

Tämä on rinnakkaistallenne.

Rinnakkaistallenteen sivuasettelut ja typografiset yksityiskohdat *saattavat poiketa* alkuperäisestä julkaisusta.

Julkaisun tekijä(t):	Rainto, Satu; Kinisjärvi, Marja
Julkaisun nimi:	Imetys ja rintamaito : oikeuksia vai valintoja?
Julkaisuvuosi:	2018
Versio:	Julkaistu versio

Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä:

Rainto, S. & Kinisjärvi, M. (1.10.2018). Imetys ja rintamaito: oikeuksia vai valintoja? Kaleva, p. 38.

# Imetys ja rintamaito – oikeuksia vai valintoja?

**K**ansallisella imetyksen edistämisen toiminta-ohjelmalla pyritään äidin, vastasyntyneen ja perheen parhaaseen mahdolliseen terveyteen. Imetykseen liittyvät hoito- ja ohjauskäytännöt pohjautuvat hoitosuosituksiin, jotka perustuvat tutkittuun tietoon. Laki potilaan asemasta ja oikeuksista kuvaa potilaan asemaa ja oikeuksia. Jokainen perhe asettaa itse imetykselle tavoitteensa. Sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten tehtävänä on ohjata näyttöön perustuen imetyksen eduista, ja sen tiedon pohjalta perhe valitsee oman tapansa toimia.

Kansallisessa imetyssuosituksessa vastasyntyneen täysimetystä suositellaan kuuden, vähintään neljän kuukauden ikään saakka. Kiinteiden ruokien makuannoksia suositellaan aloitettavaksi vauvan ollessa 4-5 kuukauden ikäinen. Äidinmaito on kuitenkin vauvan pääasiallinen ravinto. Imetystä suositellaan muun ravinnon ohella vuoden ikään saakka tai niin pitkään kuin perhe haluaa. Imetyksellä on osoitettu selkeä yhteys äidin ja vastasyntyneen terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen ravitsemuksen lisäksi kiintymyssuhteen ja varhaisen vuorovaikutuksen näkökulmasta.

Imetys on asia, joka herättää ajatuksia ja tunteita laidasta laitaan. Imetyksen toteutumista ja vastasyntyneen ravitsemusta voidaan tarkastella eri näkökulmista. Onko vauvalla oikeus saada rintamaitoa, saako äiti itse valita imettääkö, noudattaako hoitaja toimiessaan äidin toiveita vai sairaalan ohjeita?

Jos vastasyntynyt saa valita, on

## YLÄKERTA



SATU RAINTO



MARJAKINISJÄRVI

**"Imetys, osittaisimetys tai imetyksestä kieltäytyminen ovat päätöksiä, joihin jokaisella äidillä ja perheellä on oikeus."**

rintamaito luonnollinen valinta syntymän jälkeiseen ravitsemukseen. Terveen vastasyntyneen vaistonvaraiset viestit aktivoivat hänet imeämään äidin rinnalla syntymästä lähtien. Ensimmäisten vuorokausien aikana vastasyntynyt sopeutuu kohdun ulkoiseen elämään. Ihokontaktissa vastasyntyneellä on jatkuva mahdollisuus rinnalle, vauvan lämpötila ja elintoiminnot pysyvät vakaina ja verensokeri pysyy tasaisena.

**Vauva viestii** vanhemmille ihokontaktin, läheisyyden ja imemisen tarpeestaan ilmeillään, eleillään ja hamuilemalla. Vauvan vaistonvaraisten viestien tunnistaminen mahdollistaa vastasyntyneel-

le rauhallisen, kiireettömän alun parhaaseen mahdolliseen kasvuun ja kehitykseen kokonaisvaltaisesti. Vanhemmat tarvitsevat ohjausta vauvan viestien ymmärtämiseen ja vastasyntyneen käyttäytymiseen. Lapsentahtisessa imetyksessä vauva määrää itse imemistiheyden ja imemiskertojen keston säätäen itse maitomäärää imetyksetoista lisäämällä tai vähentämällä.

Imetys, osittaisimetys tai imetyksestä kieltäytyminen ovat päätöksiä, joihin jokaisella äidillä ja perheellä on oikeus. Äidillä on oikeus saada oikeaa, ajantasaista tietoa imetyksen ja rintamaidon eduista ja terveysvaikutuksista vastasyntyneen ja omaan terveyteensä. Oisi tärkeää, että äiti voi tehdä päätöksensä näiden terveysvaikutusten pohjalta.

On myös oikeus saada yksilöllistä ja oikein ajoitettua imetysohjausta. Tämä tarkoittaa imetysohjauksen aloitusta jo raskausaikana, sen jatkumista heti syntymän jälkeen synnytyssalissa ja vierihoidon osastolla sekä kotiutumisen jälkeen neuvolassa. Imetysohjaus lähtee perheen tarpeista, jolloin tuetaan äidin ja perheen voimavaroja imetyksessä onnistumiseen. Tutkimusten mukaan imetysohjaus on yhteys imetyksen aloitukseen ja sitoutumiseen. Imetysohjaus tarkoittaa äidin uskoa omiin taitoihinsa onnistua lapsen imetyksessä. Kannustava ja perhelähtöinen imetysohjaus motivoi imetyksen jatkumiseen. Äidillä on halutesaan oikeus valita olla imettämättä, jolloin häntä tuetaan tässä päätöksessä. Moniammatillinen, saumaton

yhteistyö on avainasemassa hyvän ohjauksen toteutumisessa.

**Lasta odottavan**, synnyttävän ja synnyttäneen perheen hoitotyössä korostuu asiakaslähtöisyys. Tiedon antaminen ja ohjaus toteutuvat painostamatta. Henkilökunnalla tulee olla valmiudet ohjata perheitä näyttöön perustuen. Terveydenhuollon ammattilainen ja äiti tai vanhemmat ovat aktiivisissa ja vuorovaikutteisissa ohjaussuhteissa. Ohjaus korostuu erityisesti niissä tilanteissa, joissa perhe valitsee vastasyntyneen ravitsemukseksi muun kuin rintamaidon tai mikäli imetyksessä on ollut aikaisemmin haasteita.

Hoitajalla on oikeus ohjata perheitä ilman kiirettä, riittävillä resursseilla, jolloin perheiden hoitotyössä on tarpeeksi osaavaa henkilökuntaa. WHO:n imetysohjaajakoulutus on edellytyksenä työskennellessä raskaana olevien ja synnyttäneiden lapsiperheiden kanssa. Koulutus antaa hyvät perusvalmiudet kannustavaan imetysohjaukseen. Hoitajalla on oikeus saada ajantasaista koulutusta imetysohjausosaamisen perusteisiin ja päivittämiseen.

Kansallisesti tavoitteena on imetyksen ja perheen ravitsemuksen edistäminen. Vauvamyönteisyyden laajentaminen perhemyönteisyydeksi tukee koko perheen terveyttä ja mahdollistaa Suomen tavoitteen imetyksen kärkimaaksi.✕

Satu Rainto ja Marja Kinisjärvi ovat kättilötyön lehtoreita Oulun ammattikorkeakoulussa.