

# SYNNYTYSVALMENNUS

## Lapin keskussairaala

2023

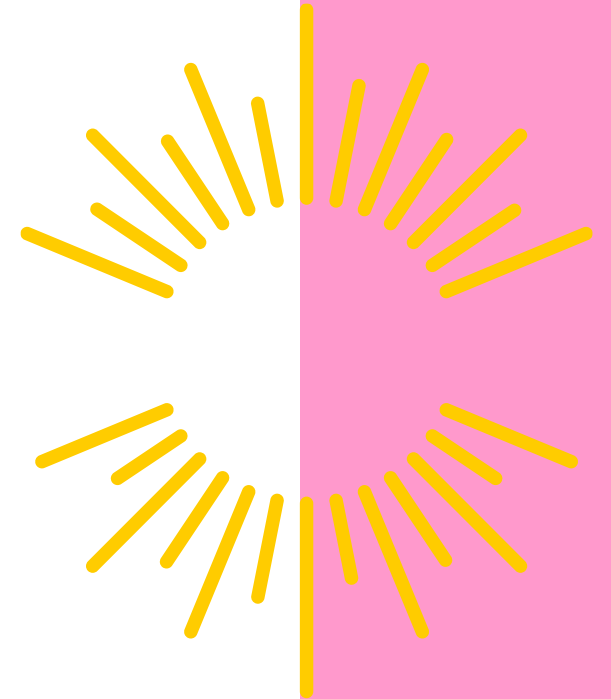
# Milloin lähteä sairaalaan?

Hoidamme kaikki raskauteen liittyvät päivystyspotilaat raskausviikon 22 jälkeen.

Tätä pienemmillä viikoilla, ota yhteys keskitettyyn päivystysnumeroon **116117** (24h).

Raskaus on täysiaikainen kun sinulla on raskausviikkoja 37+0.

Mikäli sinulla on synnytyksen käynnistymiseen viittaavia merkkejä ennen tätä, olethan yhteydessä synnytysvastaanottoon ([040 512 0543](tel:0405120543)).



lapha.fi

Lapin hyvinvointialue  
Lappi buresveadjinguovlu  
Laapi pyereestvaijeemkuávlu  
Lappi pue'rrvääjjamvu'vdd

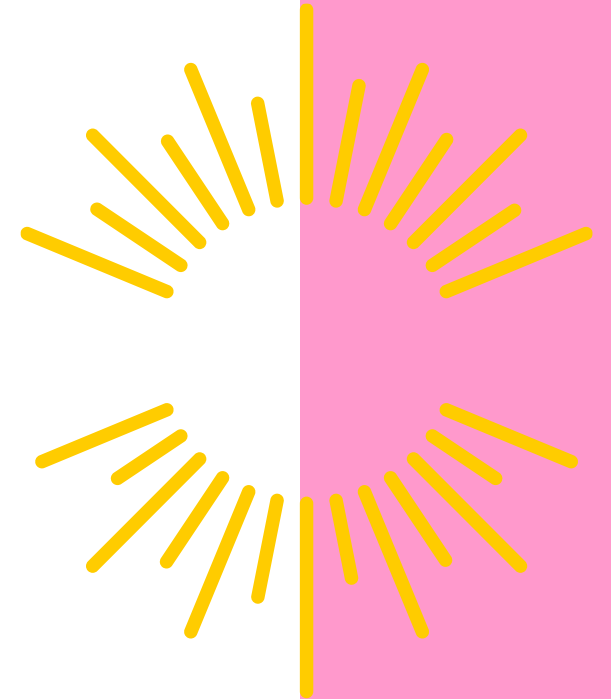
# Milloin lähteä sairaalaan?

## Supistukset

Latenssivaiheessa supistukset ovat kestoaltaan lyhyitä ja supistusväli voi vaihdella.

Latenssivaiheen supistuksia voit seurata kotona. Latenssivaiheessa supistuskipua voit lievittää esimerkiksi lämpimällä suihkulla, lämpöpussilla, erilaisilla asennoilla, hieronnalla, paracetamolilla ja tens-laitteella.

Kun supistukset muuttuvat säännöllisiksi (eli tulevat alle 10 minuutin välein ja kestävät noin minuutin) ja voimistuvat, eikä kotikonstit enää riitä, on aika lähteä sairaalaan. Ensisynnyttäjällä säännöllisiä supistuksia on hyvä seurata kotona vähintään kahden tunnin ajan.



