aloitettavaksi maisteluannoksilla, lusi-kankärgellisestä muutamaan teelusikalliseen 4-6 kuukauden iässä. Maisteluannoksina annetut kiinteät ruoat eivät syrjäytä imetyskertoja, vaan rintamaito on edelleen lapsen pääasiallinen ravinto.

Alle puolivuotiaille maisteluannokset annetaan imetyksen jälkeen ja lapsentahtista imetystä jatketaan samoin kuin tätä ennen. Lapselle 4-6-kuukauden iässä tarjottavat maisteluannokset ovat niin pieniä, että niillä ei vielä ole ravitsemuksellista merkitystä. Sekä rintamaito että 4-6 kuukauden iässä alkava monipuolinen kiinteiden ruokien aloitus tukevat lapsen suoliston kypsymistä ja sietokyvyn kehittymistä, ehkäisevät allergioita ja atooppisia sairauksia.

Kaikille lapsille tarjotaan kiinteitä ruokia rintamaidon lisäksi viimeistään kuuden kuukauden iässä kasvun ja kehityksen turvaamiseksi, tällöin ne ovat ravitsemuksellisesti tarpeen. Kiinteiden ruokien aloittamisen ohella imetystä suositellaan jatkettavaksi ainakin vuoden ikään ja perheen niin halutessa myös tätä pidempään.

Imetyksen terveystvaikutukset

Äidinmaito on lapsen luonnollinen, turvallinen ja lajispesifinen ravinto. Äidinmaito on helposti sulavaa ja monet sen ravintoaineista, kuten proteiinit, rauta ja mineraalit imeytyvät rintamaidosta täydellisesti kuin korvikkeista. Yksinomainen imetys takaa yleensä terveen lapsen normaalin kasvun sekä kehityksen kuuden kuukauden ajan, jonka jälkeen imetys on merkittävä ravitsemuksen osa vähintään vuoden ajan. Äidin imetyksen takia tarvitseman lisäravinnon rahalliset kulut ovat minimaaliset verrattuna äidinmaidonkorvikkeiden kustannuksiin. Maailman terveysjärjestö WHO:n imetyssuosituks perustuvat sekä edellä mainittuihin etuihin että imetyksen terveystvaikutuksiin lapselle ja äidille.



Imetys vähentää lapsen infektioiden, atooppisen ihottuman, parentavirheiden, tyyppin I ja II diabeteksen sekä myöhemmin lihavuuden riskiä. Imetys edistää hyvin pienillä keskosilla neurologista kehitystä ja vähentää kätkytkuoleman sekä silmien verkkosairauden riskiä.

Imetys auttaa äitiä palautumaan raskaudesta ja synnytyksestä sekä tukee äidin ja lapsen välisen vuorovaikutuksen kehittymistä. Imetys vähentää muun muassa äidin rinta- ja munasarjasyövän, tyyppin II diabeteksen sekä sydän- ja verisuonisairauksien riskiä. Lisäksi imetys tukee äidin painonhallintaa.

Imetyksen edistämisen lähtökohtana on tutkimustieto terveysvaikutuksista lapselle ja äidille.

Imetysohjauksen periaatteet

Imetysohjausta annetaan kaikissa perheitä ja vastasyntyneitä hoitavissa yksiköissä. Imetysohjaus perustuu olemassa oleviin suosituksiin ja niitä täydentävään tietoon. Imetysohjauksen näyttöön perustuva yhtenäinen toimintamalli sisältää sairaalan 10 ja neuvolan 7 askelta onnistuneeseen imetykseen. Suomessa, muissa Pohjoismaissa ja Kanadassa on kehitetty myös vastasyntyneiden teho-osastolle mukailtu vauvamyönteisyysohjelma; Neo-BFHI, Neo-Baby Friendly Hospital Initiative. Vauvamyönteisyysohjelman 10 askeleen lisäksi Neo-BFHI sisältää kolme pääperiaatetta ennenaikaisena, pienipainoisena syntyneen ja sairaan vastasyntyneen hoitoon.

Imetysohjausta toteutettaessa tulee huomioida, että lapsen riittävän ravitsemuksen turvaaminen on ensisijaisen tärkeää. Imetysohjauksen tulee aina perustua perheen tarpeisiin ja toiveisiin. Imetyksestä puhutaan positiivisesti ja vanhempia vahvistavasti. Vanhempien mielipiteitä ja päätöksiä lapsen hoidosta ja imetyksestä kunnioitetaan.

Imetysohjauksen yhtenäistä toimintasuunnitelmaa toteutetaan Keski-Pohjanmaan hyvinvointialue Soiten vastuualueella imetyksen suojelemiseksi, edistämiseksi ja tukemiseksi vauvamyönteisyyden kriteerien mukaisesti.

Vauvamyönteisyyden kriteerit

Vauvamyönteisessä synnytyssairaalassa toteutuvat Maailman terveysjärjestön (WHO) ja Unicefin asettamat kansainväliset kriteerit. Suomessa, kuten muissakin maissa vauvamyönteisyysertifikaatti ja sen saaminen edellyttävät, että nämä kriteerit toteutuvat. Kriteerit pohjautuvat Vauvamyönteisyysohjelmaan.

Vauvamyönteisyyden kriteerit ovat samat kuin WHO:n ja Unicefin Vauvamyönteisyysohjelmassa kietytetyt 10 askelta onnistuneeseen imetykseen Ten Step to Successful Breastfeeding. Kun askeleet toteutuvat, perheet saavat mahdollisimman hyvää ohjausta ja tukea imetyksen onnistumiseksi. Kriteerien pohjalta näyttöön perustuvia imetysohjauskäytäntöjä voidaan kehittää, tilastoida ja arvioida.

