



Lastesi syntymä lähestyy

Tämän esitteen tarkoituksena on valmistaa ja antaa tietoa teille tulevaan synnytykseen. Tuleva synnytys herättää varmasti monenlaisia ajatuksia ja tunteita. Synnytys valmistaa teitä uuteen ja antoisaan elämänvaiheeseen.

Keski-Suomen alueella monikkoraskauksia/-synnytyksiä hoidetaan keskimäärin 40 vuodessa. Keski-Suomen keskussairaalassa toimii Monikkotiimi, joka tekee tiivistä yhteistyötä Keski-Suomen Monikkoperheet ry:n kanssa edistääkseen monikkoperheiden hyvinvointia Keski-Suomen alueella.

Äitiys- ja sikiötutkimuspoliklinikka Gravida

Gravida on raskauden erityisseurantaan tarkoitettu ajanvarauspoliklinikka, jonne kutsutaan lähetteen perusteella. Käynti Gravidaan tapahtuu keskussairaalan päärakennuksen takaa ja se on avoinna arkisin klo 7.30–14.30.

Monikkoraskauksia seurataan Gravidassa säännöllisesti.

- Alkuraskauden ultraäänitutkimus tehdään raskausviikolla 12–14. Käynnillä tarkistetaan mm. raskauden kesto, sikiöiden lukumäärä, istukoiden sijainti.
- Rakenneultraäänitutkimus tehdään noin raskausviikolla 20.
- Raskauden seuranta suunnitellaan yksilöllisesti tarpeen mukaan. Käynnit ovat yleensä 2–4 viikon välein ja raskausviikon 36 jälkeen viikoittain.

Synnytysvastaanotto

Synnytysvastaanotolla hoidetaan kaikki raskauteen liittyvät päivystyskäynnit ja otetaan vastaan tulevat synnyttäjät. Synnytysvastaanotolle on oma sisäänkäynti Gravidan läheisyydessä, sairaalan takana (uusi moduulisairaala). Sairaalaan tullessasi sinut ottaa vastaan kättilö, joka tarkistaa raskaustietosi ja ottaa vauvoista sydänäänikäyrää. Lääkäri tutkii ja arvioi kokonaistilanteen. Riippuen tulossyystä ja tilanteesta pääsette joko kotiin tai siirrytte naistenosastolle tai synnytys saliin.

Synnytys

Synnytyksen käynnistyminen

Raskaus ja synnytys ovat luonnollinen ja ainutlaatuinen tapahtuma. Synnytyksen käynnistymiseen vaikuttavat monet eri tekijät, mutta perussy on tuntematon.

Synnytys käynnistyy supistuksilla tai lapsivedenmenolla. Monikkoraskauksissa synnytystä pyritään suunnittelemaan etukäteen. Synnytys käynnistetään tapauskohtaisesti 1–3 viikkoa ennen laskettua aikaa, jos synnytys ei ole käynnistynyt itsestään. Usein monikkoraskaudet päättyvät alle 37 viikolla eli ennen aikaisesti.

Raskausaikana kohdun kasvaessa voit tuntea kivuttomia vatsan kovettumisia eli supistuksia, jotka menevät ohi levolla. Mikäli tunnet kipua, ota yhteys synnytysvastaanottoon. Synnytyksen käynnistyessä supistukset voimistuvat, niihin liittyy kipua ja ne tulevat säännöllisesti vähintään 10 minuutin välein. Supistusten väli lasketaan supistuksen alusta seuraavan supistuksen alkuun.

Lapsivesi voi mennä missä tahansa raskauden vaiheessa, myös ilman ensimmäistäkään supistusta. Sitä voi tulla tiukumalla tai useita desilitroja kerrallaan. Normaalisti lapsivesi on kirkasta tai hieman punertavaa ja siinä on imelä tuoksu. Jos epäilet lapsivedenmenoa, ota herkästi yhteys synnytysvastaanottoon.

Kohdunkaulaa suojaa raskauden ajan limatulppa, joka voi irrota useita päiviä ennen synnytystä. Limatulpan irrotessa emättimestä voi tulla verislimaista vuotoa eikä se aina merkitse synnytyksen käynnistymistä. Synnytyksen käynnistyessä tai sisätutkimuksen jälkeen emättimestä voi vuotaa verensekaista limaa, joka vähäisessä määrin on normaalia ja vaaratonta.