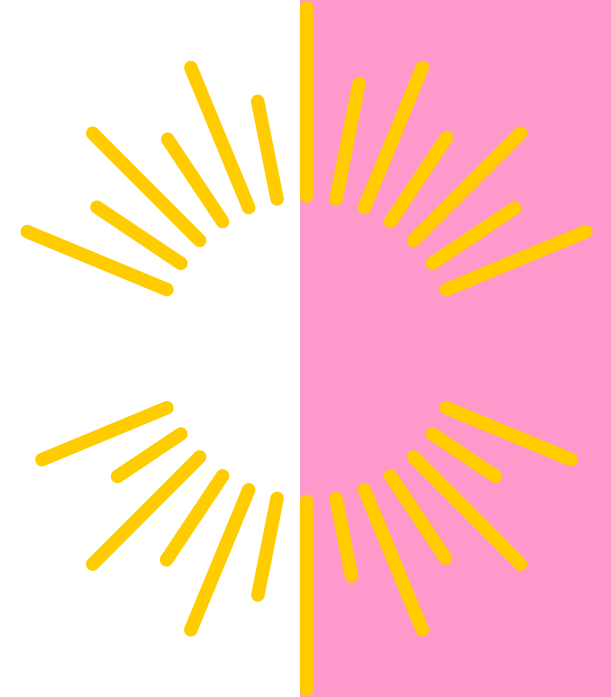
# Milloin lähteä sairaalaan?

## Verinen vuoto

Kuukautisvuotoon verrattavissa oleva verinen tai hyytymäinen vuoto on aina poikkeavaa. Tule tällöin viivyttelämättä ambulanssilla sairaalaan.

## Sikiön vähentyneet liikkeet

Loppuraskaudesta sikiön liikkeitä on hyvä seurata päivittäin. Tarkemmat liikelaskentaohjeet saat neuvolan terveydenhoitajalta. Mikäli liikelaskenta ei täyty, on syytä tulla sairaalaan.



lapha.fi

Lapin hyvinvointialue  
Lappi buresveadjinguovlu  
Laapi pyereestvaljeemkuávlu  
Lappi pue'rrvääjjamvu'vdd

# Milloin lähteä sairaalaan?

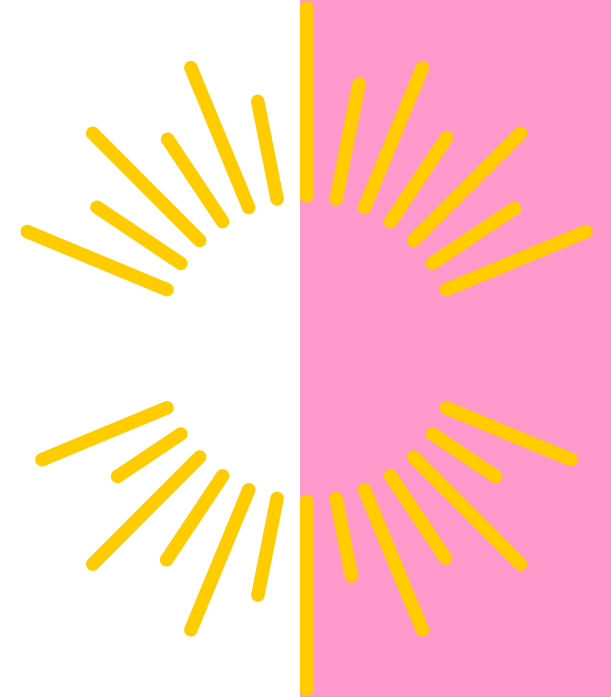
## Lapsivedenmeno

Jos epäilet lapsiveden menneen, laita side ja seuraa vuodon määrää ja laatua. Lapsivesi on tavallisesti kirkasta tai vaaleanpunaista.

Ole yhteydessä synnytysvastaanottoon ([040 512 0543](tel:0405120543))

Limatulpaksi kutsutaan vereslimaista vuotoa, jota voi tulla pitkäänkin ennen synnytyksen käynnistymistä. Limatulpan vuoksi ei tarvitse tulla sairaalaan.

Mikäli sikiö on perätilassa tai pää ei ole kiinnittynyt lantioon, tule sairaalaan makuuasennossa ambulanssilla. Synnytysvastaanoton kätilö auttaa sinua arvioimaan ambulanssin tarvetta.