Synnytyssairaalan Vauva- ja perhemyönteisyysohjelma

10 Askelta onnistuneeseen imetykseen synnytyssairaalassa:

10 askelta onnistuneeseen imetykseen

1. Naistentautien ja synnytysten tulosyksikköön on laadittu imetyksen edistämisen toimintaohjelma, joka tarkastetaan ja päivitetään säännöllisesti. Henkilökunta on sitoutunut ohjelmaan.



3. Lasta odottavat saavat tietoa imetyksen eduista ja sen onnistumisesta.



2. Henkilökunnalle järjestetään toimintaohjelman toteuttamisen mahdollistava peruskoulutus sekä säännöllistä täydennyskoulutusta.



4. Vastasyntynyt nostetaan äidille ihokontaktiin välittömästi lapsen synnyttyä. Äitiä autetaan ensi-imetyksessä.

5. Kaikki äidit saavat imetysohjausta. Äitiä ohjataan käynnistämään ja ylläpitämään maidoneritys lypsäen, jos hän joutuu olemaan erossa lapsestaan.



6. Terve, täysiaikainen ja normaalipainoinen lapsi ei tarvitse lisämaitoa eikä muuta lisänestettä. Lisäruokaa annetaan lääketieteellisistä syistä.



7. Äitejä ja perheitä kannustetaan pitämään vauva ympärivuorokautisessa vierihoidossa.



8. Äitejä ja perheitä ohjataan imettämään vauvan viestien mukaan.



9. Tuttia tai tuttipulloa ei suositella käytettäväksi ennen kuin imetys sujuu ja vauvan paino on nousussa.



10. Äitejä ja perheitä ohjataan ottamaan yhteyttä neuvolaan ennen sairaalasta kotiutumista. Perheille annetaan tietoa imetyksen vertaistuesta.



1. Naistenklinikkaan on laadittu imetyksen edistämisen toimintaohjelma, joka tarkastetaan ja päivitetään säännöllisesti. Henkilökunta on sitoutunut ohjelmaan

Synnytyssairaalalla on kirjallinen imetykseen ja vastasyntyneen ravitsemukseen liittyvä toimintasuunnitelma eli vauva- ja perhemyönteisyysohjelma, joka suojelee imetystä noudattamalla 10 askelta onnistuneeseen imetykseen ja kansainvälistä äidinmaidonkorvikkeiden markkinointikoodia (liite 1). Toimintasuunnitelmasta viestitetään säännöllisesti koko henkilökunnalle ja perheille. Toimintasuunnitelma on kaikkien raskaana olevien ja vastasyntyneiden kanssa työskentelevien vapaasti nähtävissä.



Palvelulupaus perheille: Sairaalan henkilökunta on sitoutunut suojelemaan imetystä ja edistämään vauvamyönteisyysohjelman mukaisia hoitokäytänteitä.

2. Henkilökunnalle järjestetään toimintasuunnitelman toteuttamisen mahdollistava peruskoulutus sekä säännöllistä täydennyskoulutusta

Terveystieteiden henkilöstöllä, joka ohjaa ja huolehtii lasten ravitsemuksesta, tulee olla riittävät tiedot, pätevyys ja taidot imetyksestä perheiden tukemiseksi. Perheitä hoitavilla työntekijöillä on WHO:n 20 tunnin imetysohjaajakoulutus. Koulutuksesta on laadittu kirjallinen suunnitelma. Koulutus kattaa kaikki 10 askelta ja äidinmaidonkorvikkeiden markkinointikoodin. Henkilökunta saa koulutusta myös ei-imettävien äitien ohjaukseen ja äidinmaidonkorvikkeiden oikeaan käyttöön. Täydennyskoulutusta järjestetään vuosittain. Uusi työntekijä perehdytetään toimintasuunnitelman sisältöön ensimmäisten työviikkojen aikana.



Palvelulupaus perheille: Henkilökunnalla on säännölliset koulutukset ja ajantasainen tieto imetyksen tukemisesta ja imetystä edistävästä hoitokäytännestä.

3. Lasta odottavat saavat tietoa imetyksen eduista ja sen onnistumisesta

Keski-Pohjanmaan hyvinvointialue Soitella on kirjallinen ohjeistus raskaana olevien imetysohjaukseen neuvoloissa ja synnytyssairaalassa.

Tavoitteena on tehdä kaikille lasta odottaville perheille imetysohjaussuunnitelma, joka kirjataan potilasasiakirjoihin. Imetysohjaus aloitetaan raskauden alussa äitiysneuvolassa ja se jatkuu

vastaanottokäynneillä koko raskauden ajan, synnytyssairaalassa ja lastenneuvolassa koko lapsen imetyssajan. Ohjauksessa otetaan huomioon perheen toiveet ja aikaisemmat kokemukset.

Imetysohjauksen apuna toimii imetysohjauskortti (liite 2), jonka perheet saavat ensimmäisellä neuvolakäynnillä. Imetysohjauskortti toimii imetyssuunnitelman kirjallisena tukena ja tiedonkulun varmistajana palveluketjussa sekä vanhemmille oppimisen tukena. Kortti on jaettu kolmeen osa-alueeseen: raskaana olevan, synnyttäneen sekä kotiutuvan ja kotiutuneen perheen imetysohjaukseen.

