



Taitava vauva

Terveellä vastasyntyneellä vauvalla on hämmästyttäviä kykyjä.

- Hän on valpas ja täysin hereillä.
- Hän hakee vuoroin äidin kasvoja ja vuoroin lepää tai liikkuu.
- Hän pystyy ryömimään vatsallaan äidin rintakehän poikki vain kevyen äidin käden kosketuksen ohjaamana.
- Hän hakeutuu kohti rintaa, joka tuoksuu tutulle lapsivedelle.
- Hän nostaa päätään ja nokkii nänniä.
- Hän haukkaa rinnan oma-aloitteisesti suuhunsa ja aloittaa imemisen, yleensä noin tunnin kuluessa syntymästä. ■



Imetyksen tuki ry

Tietoja ja tukea imetykseen

www.imetys.fi

Imetystuki-
puhelin 

041-528 5582



Ihmeellinen ENSI-IMETYS

Iho tekee ihmeitä

Ensi-imetyksestä vauvan tahtiin, iho ihoa vasten on paljon hyötyä vauvalle. Äidin katse, ääni ja iho lievittävät syntymän aiheuttamaa stressiä. Vauvan hengitys ja sydän toimivat paremmin kuin puettuna kehossa. Äidin iholta siirtyy vauvalle hyödyllisiä bakteereita, mikä suojaa vauvaa vierailta mikrobeilta.

Hoivahormonimyrsky

Oksitosiini on hormoni, joka on läsnä aina kun ihmisen tuntee hellyyttä, nauttii kosketuksesta, tai... rakastuu! Kun äiti saa katsella ja kosketella pikkuistaan heti synnytyksen jälkeen, hän kokee oksitosiiniryöpyn. Tämä on luonnon tarkoituksin: oksitosiini supistaa kohtua ja vähentää jälkivuotoa. Se

laittaa ensimaidon tärkeät tipat liikkeelle. Ennen kaikkea se saa äidin olon ihanaksi, rennoksi ja kertakaikkisen rakastuneeksi vauvaansa.

Imetyksen tehokuuri

Hämmästyttävintä ensi-imetyksessä on sen vaikutus imetyksen sujumiseen. Kun lapsi saa viettää ensihetkensä äidin kanssa ihokontaktissa, maidoneritys käynnistyy nopeammin. Vauva saa harjoitella hyvää imuotetta alusta alkaen. Imuote vaikuttaa kaikkeen: imun tehokkuuteen, maidon määrään, rintojen pysymiseen ehjinä ja kunnossa. Tutkimuksen mukaan rauhallinen, keskeyttämätön alkuimetys vaikuttaa siihen, kuinka kauan äiti imettää vauvaansa tulevina viik-

koina ja kuukausina.

Maitoa unohtamatta

Ensi-imetyksään ei siis ole pelkkä ravitsemistapahtuma. Kolostrumin eli ensimaidon tipat ovat silti tärkeitä. Sen koostumus on luonnon suunnittelema Vastasyntyneen Selviytymispaketti vastaaineineen ja vitamiineineen. Ensimaito kannattaa lypsää talteen ja antaa vauvalle silloinkin jos vauva ei voi imeä rintaa itse heti synnytyksensä. Yksikin millilitra merkitsee. ■



Jos ensi-imetyksesi myöhästyy?

Joskus synnytyksen jälkeen joko äiti tai vauva tarvitsee erityistä hoitoa, eikä rauhalliseen ensi-imetykseen ole mahdollisuutta. Silloin on hyvä tietää, että ensi-imetyksen voi toteuttaa myöhemminkin.

Vaikean alun jälkeen läheisyys auttaa unohtamaan kivun, pelon ja pettymykset. Äiti ja lapsi löytävät taas toisensa.

Myös vauvan vaistonvarainen kyky ryömiä rinnalle ja

aloittaa imeminen säilyy useiden viikkojen ajan.

'Lavastettu' ensi-imetyksesi tai vain ihokontaktissa lepäily - vauva vatsallaan äidin rintakehän päällä - voivat helpottaa monia konkreettisia imetysongelmia, kuten imuoteongelmia, vauvan väsynyttä tai heikkoa imua tai rinnasta kieltäytymistä, ja onpa todettu sekin, että (ainakin keskosvauvoilla) saman ruokamäärän saavat vauvat kasvavat nopeammin, kun

saavat ihokontaktia!

Jos äiti ei synnytyksen jälkeen voi ottaa vauvaa rinnalleen, isä on aivan yhtä hyvä ihokontaktin lähde, vaikkei isä voikaan imettää. ■

Lähteet:

IBCLC Katja Koskinen:
"Ihokontakti"

Unicefin ensi-imetyiskampanja
Maailman imetysviikko 2007