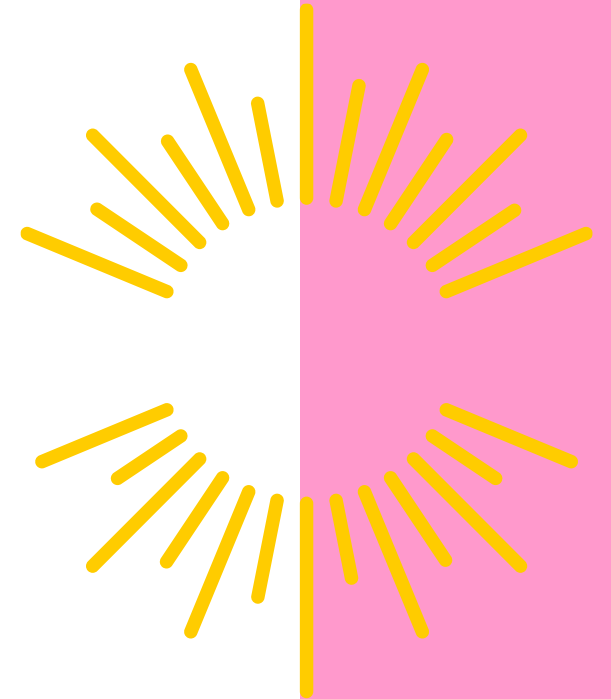
lapha.fi

Lapin hyvinvointialue  
Lappi buresveadjinguovlu  
Laapi pyereestvaijemkuávlu  
Lappi pue'rrvääjjamvu'vdd

Sairaalaan tullessa pääovi on auki  
klo 6.30-20.00.

Yöaikaan sairaalaan pääsee sisään ainoastaan  
takakautta, videoitu kulkuohje löytyy erillisenä  
tiedostona: <https://youtu.be/2gF2WE0eoxo>  
Ovesta pääsee sisään soittamalla ovikelloa.  
Takaovella on 2h kiekkoparkkeja saattajalle  
varattuna. Pysäköinti on muutoin sairaalan alueella  
maksullista.

Synnytyssalit sijaitsevat 6. krs, hisseiltä katsottuna  
vasemmalla puolella



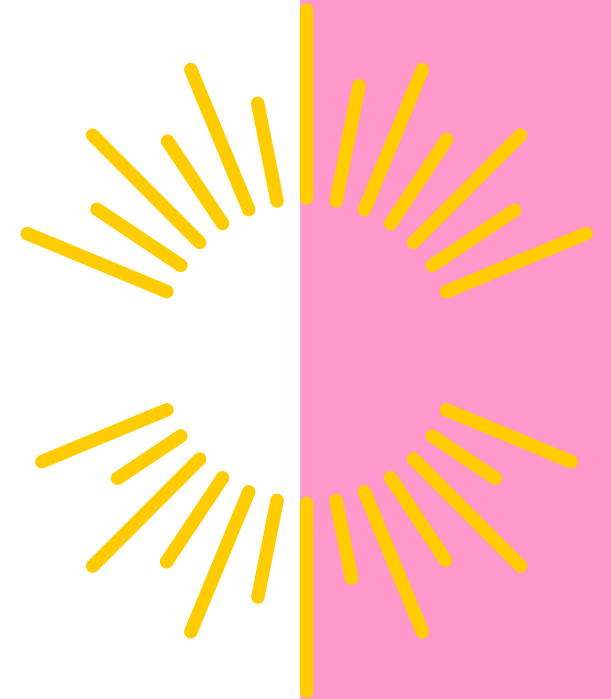
lapha.fi

Lapin hyvinvointialue

Lappi buresveadjinguovlu  
Laapi pyereestvaljeemkuávlu  
Lappi pue'rrvääjjamvu'vdd