Erityisesti huomioidaan imetyksen kannalta riskiryhmiin kuuluvat lasta odottavat. Imetyksen riskiryhmiin kuuluvat ensisynnyttäjät, ylipainoiset odottajat, diabeetikot, raskausdiabeetikot, äidit, joilla on jokin perussairaus, tupakoivat ja päihteitä käyttävät odottajat, nuoret, yksin odottavat sekä maahanmuuttajaäidit. Riskiryhmään kuuluvat myös ne odottavat äidit, joilla on uhkaava ennenaikainen synnytys, jotka odottavat kahta tai useampaa lasta samaan aikaan sekä sairaan vastasyntyneen saavat äidit. Erityistä tukea tarvitsevat myös äidit, joilla edellisen lapsen imetyks on ollut haasteellista, imetyks on loppunut pian synnytyksen jälkeen tai äidit eivät ole imettäneet ollenkaan.



Palvelulupaus perheille: Teillä on mahdollisuus keskustella neuvolassa ja sairaalassa imetykseen liittyvistä aiheista ja toiveista raskauden aikana. Apuna toimii imetysohjauskortti, jossa on eri teemoja imetykseen liittyen.

Imetysohjauksen kriteerit

Perheille annettu ohjaus ja jaettava materiaali perustuvat vauvamyönteisyysohjelman mukaisiin hoitokäytäntöihin. Niissä kerrotaan imetyssuosituksista, varhaisesta ihokontaktista, imetyksen käynnistymisestä ja ylläpitämisestä, vierihoidosta, lapsentahtisuudesta, riittävän maidonsaannin merkeistä sekä tutin ja tuttipullojen käytöstä ja niihin liittyvistä riskeistä.

Äitiyspoliklinikkaseurannassa olevista odottajista, joilla rutiiniultraäänitutkimusten lisäksi on enemmän kuin kaksi käyntiä, kartoitetaan imetyksen kannalta keskeiset taustatiedot ja annetaan imetysohjausta. Tiedot kirjataan potilasasiakirjoihin.

Raskauden aikana osastohoidossa oleville odottajille tehdään imetyssuunnitelma. Se kattaa imetyksen kannalta keskeiset taustatiedot, äidille annetun ohjauksen sekä äidin toiveet imetyksen suhteen. Suunnitelma kirjataan potilasasiakirjoihin.

4. Äitejä autetaan varhaisimetykseen 30-60 minuutin kuluttua lapsen imemisvalmiuden mukaan

Synnytysosastolla alateitse tai sektiolla synnyttäneillä äideillä on tavoitteena saada vauva ihokontaktiin heti tai mahdollisimman pian syntymän jälkeen äidin ja vauvan voinnin sen salliessa. Ihokontakti jatkuu vähintään tunnin ajan, ellei äidin tai vauvan vointi sitä estä. On suositeltavaa, että ihokontakti jatkuu pidempään kuin tunnin, koska imetyksen käynnistyminen voi joskus kestää kauemmin.

Äitejä ohjataan seuraamaan vauvan imemisvalmiutta ja heille tarjotaan apua tarvittaessa. Äitejä kannustetaan aloittamaan imetys mahdollisimman pian synnytyksen jälkeen ja huolehditaan, että ensi-imetys onnistuu synnytyssalissa, vierihoito-osastolla tai vastasyntyneiden tehovalvonnassa.

Äitejä ohjataan lypsämään rintoja mahdollisimman pian synnytyksen jälkeen maidonerityksen turvaamiseksi, jos he joutuvat olemaan erossa vauvastaan.



Palvelulupaus perheille: Saat vauvan ihollesi heti syntymän jälkeen, jos sinun ja vauvasi vointi sen sallii. Autamme mahdollistamaan vauvantahtisen ensi-imetyksen, kun se on mahdollista.

5. Kaikki perheet saavat ohjausta imetyksessä ja maidonerityksen ylläpitämisessä.

Tämä koskee myös äitejä, jotka joutuvat olemaan erossa vauvastaan

Perheet saavat imetysohjausta vierihoito-osastolla. Imetysohjauksella perheitä tuetaan heidän omien imetystoiveidensa täyttymisessä. Ohjauksessa korostuvat vauvamyönteiset toimintatavat, erityisesti täysimetykseen tukeminen. Ensipäivien ihokontakti, hyvä ohjaus ja tiheät imetykset auttavat imetyksen hyvää käynnistymistä. Vierihoito-osastolla äitejä ohjataan imettämään vauvantahtisesti, tunnistaamaan hyvä ja tehokas imuote sekä vauvan nälkäviestit. Äitejä ohjataan kokeilemaan eri imetysasentoja, kuinka autetaan vauva rinnalle hyvässä asennossa ja käsinlypsy.

Äidit, jotka eivät ole aiemmin imettäneet tai joilla on ollut ongelmia imetyksen suhteen, tarvitsevat erityistukea raskausaikana ja synnytyksen jälkeen.

Kaikki äidit eivät voi imettää. Syynä voi olla äidin tai vastasyntyneen sairaus tai imetyksen estävä lääkitys. On myös äitejä, jotka eivät halua imettää. Jos äiti ei halua imettää, varmistetaan, että äiti on

tehnyt tietoisien päätöksen. Ei-imettävät äidit tarvitsevat ohjausta vauvan ruokinnasta ja vauvantahtisesta pulloruokinnasta sekä miten vuorovaikutusta edistetään ruokailuhetkien aikana.



Palvelulupaus perheille: Saat tietoa ja ohjausta, kuinka otat vauvan rinnalle ja millainen on hyvä imuote. Sinulle ohjataan miten maidontuloa voi jouduttaa tiheillä imetyksillä ja tarvittaessa lypsämällä rintoja. Tarvittaessa saatte tietoa vauvantahtisesta pulloruokinnasta ja äidinmaidon korvikkeiden käytöstä.

6. Vastasyntyneelle annetaan ainoastaan rintamaitoa, elleivät lääketieteelliset syyt muuta edellytä

Sairaalan vauvamyönteisyysohjelma imetykseen ja vastasyntyneen ruokintaan liittyen on linjassa WHO:n ja Unicefin Vauvamyönteisyysohjelman (BHFI) sekä tämänhetkisten näyttöön perustuvien ohjeiden kanssa.

