

Imetyksen tuki ry
Tiedote 5.10.2004
Maailman imetysviikko Pohjoismaissa 11. - 17.10. 2004

SUOMALAISET IMETYSSUOSITUKSET UUDISTUNEET

Sosiaali- ja terveysministeriö julkaisi syyskuussa uudet suositukset, joiden myötä suomalaisia vauvoja kehoitetaan täysimettämään puoli vuotta ja muun ruoan ohella vielä toiset puoli vuotta päälle. Uudistuksen jälkeen Suomen suositukset noudattavat Maailman terveysjärjestö WHO:n ja Unicefin täysimetysohjeita.

Vaikka suosituksissa seurataan muuta maailmaa, tavoitteista ollaan vielä kaukana. Suomalaisten imetyksilukujen voisi sanoa sijoittuvan maailmanlaajuisesti kohtalaiselle sijalle, mutta pohjoismaisessa vertailussa Suomi jää naapureistaan jälkeen. WHO:n tavoite, johon myös Suomi on periaatetasolla sitoutunut, on saada kaikista maailman lapsista täysimetytyksi 4kk iässä ainakin 80 %. Vuonna 2000 Suomessa oli tuossa iässä täysimetyttyjä 14 % lapsista. Ruotsissa 68 % ja Norjassa 44 %.

Täysimetytys tarkoittaa, että vauva saa ravinnokseen vain oman äidin maitoa. Kun suositusten takana on lukuisia tutkimuksia, joiden mukaan tämän pitäisi olla lähes kaikille vauvoille mahdollista, ja sitä paitsi hyödyllistä, miksi niin harva tähän yltää?

Imetyksen tuki ry:n valtakunnallisessa imetystukipuhelimesta päivystävät tukiäidit kertovat, että soittajien huoli maidon riittävydestä on suuri. Synnytyssairaaloissa ja neuvoloissa ei aina osata neuvoa imetyksen käynnistämässä tai siinä, mistä tietää sen lähteneen hyvin käyntiin. Pelkkä valistus imetyksen hyödyistä tai suositukset eivät kerro miten toimia, kun vauva murisee ja rimpuilee rinnalla kuukauden ikäisenä tai imee tunnin välein kuusiviikkoisena. Korvikkeen käyttäminen tai kiinteiden ruokien aloittaminen turhan aikaisin varmuuden vuoksi on tavallista.

On yleinen luulo, että maitoa on kullakin naisella jokin yksilöllinen määrä, joka sitten loppuu ennemmin tai myöhemmin. Todellisuudessa täysimetytys itsessään johtaa riittävään maidontuloon niin kauan kuin sitä jatketaan. Jos vauva on kasvanut pelkällä äidinmaidolla kuukauden ikään, on lähes mahdotonta, ettei maito riittäisi sen jälkeenkin - mikäli vauvaa täysimetytetään edelleen. Tämä näkemys on kirjattu myös WHO:n asiakirjoihin ja sen takana on runsaasti tutkimustietoa.

Täysimetytys - ei vain hyvää vaan parasta on vuoden 2004 kansainvälisen imetysviikon teema. Pohjoismaissa viikkoa vietetään lokakuun 11. - 17. päivinä. Rikkaassa Pohjolassa kuulee joskus väitettävän, että imetytysasiat ovat oikeastaan tärkeitä vain kehitysmaissa. Äärimmäisissä oloissa imetytys voi tosiaan olla vauvalle elämän ja kuoleman kysymys. Maailman terveysjärjestö WHO on kuitenkin sitä mieltä, että myös teollisuusmaiden vauvoilla on oikeus parhaaseen ravintoon.

Maailman imetysviikon organisoivat kansainväliset imetytysjärjestöjen kattojärjestö WABA, World Alliance for Breastfeeding Action. Suomessa tietoa imetyksestä ja käytännön neuvoja saa esimerkiksi imetystukipuhelimesta 041-528 5582.

Lähteitä ja lisätietoa:

Imetyksen tuki ry:n tiedottaja Karla Loppi 044-351 9694 karla@lapsiperhe.net
Tietoa imetyksestä www.imetytys.fi ja tukipuhelin 041-528 5582 / Imetyksen tuki ry
Suomalaiset imetytysuositukset teoksesta Lapsi, perhe ja ruoka, STM:n julkaisu 2004:11
WABA:n sivut www.waba.org.my

Pohjoismaiset imetytysluvat:

- Suomessa: Hasunen K (2002). Imeväisikäisten ruokinta Suomessa vuonna 2000. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä, Helsinki.
 - Ruotsissa: Amning av barn födda 2000. Socialstyrelsens, 2002.
 - Norjassa: Spedkost 6 måneder. Social- og helsedirektoratet, 2003.
- WHO, 2003: The Global Strategy for Infant And Young Child Feeding www.who.int (kaikki dokumentit löytyvät sisäisellä haulla nettisivuilta)