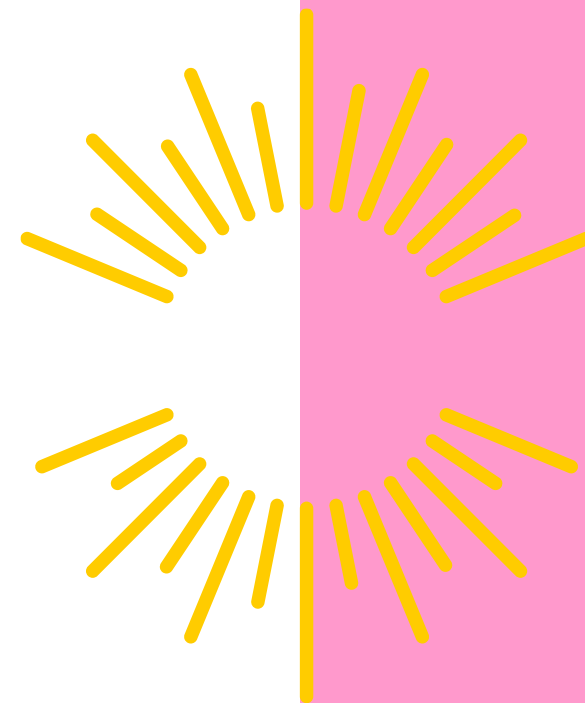
# Synnytysvastaanotto

- ❖ Sairaalaan tullessa tarkistamme sinun ja vauvasi voinnin.
- ❖ Seulomme kaikilta synnyttäjiltä pumpulipuikolla otettavan streptokokkinäytteen emättimestä
- ❖ Muita yleisiä tutkimuksia ovat mm. ulko- ja sisätutkimus, sikiön sydänäänikäyrä, verikokeet
- ❖ Tilannearvion jälkeen voit siirtyä tarkkailu- tai synnytyshuoneeseen tai kotiutua





# Synnytysvastaanotto

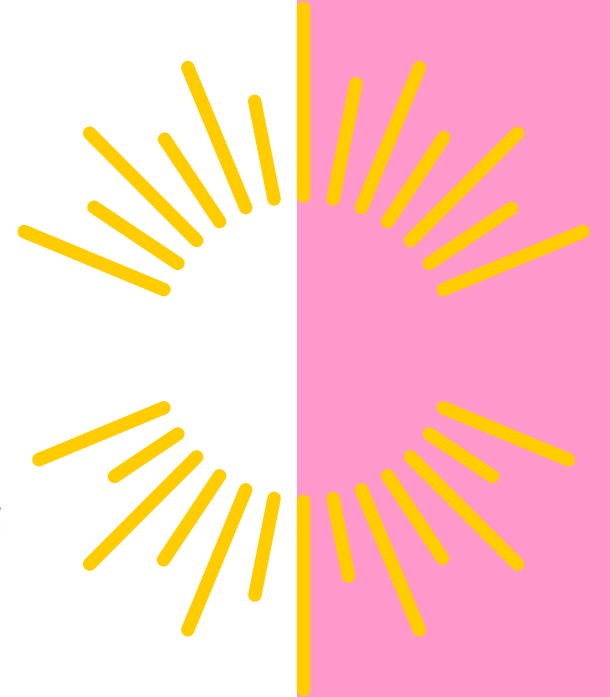




# Tarkkailuhuone

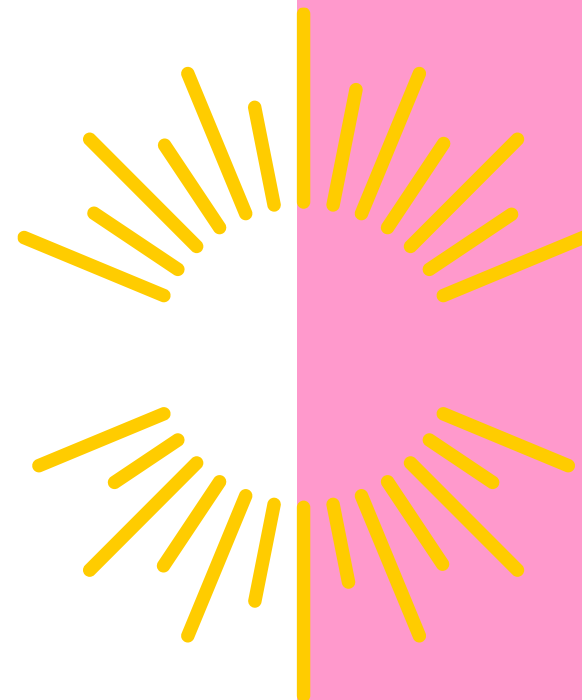


- ❖ Tarkkailuhuoneessa hoidamme esimerkiksi latenssivaiheessa olevia synnyttäjiä, silloin kun kotikonstit eivät enää riitä kivunlievitykseksi
- ❖ Tarkkailuhuoneessa puoliso/tukihenkilö voi vieraillla, mutta yöpyminen ei ole mahdollista