Vierihoidon osastolla pyritään siihen, että vastasyntyneet saavat ainoastaan rintamaitoa. Jos he saavat jotain muuta ravintoa, on siihen olemassa lääketieteellinen syy.

Äidinmaidonkorvikkeiden kansainvälinen markkinointikoodi

Perheille annetussa ohjauksessa ja heille jaettavassa materiaalissa tulee ilmetä imetyksen edut, miten valmistautua imetykseen ja ylläpitää imetystä. Perheille kerrotaan osittaisen imetyksen riskit ja vaikeudet palata osittaisesta imetyksestä täysimetykseen. Korvikkeen käyttöön ja pulloruokintaan annetaan ohjausta sitä tarvitseville.

Sairaalassa ei ole esillä korvikevalmistajien mainoksia tai esitteitä. Perheille ei jaeta korvikevalmisteita näytteinä.

Suomessa toimintaa ohjaa kansallinen lainsäädäntö. Äidinmaidonkorvikkeiden kansainvälisen markkinointikoodin toteutumista valvoo Ruokavirasto. Imeväisten ja pikkulasten ruokinnassa käytettäviin elintarvikkeisiin, kuten äidinmaidonkorvikkeisiin, sovelletaan elintarvikelainsäädännön vaatimuksia ja niiden kaupallinen tiedotusaineisto tulee olla ennakkotarkastettua.

Äidinmaidonkorvikkeiden kansainvälisen markkinointikoodin tavoite on myötävaikuttaa lasten turvalliseen ja riittävään ravitsemukseen turvaamalla ja edistämällä rintaruokintaa. Jos

äidinmaidonkorvikkeita tarvitaan, varmistetaan korvikkeiden oikea käyttö antamalla riittävästi tietoa ja ohjausta korvikkeiden käytöstä.



Palvelulupaus perheille: Vauvallesi annetaan ensisijaisesti äidin omaa maitoa tai luovutettua rintamaitoa. Henkilökunta on sitoutunut kansainvälisen markkinointikoodin mukaisiin tavoitteisiin.

7. Äidit ja vauvat saavat olla ympärivuorokautisessa vierihoidossa

Äidit ja vauvat saavat olla yhdessä koko ajan, ellei vauvan tai äidin vointi sitä estä. Ympärivuorokautinen vierihoito auttaa vanhempia tunnistamaan vauvan nälkäviestejä ja vastaamaan niihin. Vierihoito vahvistaa vanhempien itseluottamusta vauvanhoidossa.

Ihokontaktilla ja ympärivuorokautisella vierihoidolla on monia hyötyjä:

- Edistää vauvan sopeutumista kohdun ulkopuoliseen elämään ja vähentää stressiä
- Auttaa vauvaa hakeutumaan rinnalle ja imemään, mikä edistää maidontuotantoa
- Vähentää vauvan ja äidin kiputuntemuksia
- Auttaa vauvan verensokeria pysymään tasaisena ja lämpöä pysymään hyvänä
- Edistää vauvan oman bakteerikannan muodostumista
- Vahvistaa kiintymyssuhdetta ja vähentää vauvan itkua
- Edesauttaa täysimetystä ja imetyksen kestoa

8. Äitejä kannustetaan lapsentahtiseen eli lapsen viestien mukaiseen imetykseen

Äitejä kannustetaan ja rohkaistaan lapsentahtiseen imetykseen. Heitä tuetaan tunnistamaan vauvan varhaiset nälkäviestit. Vauvantahtisessa imetyksessä rintaa tarjotaan aina, kun vauva osoittaa halukkuuttaan imemiseen. Tuolloin vauva alkaa liikehtiä ja maiskuttaa suullaan tai vie nyrkkiä suuhun. Rintaa kannattaa tarjota ennen kuin vauva alkaa itkemään ja hermostuu. Yleensä vastasyntynyt syö 1-3 tunnin välein ympäri vuorokauden.



Palvelulupaus perheille: Sinua kannustetaan pitämään vauvaa lähelläsi ja havainnoimaan vauvasi nälkäviestejä. Kun vauva on lähelläsi opit tunnistamaan vauvan tarpeita helpommin.

9. Imetetyille lapsille ei anneta huvitutteja ja heitä ei syötetä tuttipullosta

Tutittomuus on osa vauvamyönteisyyttä. Perheitä kannustetaan välttämään tutin käyttöä sairaalassa, koska tutittomuus on yhteydessä täysimetyksen ja imetyksen pidempään keston. Vierihoidossa perheille annetaan tarvittaessa tietoa tuttipullon ja huvitutin vaikutuksista imetykseen.



Palvelulupaus perheille: Vältämme tuttipullon käyttöä lisämaidon antamisessa. Vierihoidon osastolla ei käytetä huvituttia, kun maidonmuodostus on vasta käynnistymässä.

10. Imetyksen tukeminen kotiutumisen jälkeen

Äideille annetaan sairaalassa tietoa siitä, mistä he voivat saada apua vauvansa ruokintaan kotiutumisen jälkeen.

Neuvolan terveydenhoitaja tekee kotikäynnin vastasyntyneen perheen luo viikon kuluessa kotiutumisesta. Keski-Pohjanmaan hyvinvointialueella työskentelee myös imetysohjaaja, jolle voidaan varata imetysohjaus- tai kotikäynti nopeammalla aikataululla. Synnytys sairaalan kättilöpoliklinikalla toimii imetyspoliklinikka, jonne tullaan lähetteellä.

Hyödyllistä tietoa saat myös Imetys.fi ja Naistalo.fi ja Omaperhe-sivustolta.



