

MONIKKOLASTEN IMETYS

Monikkolasten imetys on mahdollista

Täysaikaisina ja normaalipainoisina syntyneiden monikkovauvojen ainoaksi ravinnoksi riittää äidinmaito.

Imetys alatiesynnytyksen jälkeen

Hyväkuntoisena ja alateitse syntyneiden monikkolasten ensi-imetys voidaan toteuttaa heti synnytyksen jälkeen. Ensi-ihokontaktissa vauvat ovat vatsallaan äidin paljaan rintakehän päällä.

Heti syntymän jälkeen vauvat ovat yleensä virkeitä. Tämän jälkeen vauvat tyypillisesti lepäävät ensimmäisen vuorokauden ja keräävät voimia syntymän jälkeen. Tänä aikana vauvat imevät harvemmin. Noin 20 tunnin iästä eteenpäin alkaa aktiivinen kausi, jonka aikana vauvat imevät ryppäissä: 2-4 tuntia lähes jatkuvaa imemistä, sitten 1-3 tunnin lepo. Tiheä imeminen lisää nopeasti äidin maitomäärää ja takaa lapsille riittävän ravinnon.

Vauvojen yhteisimetystä ja imetysasentoja harjoitellaan sairaalassa. Imetystä voi helpottaa kaksosten imetystyyny. Monet monikkoäidit opettelevat usein imetystä yhtä lasta kerrallaan imettäen. Imetyshetki antaa mahdollisuuden lepoon ja henkilökohtaiseen kontaktiin, lapsen yksilölliseen huomiointiin. Imetys voi kuitenkin aiheuttaa äidissä myös ristiriitaisia riittämättömyyden tunteita muiden monikkolasten odottaessa vuoroaan tai jäädessä ilman äidin syliä.

Imetys keisarileikkauksen jälkeen

Monikkolasten syntyessä keisarileikkauksella voidaan ensi-imetys toteuttaa usein heräämössä, jonne lapset tuodaan äidin rinnalle. Nukutuksen jälkeen aloitetaan vasta, kun äiti on herännyt kunnolla ja suurin osa lääkkeitä on poistunut elimistöstä. Mikäli tämä ei äidin tai vauvan terveydellisten syiden tai raskauteen tai synnytykseen liittyvien komplikaatioiden vuoksi ole mahdollista, voidaan ensi-imetys toteuttaa myös vuodeosastolla, johon äiti siirretään leikkauksen jälkeen.

Toimivin imetysasento heti keisarileikkauksen jälkeen on makuullaan imettäminen, jolloin äiti makaa selällään ja vauvat ovat vatsallaan äidin rintakehän päällä. Vauvojen asettelussa tulee huomioida äidin haava-alue.

Ensi-imetyksen viivästyessä voi maidonerityksen käynnistyminen hidastua. Maidonerityksen käynnistymistä voidaan helpottaa käsin tai koneellisesti lypsämällä.



Kaksosten imetysasennot:

Piirokset:
Sini Hossi**1. ”Kainalon alta”**

Äiti voi tyynyjen avulla asetella vauvat rinnoille siten, että vauvojen jalat tulevat äidin käsivarsien alta selkäpuolelle. Äiti voi myös laittaa tyynyn oman selkensä taakse asentoa tukemaan.

**2. ”Ristikkein”**

Äiti asettaa ensin toisen vauvan rinnalle perinteiseen imetysasentoon, jonka jälkeen toinen vauva nostetaan toiselle rinnalle niin, että lasten vartalot menevät äidin sylissä lomittain.

**3. ”Peräkkäin”**

Toinen vauva on rinnalla ns. perinteisellä tyylillä, toisen vauvan jalat tulevat äidin käsivarren alle.

**4. ”Makuulta”**

Äiti on sängyllä ylävartalo tuettuna pieneen kohoasentoon. Vauvat asetellaan rinnoille niin, että äiti saa käsivarsillaan pidettyä vauvoista kiinni.

SUOMEN
MONIKKOPERHEET RY

MONIKKOPERHEVALMENNUS



Imetys tehostetun hoidon osastolla

Tehostettua hoitoa tarvitsevat lapset eivät välttämättä jaksaa heti imeä tai heidän vointinsa ei vielä salli imetystä ja näin ensi-imetys viivästyy. Oman vointinsa salliessa äiti voi kuitenkin aloittaa maidon keräämisen käsinlypsyllä, käsi- tai sähkökäyttöisellä rintapumpulla ja pitää näin yllä omaa maidontuotantoaan. Pumppaamalla kertynyt maito voidaan antaa lapsille esimerkiksi syöttökatetrin kautta.

Tehohoidossa olevan lapsen hoidossa vanhemmat saavat olla mukana syöttö- ja hoitotilanteissa. Sylihoito on tärkeä osa hoitoa. Vaikka imetys ei onnistuisikaan, kannustetaan vanhempia usein antamaan lapsilleen läheisyyttä sylin kautta. Tehohoidon päätyttyä imetys on mahdollista aloittaa, mikäli äidin maidoneritys on pidetty käynnissä esim. käsin tai koneellisesti lypsäen.

Pulloruokinta

Tavallisimmin hyvin ennenaikaiset monikkolapset ruokitaan pulloruokinnan avulla. Pulloruokintaa käytetään usein myös imetyksen tukena ja lisänä lasten kasvaessa ja ravitsemustarpeen lisääntyessä. On myös tilanteita, joissa pulloruokintaan päädytään perheen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin ja jaksamisen varmistamiseksi sekä tilanteita, joissa äiti ei ole halunnut imettää.

Pulloruokinta edellyttää monikkoperheessä valmisteluja sekä riittävää määrää tarvikkeita. Pullot täytyy pestä päivittäin, alle 4 kuukauden ikäisten vauvojen pullot suositellaan keitettäväksi.

Pullojen pesuun kannattaa varata aikaa ja erityisesti keittämiseen tulee paneutua vanhemman, joka muistaa ja jaksaa vahtia kuumaa levyä.

Isä tukena

Monikkoperheissä niin imetykseen kuin pulloruokintaan tarvitaan isän tukea ja apua. Isä tukee imetyksen sujumista kannustamalla ja tekemällä kodinhoidollisia töitä äidin imettäessä. Isä voi olla tarvittaessa apuna myös vauvojen nostamisessa imetystyynylle, vaikka toki imetys harjoitellaan sujumaan myös ilman nosteluapua.

Pulloruokintaan osallistuu usein myös isä. Pullojen keittämisessä riittää puuhaa molemmille vanhemmille.

Lisäapuja syöttöpuuhiin tarvitaan etenkin ensimmäisinä kuukausina, kun vauvojen syöttörytmit ovat tiheitä ja samanaikaisia.