# Synnytyssali

- ❖ Synnytyssaliin siirytään synnytyksen ollessa kunnolla käynnissä. Puoliso/tukihenkilö voi olla tukenasi ympäri vuorokauden. Synnytyssalissa perheen vointia seurataan vähintään kaksi tuntia synnytyksen jälkeen
- ❖ Kaikissa synnytyssaleissa on käytössä joogaliina, jumppapallo ja muita välineitä sopivien asentojen löytämiseksi. Lisäksi synnytyssaleista löytyy mm. mikro, WC ja suihku.
- ❖ Vauvan syntymän jälkeen tuemme ihokontaktiin ja ensimmäiseen sekä tarkistamme vauvan voinnin.



Jännittää. Pitäisikö kysyä kätilöltä neuvoa?

Voisinko hieroa sinua?

Haluaisitko juotavaa?

Nyt minäkin voisın levähtää

Voisinko minäkin saada vauvan ihokontaktiin?

## Puolison/tukihenkilön rooli

Haluaisitko syötävää?

Pärjät hienosti

Haluaisitko kuunnella jotain musiikkia?

Meillä menee hyvin ♥

Saanko ottaa sinusta kuvan?

Tarvitsetko apua vessaan?

Taidan syödä itsekin

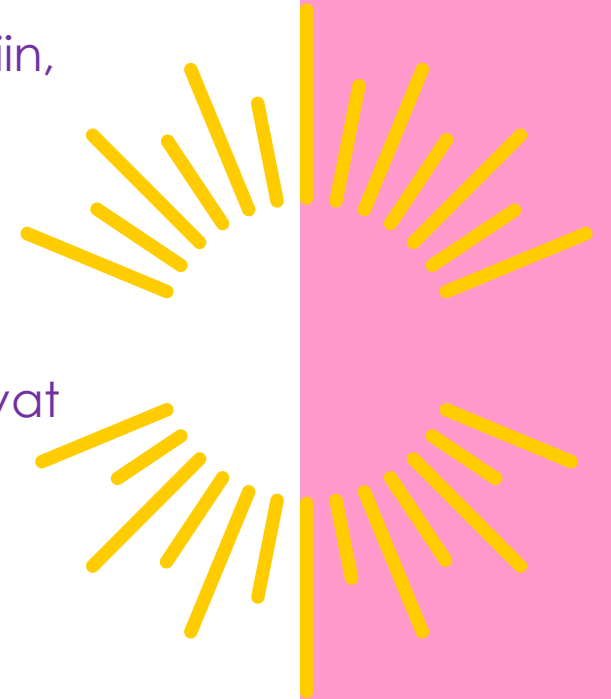


lapha.fi

Lapin hyvinvointialue  
Lappi buresveadjinguovlu  
Laapi pyereestvaijeemkuávlu  
Lappi pue'rrvääjjamvu'vdd