Palvelulupaus perheille: Teille kerrotaan, mistä saatte tukea ja apua imetykseen jatkossa.

Neuvolan Vauva- ja perhemyönteisysohjelma 7 askelta

1. Neuvolan kirjallinen WHO:n mukainen vauvamyönteisysohjelma
2. Henkilökunnan koulutus ja asiantuntemuksen ylläpitäminen
3. Lasta odottavien perheiden imetysohjaus
4. Imetyksen tukeminen ja maidonerityksen ylläpito
5. Täysimetyksen tukeminen 4-6 kk ikään ja osittaisen imetyksen jatkaminen yhteen vuoteen tai pidempään perheen niin halutessa. Kiinteiden ruokien aloittaminen maisteluannoksina 4-6 kk iässä yksilöllisen valmiuden mukaan
6. Imetysmyönteisen ilmapiirin luominen
7. Imetystuen varmistaminen ja hoidon jatkuvuus

1. Neuvolan kirjallinen vauvamyönteisyysohjelma

Kaikilla äitiys- ja lastenneuvoloilla on kirjallinen vauvamyönteisyysohjelma, joka perustuu Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) kansallisen imetyksen edistämisen toimintaohjelman suosituksiin ja WHO:n äidinmaitokorvikkeiden kansainväliseen markkinointikoodiin. Ohjelma sisältää imetysohjauksen periaatteet perheiden saamaan ohjaukseen ja hoitoon. Ohjelma on perheiden nähtävillä.

Neuvoloiden vauvamyönteisyysohjelmassa kuvataan vauvamyönteisyyden 7 askelta. Perhekeskuksen johto on vastuussa siitä, että kaikki, jotka ohjaavat raskaana olevia ja heidän perheitään sekä pikkulapsiperheitä ovat tietoisia neuvolan vauvamyönteisyysohjelmasta. Johto huolehtii, että ohjelmaa noudatetaan ja että se päivitetään säännöllisesti.



Palvelulupaus perheille: Neuvolan henkilökunta on sitoutunut suojelemaan imetystä ja edistämään vauvamyönteisiä hoitokäytänteitä.

2. Henkilökunnan koulutus ja asiantuntemuksen ylläpitäminen

Perheet saavat ajantasaista ohjausta ja tietoa imetyksestä. Perheitä hoitavilla työntekijöillä on WHO:n 20 tunnin imetysohjaajakoulutus, josta käytännön harjoittelua on neljä tuntia. Käytännön harjoittelu voi tapahtua myös sairaalassa. Perhekeskuksen henkilökunta on tietoinen neuvolan vauvamyönteisyysohjelmasta ja sen sisällöstä.

Henkilökunnalle järjestetään säännöllisesti täydennyskoulutusta. Imetystä koskevia henkilöstökoulutuksia varten on laadittu kirjallinen suunnitelma ja koulutukseen osallistumisia seurataan kirjallisesti. Koulutussuunnitelmasta vastaa perhekeskuksen johto.

Uusi työntekijä perehdytetään neuvolan vauvamyönteisyysohjelman sisältöön ensimmäisten työviikkojen aikana. Imetysohjaajakoulutusta järjestetään vuoden sisällä niille työntekijöille, joilla koulutusta ei ole.



Palvelulupaus perheille: Imetysohjausta antaa koulutettu ja ammattitaitoinen henkilökunta.

3. Lasta odottavien perheiden imetysohjaus

Perheiden saama imetysohjaus on suunnitelmallista ja toteutetaan yksilöllisesti perheen toiveet ja tarpeet huomioiden. Kaikille raskaana oleville ja heidän perheilleen annetaan ohjausta suullisesti ja kirjallisesti. Ohjaus sisältää tietoa imetyksen hyödyistä ja niistä tekijöistä, jotka vaikuttavat imetyksen käynnistymiseen. Raskausaikana perheet saavat tietoa seuraavista asioista:

- Imetyksen hyödyt äidille ja lapselle
- Vierihoido
- Ihokontakti ja kiintymyssuhde
- Imetyssasento ja oikea imemisote
- Vauvantahtinen imetys
- Rintamaidon muodostumisen ja lisäämisen periaatteet
- Äidinmaidonkorvikkeen käytön mahdolliset riskit imetyksen jatkumiselle
- Tutin ja tuttipullon välttäminen ennen kuin imetys on vakiintunut
- Mistä saa apua ja tukea imetykseen
- Tietoa sairaalan hoitokäytännöistä

Raskauden aikainen ohjausmateriaali on suositusten mukaista ja perustuu tutkittuun tietoon. Raskauden aikaisessa imetysohjauksessa otetaan huomioon perheen toiveet ja aikaisemmat imetykokemukset. Perheet saavat tietoa imetyksestä raskauden alusta alkaen aina imetyksen päättymiseen asti. Imetyssuunnitelma kirjataan potilastietojärjestelmään. Kaikki raskaana olevat saavat imetyskortin, jota täydennetään raskauden edetessä. Erytystä tukea tarvitsevat perheet saavat tehostettua imetysohjausta.



Palvelulupaus perheille: Teillä on mahdollisuus keskustella imetykseen liittyvistä ajatuksista ja toiveista neuvolassa. Saatte raskausaikana imetyskortin, jonka teemojen mukaan aiheita käsitellään eri yksiköissä.

4. Imetyksen tukeminen ja maidonmuodostumisen ylläpito

Lasten terveystarkastuksissa perheet saavat suunnitelmallista ja yksilöllistä imetysohjausta. Ohjaus on lapsen ja perheen tarpeista ja toiveista lähtevää. Erytystä tukea tarvitsevat perheet saavat lisätukea.