Milloin lähdet sairaalaan

Monikkoraskauksissa lapsivedenmeno on syy tulla sairaalaan mahdollisimman pian. Kun huomaat lapsiveden menevän, laita side, jolloin lapsiveden väriä voidaan arvioida. Jos synnytys käynnistyy supistuksilla ja ne muuttuvat säännöllisiksi, lähde mahdollisimman pian sairaalaan. Ota kuitenkin herkästi yhteyttä synnytysvastaanottoon tai synnytyssaliin synnytyksen käynnistymiseen liittyvissä asioissa.

Lähde sairaalaan heti, jos:

- havaitset verenvuotoa
- tunnet jatkuvaa kipua vatsalla/ supistuksia jotka eivät laukea
- epäilet synnytyksen käynnistyneen
- Sinulle on suunniteltu keisarileikkaus, ja synnytys käynnistyy lapsivedenmenolla tai supistuksilla

Mitä otan mukaan sairaalaan?

Ota mukaan neuvolakortti, käyttämäsi lääkkeet ja hygieniavälineet. Halutessasi voit ottaa lukemista, musiikkia ja omat sisäkengät.

Puhelintasi voit käyttää osastolla, mutta synnytyssalissa sen käyttäminen on kiellettyä ja puhelimen pitää olla suljettu.

Poista lävistyskorut ennen sairaalaan lähtöä, myös muut korut on hyvä jättää kotiin.

Synnytys ja kivunlievytys

Kipu kuuluu olennaisena osana supistuksiin. Synnytyskivun lievittäminen on tärkeä osa synnytyksen hoitoa ja siinä otetaan huomioon mahdollisuuksien mukaan sinun toiveesi, synnytyksen vaihe ja vauvojen vointi.

Avautumisvaiheen supistuskipua helpottaa usein liikkuminen ja sopivan asennon löytäminen. Voit rentoutua lämpimän suihkun, lämmitettävän lämpötyynyn ja hieronnan avulla. Käytössä on myös TENS-laite, Aqua-rakkulat, fysiopallo ja keinutuoli. Pyri rentoutumaan erityisesti supistusten välillä ja keräämään voimia tulevaa varten. Luota itseesi ja omaan kehoosi, myönteinen mieliala auttaa jaksamaan.

Lääkkeellisiä kivunlievitysmenetelmiä ovat erilaiset lihakseen annettavat lääkkeet, kohdunkaulanpuudutus, epiduraalipuudutus, spinaalipuudutus sekä pudendaalipuudutus.

Synnytyssalissa hoitoon osallistuvat kätilöt, kätilöopiskelija, synnytyslääkärit, lastenlääkärit sekä tarvittaessa vastasyntyneiden osaston sairaanhoitaja. Synnytyksesi edistymistä ja vauvojen vointia seurataan ja arvioidaan koko ajan. Keisarileikkaus voi olla ennalta suunniteltu tai alatiesynnytys voi päättyä keisarileikkaukseen.

Isä tai tukihenkilö synnytyksessä mukana

Isän tai tukihenkilön rooli on tukea, kannustaa ja olla läsnä. Läheinen ihminen tuo turvallisuuden tunnetta, voi vähentää jännitystä ja pelkoa. Lapsen syntymään osallistuminen on puolisolle tai tukihenkilölle merkittävä kokemus. Isä/tukihenkilö voi halutessaan katkaista napanuorat, jos tilanne sen sallii. Suunniteltuun keisarinleikkaukseen isän/tukihenkilön on mahdollista päästä mukaan. Syntymän jälkeen isällä/tukihenkilöllä on mahdollisuus ottaa hyväkuntoiset vauvat ihokontaktiin ns. kenguruhoitoon.

Isä/tukihenkilö voi ottaa mukaan omat sisäkengät ja eväitä synnytyksen ajaksi, erityisesti iltaa ja yötä varten. Synnytyssalin tiloissa on kahvinkeittomahdollisuus ja lisäksi sairaalassa toimivat päiväsaikaan kahvio Paussi sekä kahvila-ravintola Caterina.