Perheen kanssa keskustellaan lapsen syömisestä jokaisella neuvola- ja kotikäynnillä. Perheitä kannustetaan ja tuetaan imetyksessä sekä tarjotaan apua ongelmatilanteissa huomioiden perheen voimavarat. Imetysongelmista on kirjalliset ja näyttöön perustuvat hoito-ohjeet.

Vauva punnitaan säännöllisesti ensimmäisen kuuden viikon ajan, kunnes maidon muodostuminen on vakiintunut ja vauvalla on riittävä painonnousu. Perheitä ohjataan ihokontaktiin, vauvantahtiseen imetykseen ja annetaan tietoa yöimetyksen merkityksestä maidonerityksen ylläpitämisessä. Henkilökunta varmistaa, että vanhemmat saavat ohjausta oikeasta imemisotteesta ja vauvalle sekä äidille sopivista imetysasennoista. Äideille ohjataan rintojen käsinlypsy. Perheitä ohjataan tunnistamaan vauvan varhaiset nälkäviestit ja seuraamaan, että imetyksen turvamerkit täyttyvät. Perheiden kanssa keskustellaan tutin ja tuttipullon vaikutuksista imetykseen.

Imetyksen turvamerkit:

- vauva imee vähintään 8 x vrk tehokkaasti
- Pissavaippoja tulee vähintään 5/vrk viidennestä vrk:sta alkaen
- vauva kakkaa vähintään kerran päivässä 6 viikon ikään saakka, sen jälkeen harvemmin
- vauvan imiessä nielemisääniä kuuluu ja maitoa näkyy
- vauva on yleensä tyytyväinen imeytyksen jälkeen
- paino nousee

Perheiden kanssa keskustellaan tutin ja tuttipullon vaikutuksista imetykseen. Jos äiti ei halua imettää, varmistetaan, että äiti on tehnyt tietoisien päätöksen. Perheet saavat asianmukaista ja riittävää ohjausta vauvan ruokintaan, jos äiti imettää osittain tai ei imetä ollenkaan.



Palvelulupaus perheille: Huolehdimme siitä, että teillä on riittävästi tietoa vastasyntyneen ruokinnasta ja maidonerityksen ylläpitämisestä.

5. Täysimetyksen tukeminen ja oikea-aikainen lisäruokien aloitus

Perheille annetaan tietoa ja tukea täysimetyksen onnistumiseksi kuuden kuukauden ajan sekä tietoa suositellusta ajankohdasta aloittaa kiinteät ruuat. Äidit saavat tietoa rintamaidon ravitsemuksellisista ja immunologisista hyödyistä. Täysiaikaisena ja normaalipainoisena syntyneelle, tasaisesti kasvavalle vauvalle äidinmaito riittää ainoaksi ravinnoksi ensimmäiset kuusi kuukautta.

Täysimetetty vauva tarvitsee äidinmaidon lisäksi ainoastaan D-vitamiinia 10µg kahden viikon iästä alkaen. Kiinteiden ruokien antaminen aloitetaan lapsen tarpeiden, kasvun ja valmiuksien mukaan 4-6 kuukauden iässä. Kiinteiden ruokien ohella imetystä tuetaan jatkamaan ainakin yhteen ikävuoteen asti ja pidempään perheen toiveiden mukaan.

Osittain imettäville äideille turvataan riittävä tuki ja ohjaus, jotta varmistetaan lapsen hyvä ravitsemus. Perheiden kanssa keskustellaan tutin ja tuttipullon vaikutuksista imetykseen. Neuvolassa perheitä ohjataan tarvittaessa äidinmaidonkorvikkeen turvalliseen valmistukseen, käyttöön ja vauvan tahtiseen pulloruokintaan. Yli neljän kuukauden ikäiselle lapselle, jonka kasvu on imetyksen tehostamisesta huolimatta riittämätöntä, on parempi aloittaa kiinteät ruuat kuin siirtyä äidinmaidonkorvikkeeseen.



Palvelulupaus perheille: Saatte ohjausta ja tukea kaikissa imetykseen ja vauvan ruokintaan liittyvissä asioissa neuvolasta. Neuvolassa ohjataan kuinka aloittaa kiinteät ruuat imetyksen ohella vauvalle yksilöllisen tarpeen ja valmiuden mukaan.

6. Imetysmyönteisen ilmapiirin luominen

Neuvolan tavoitteena on vakiinnuttaa imetys kulttuurisena normina lapsen ravitsemuksessa. Neuvolan henkilökunnan myönteinen asenne ja suhtautuminen imetykseen ovat tärkeitä. Äitejä rohkaistaan imettämään kodin ulkopuolella. Neuvolassa on varattu rauhallinen paikka imetykselle ja äidit voivat imettää myös vastaanotolla.

Neuvoloissa noudatetaan WHO:n äidinmaitokorvikkeiden kansainvälistä markkinointikoodia. Neuvolassa ei ole äidinmaidonkorvikkeen, tuttipullojen tai tuttien mainontaa.



Palvelulupaus perheille: Haluamme kannustaa ja tukea sinua onnistumaan imetyksessä toiveidesi mukaisesti.

7. Imetystuen varmistaminen ja hoidon jatkuvuus

Neuvolalla ja synnytysairaalla on yhdessä sovitut käytännöt imetysohjauksen varmistamiseksi raskauden aikana ja synnytyksen jälkeen sekä silloin, kun imetyksessä on haasteita. Imetystuen järjestämisestä on sovittu neuvoloiden ja synnytys sairaalan välillä.

Neuvoloissa on käytössä imetysohjauskortti imetysohjaukseen ja tiedon siirtoon neuvolan ja sairaalan välillä. Neuvoloissa täytetään imetystä koskevat tiedot potilastietojärjestelmään. Perheitä ohjataan varaamaan kotikäynti tai vastaanottokäynti neuvolaan synnytysairaalaan kotiutuuessa. Imetyksen jatkumisen varmistamiseksi imetyksen sujuminen tulee arvioida viikon sisällä kotiutumisesta. Perheillä on mahdollisuus tarvittaessa varata imetysohjausaika neuvolan imetyškouluttajan vastaanotolle tai saada ylimääräisiä kotikäyntejä imetykseen liittyvissä haasteissa. Terveystoimittaja voi tarvittaessa tehdä myös lähetteen sairaalan imetysohjauskeskittämälle. Perheille kerrotaan kolmannen sektorin palveluista, mistä he saavat tarvittaessa tukea imetykseen: www.naistalo.fi, www.imetyksentuki.fi, Omaperhe ja Rinnalla-sovellus, jonka voi ladata omaan puhelimeen.



Palvelulupaus perheille: Tarjoamme perheellesi tukea imetykseen koko imetysajan aina raskausajasta imetyksen loppumiseen saakka.

Vastasyntyneiden teho- ja tarkkailuosaston vauvamyönteisyysohjelma

Vastasyntyneiden teho- ja tarkkailuosastolle mukailtu vauvamyönteisyysohjelma Neo-BFHI, Neo-Baby Friendly Hospital Initiative sisältää Vauvamyönteisyysohjelman 10 askeleen lisäksi kolme pääperiaatetta ennenaikaisena ja pienipainoisena syntyneen sekä sairaan vastasyntyneen hoitoon.

- Äidin yksilöllinen kohtaaminen ja hoitaminen
- Hoidon perhekeskeisyys ympäristö huomioiden
- Hoidon jatkuvuuden varmistaminen raskausajasta vauvan ja perheen kotiutumiseen

Imetyksen tukeminen ja varhainen ihokontakti

Vastasyntyneiden teho- ja tarkkailuosaston henkilökunnalla on WHO:n 20 tunnin imetysohjaajakoulutus. He antavat ennenaikaisesti syntyneen ja erityistä tarkkailua tarvitsevan vastasyntyneen imetysohjausta. Soiten henkilökunnalla on Vanhemmat vahvasti mukana (VVM) -koulutus, joka edistää perhekeskeisiä hoitokäytäntöjä.

Vastasyntyneiden teho- ja tarkkailuosastolla mahdollistetaan varhainen ihokontakti syntymän jälkeen mahdollisimman pian, mikäli äidin ja vauvan vointi sen sallii.

Äitejä kannustetaan aloittamaan imetys mahdollisimman pian synnytyksen jälkeen. Henkilökunta huolehtii siitä, että ensi-imetys onnistuu vastasyntyneiden teho- ja tarkkailuosastolla.

Ennenaikaisesti syntyneen vastasyntyneen matka rinnalle alkaa ihokontaktissa ja läheisyydellä, josta vauva itse alkaa pikkuhiljaa hakeutumaan rinnalle. Matka rinnalle on monivaiheinen ja vaatii paljon harjoittelua sekä kärsivällisyyttä ennen kuin vauva jaksaa syödä rinnasta kaiken ravintonsa. Ennenaikaisesti syntyneen vauvan imetyksessä tavoitteena on vauvantahtinen, täysi- tai osittaisimetys.

Ihokontaktissa vauva pääsee tutustumaan äitinsä ihoon ja maidon tuoksuun, jotka ovat tärkeitä imemistä edistäviä ärsykeitä. Jos vauva pääsee säännöllisesti, hän viestii imemisen valmiudesta aikaisemmin. Mikäli vauva pääsee tutustumaan rintaan silloin, kun hän itse viestii halukkuudesta imeä, sen on osoitettu nopeuttavan imemisen oppimista. Vauva osaa säädellä imemistään rinnalla paremmin kuin pullosta syödessään.

Perheille tarjotaan mahdollisuutta ympärivuorokautiseen vierihoitoon vastasyntyneiden teho- ja tarkkailuosaston perhehuoneissa. Näin mahdollistetaan varhainen ja pitkäkestoinen vanhempien läsnäolo. Vanhempia tuetaan ihokontaktiin, imetykseen ja osallistumaan vauvan ympärivuorokautiseen hoitoon. Vanhempien välitön läsnäolo vahvistaa vanhemman ja vauvan välistä varhaista vuorovaikutusta, kiintymyssuhteen muodostumista ja tukee vauvan psyko-fysiologista kehitystä.

Äitejä ohjataan maidonerityksen käynnistymiseen ja ylläpitämiseen, jos he joutuvat olemaan erossa vauvastaan. Mahdollisimman nopeasti synnytyksen jälkeen aloitettu maidon lypsäminen tehostaa maidon muodostumista ja lisää maitomäärää. Tavoitteena on, että ensilypsy on tunnin kuluessa, mutta viimeistään kuuden tunnin kuluessa synnytyksestä. Lypsykertoja tulisi olla vähintään kahdeksan vuorokaudessa ja kerran myös yöllä.

Ennenaikaisena syntyneen lapsen ensisijainen ravinto on tuoremaito, jota suositellaan annettavaksi jo ensimmäisen elinvuorokauden aikana. Jos lapsi on erittäin ennenaikainen tai hyvin pienipainoinen, tuoremaitoa annetaan suonensisäisen ravitsemuksen ohella pieniä määriä. Tuoremaito suojaa keskosvauvaa vakavilta infektioilta ja vähentää keskosena syntyneiden lasten kuolleisuutta. Pitkä rintamaitoruokinta vaikuttaa myönteisesti lapsen neurologiseen ja kognitiiviseen kehitykseen sekä vähentää keskosien verkkokalvosairautta. Syöttöpunnitukset tukevat ennenaikaisen lapsen täysimetystä.