Vastasyntyneiden osasto

Monikkoraskauksissa yleisin syy vauvojen siirtymiseen synnytyksen jälkeen vastasyntyneiden osastolle on ennenaikaisuus. Ennen raskausviikkoa 32 tapahtuvat synnytykset pyritään hoitamaan Kuopion yliopistollisessa sairaalassa, josta vauvat siirtyvät tänne jatkohoitoon heti voinnin salliessa.

Vastasyntyneiden osasto sijaitsee sairaalan takana synnytysvastaanoton läheisyydessä. Osastolla on tehohoituhuone sekä useita jatkohoituhuoneita, joissa vauvoja hoidetaan voinnin mukaan. Osaston käytössä on perhehuone, jossa vanhemmat voivat osallistua vauvanhoitoon ja yöpyä ennen kotiutumista.

Vanhemmat voivat osallistua vauvojensa hoitamiseen heti synnytyksen jälkeen hoitohenkilökunnan opastuksella. Syömisen tukena alkuvaiheessa voi olla syöttökatri, jonka kautta vauvat saavat maidon. Syömisharjoitukset aloitetaan heti, kun vauvojen vointi sen sallii. Imetykseen tuetaan ja kannustetaan. Osastolla ohjataan myös tarvittaessa rintapumpun käyttö. Äidinmaitokeskuksesta voit tarvittaessa vuokrata sähkökäyttöisen rintapumpun kotikäyttöön.

Alkuvaiheessa vauvojen vointia tarkkaillaan monitorien avulla. Teille kerrotaan vauvojen voinnista, mitä seurataan ja miksi. Lisäksi teillä on mahdollisuus olla lääkärinkierrolla mukana.

Käytettävissä on myös sosiaalityöntekijä, psykologi tai fysioterapeutti. Vierailut osastolla ovat sallittuja myös vauvojen sisaruksille. Vierailu aika on vapaa klo 8–21. Isovanhemmilla on myös mahdollisuus tavata vauvoja pienen hetken ajan, mieluiten illalla. Tästä on hyvä sopia vielä erikseen henkilökunnan kanssa. Vauvojen kotiutus tapahtuu heti voinnin salliessa. Yleensä edellytyksenä on n. 2 kg paino ja raskausviikot 36. Lääkäri päättää kotiutuksen ajankohdan.



Naistenosasto

Naistenosastolla hoidetaan raskaana olevia ja synnyttäneitä äitejä. Jos raskaudessasi esiintyy jotain, joka vaatii tarkempaa seurantaa, hoitosi tapahtuu naistenosastolla. Hoitoon osallistuvat kätilöt, lääkärit ja alan opiskelijat. Tarvittaessa voit tavata myös erityistyöntekijöitä, esimerkiksi sosiaalityöntekijän. Hoitoasi arvioidaan päivittäin.

Synnytyksen jälkeen osastolla tarkkaillaan toipumistasi sekä vauvojen sopeutumista kohdun ulkoiseen elämään. Osastolla teitä ohjataan vauvojen hoidossa ja imetyksessä.

Kotiutumisen edellytyksenä on, että vauvat ja sinä voitte hyvin ja imetys on lähtenyt hyvin alkuun. Lastenlääkäri tarkastaa vauvat osastolla 2 vrk iässä. Jos vauvat ovat siirtyneet hoitoon vastasyntyneiden osastolle ja ovat seurannassa pitkään, kotiutuvat he sieltä. Sinä kotiutut kuitenkin normaalisti synnytyksen jälkeen osastolta. Tällöin voitte käydä hoitamassa vauvoja kotoa käsin.

Vierailuajat naistenosastolla

- puoliso ja vauvojen sisarukset klo 8–20
- isovanhemmat klo 17–19
- muita vieraita voi tavata esim. kahviossa

Yhteystiedot

Äitiys- ja sikiötutkimuspoliklinikka Gravida

puh. 014 269 1104

Synnytysvastaanotto

puh. 014 269 1204

Synnytyssali

puh. 014 269 1404

Vastasyntyneiden osasto

puh. 014 269 1441

Naistenosasto

puh. 014 269 1002

Kahviloiden aukioloajat

Caterina:

arkisin klo 7.30–15.00

la-su, pyhät klo 9.30–14.00

Sairaalakahvio Paussi:

arkisin klo 8.30–19.30

la klo 9.30–19.30

su klo 11.00–19.30



Synnytysyksikön kättilöt toivottavat teidät lämpimästi
tervetulleeksi synnyttämään!