Perheiden tukeminen kotiutumisen jälkeen

Perhelähtöinen kotiutussuunnittelu alkaa jo pian vauvan saavuttua vastasyntyneiden tarkkailu- ja teho-osastolle tai viimeistään siinä vaiheessa, kun vauvan kotiutuminen lähestyy. Perhelähtöinen kotiutussuunnittelu perustuu vanhempien mahdollisuuteen osallistua tasavertaisena yhteiseen päätöksen tekoon vauvan hoivaan liittyen koko sairaalahoidon ajan. Hoivakokemuksen kautta vanhemmille kertyy todellista vauvansa tuntemusta ja varmuutta vanhempina ottaa kokonaisvastuu vauvansa hoidosta kotiutumishetkellä.

Imetyksen tukeminen kotiutumisen jälkeen jatkuu lasten kotisairaalan, lasten poliklinikan ja neuvolan kautta. Perheille mahdollistetaan lasten kotisairaalan kotikäynnit tuen tarpeen mukaan. Lasten kotisairaalassa toimii oma Kiikku -perhetyöntekijä. Kaikilla työntekijöillä on WHO:n 20 tunnin imetysohjaajakoulutus.

Imetyksen tuki ry (www.imetys.fi) on perheiden tukena imetyksen eri vaiheissa. Imetyksen tuen kouluttamat imetystukiäidit auttavat vertaistukiryhmissä ympäri Suomea Facebookissa, Rinnalla sovelluksen kautta ja puhelimitse. Imetyksen tuen verkkosivuilta löytyy paljon tukea ja tietoa imetykseen. Tietoa imetyksestä löytyy myös Terveyskylän Naistalon kautta www.naistalo.fi sekä paikallisesti Oma-perhe-sivustolta.

Liitteet

Liite 1

Äidinmaidonkorvikkeiden kansainvälinen markkinointikoodi

[Äidinmaidonkorvikkeiden kansainvälinen markkinointikoodi - Ruokavirasto](#)

Liite 2

Imetysohjauskortti

Imetyskortti



Imetyskortti

Imetyskortti

Laadukkaan ja tasavertaisen imetysohjauksen tueksi raskauden aikana ja synnytyksen jälkeen.

Äidin ajatukset, kokemukset ja toiveet imetyksestä

Mitä äiti toivoo imetysohjauksessa huomioitavan?

- Miksi imettää?
 - terveysvaikutukset
 - suositukset
 - vuorovaikutus- ja kiintymyssuhde vauvaan
- Miten voi vaikuttaa imetyksen onnistumiseen?
 - mielikuvat vauvasita
 - puolisotuki
 - stressaamisen välttäminen
- Imetyksen ensihetket
 - ensi-imetys
 - vauvantahtisuus
 - nälkäviestit
 - ihokontaktin tärkeys
- Maidonnousuun liittyvät asiat
 - milloin maito nousee
 - maidonnousuun vaikuttavat asiat
 - maidonnousun lisääminen
 - antenataaliyisy
- Saako vauva riittävästi maitoa?
 - imetyksen turvamerkit
- Imuute ja imetyssasennot
- Imetyksen haasteet
 - intojen hoito
 - rintakumin käyttö
 - lisämaito antaminen

Synnytyksen jälkeinen ohjaus sairaalassa

- Ensi-imetyksen tukeminen
- Oikean imuuteen tarkastaminen ja ohjaaminen oikeaan imuuteen tunnistamisessa
- Erilaisten imetyssasentojen ohjaaminen
- Rintamaidon riittävyys, turvamerkit
- Vauvantahtinen imetys

Onko vauva saanut lisämaitoa osastohoidon aikana?

- ei
- kyllä, miksi _____

Onko imetyksessä ollut käytössä apuvälineitä?

- Mitä ja miksi?
- ei
 - kyllä _____

Jatko-ohjaus sairaalasta



Voimmeko olla yhteydessä? Hyvin voimme

SOITE
Keski-Pohjanmaan
hyvinvointialue
Mariankatu 16-20
67200 KOKKOLA
Puh. 06 826 4111 (vaihde)
soite.fi

Löydät meidät Instagramista @soite_synnytysohjaus

soite | Terveysten ja sairaanhoidon palvelut

Lähteet

Ahlqvist-Björkroth S., Boukydis Z. ja Lehtonen L. 2012. Vanhemmat vahvasti mukaan. Koulutuskäsikirja perhekeskeiseen toimintatapaan vastasyntyneiden tehohoidossa. TYKS Turun yliopistollinen sairaala

Hakulinen T., Otronen K ja Kuronen M. (toim.). Kansallinen imetyksen edistämisen toimintaohjelma vuosille 2018-2022. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2017. Juvenes Print - Suomen Yliopistopaino Oy. Helsinki

Hotus (Hoitotyön tutkimussäätiö) 2019. Vauvamyönteisyysohjelma käyttöön.

[netti-vauvamyönteisyys-kasikirja.pdf \(hotus.fi\)](#)

HUS. Imetyksen edistämisen toimintaohjelma. 10 askelta onnistuneeseen imetykseen. 2015

Koskenniemi K. Turun ammattikorkeakoulu opinnäytetyö. Imetysopas vastasyntyneen keskosen äidin avuksi. 2017

Syödään yhdessä – ruokasuositukset lapsiperheille. THL 2016. Yliopistopaino. Tampere

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Vauvamyönteisyys.

Terveyskylä www.terveyskyla.fi

[Äidinmaidonkorvikkeiden kansainvälinen markkinointikoodi - Ruokavirasto](#)