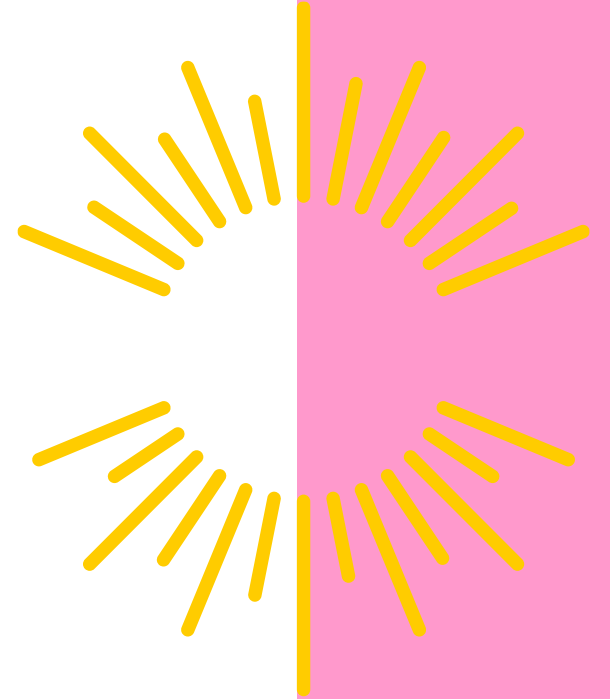
# Synnytyksen avautumisvaihe

- ❖ Synnytyksen avautumisvaiheen aikana vauva kulkeutuu luisen lantion läpi kohdun supistumisen vaikutuksesta ja kohdunsuu avautuu 10 cm:iin, kohdunsuu on silloin ”täysin auki”. Kohdun supistukset ovat rytmisiä ja voimakkaita.
- ❖ Synnytyskivulle on monta syytä: kohdunsuun avautuminen, lantion kudosten venyttyminen, hermoihin ja niveliin kohdistuva paine ja kudoksen hapenpuute. Synnytyskivun voimakkuus ja kivunsietokyky ovat yksilöllistä.
- ❖ Kipua voidaan lievittää sekä lääkkeettömällä että lääkkeellisillä menetelmillä, näitä voidaan käyttää myös yhtä aikaa.
- ❖ Synnytys lasketaan käynnistyneeksi kun säännölliset, alle 10 min väliajoin tulevat supistukset alkavat.



# Ponnistusvaihe

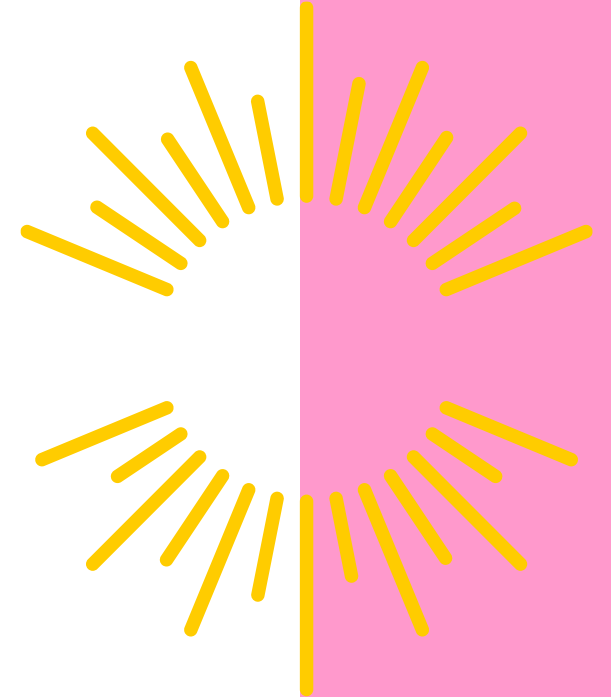
- ❖ Kun kohdunsuu on avautunut täyteen mittaansa, alkaa synnytyksen toinen vaihe. Vauvan odotellaan laskeutuvan supistusten ja rentoutumisesi ansioista tarpeeksi alhaalle ennen kuin aktiivinen ponnistaminen aloitetaan.
- ❖ Tässä vaiheessa on tärkeää pysyä rentona, hengitellä tehokkaasti ja tehdä tilaa vauvan laskeutumiselle avaamalla lantiota. Jos tässä vaiheessa koet työntämisen tarvetta, voit kättilön ohjaamana työntää vauvaa alaspäin kevyesti uloshengityksen aikana



lapha.fi

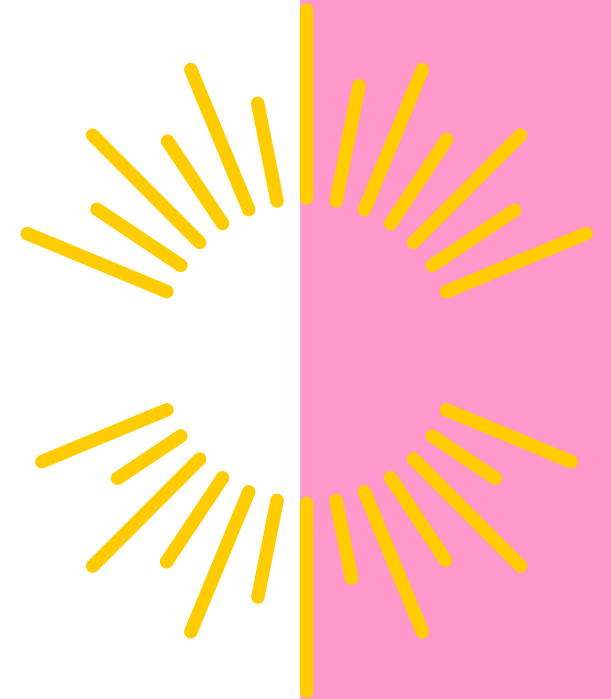
Lapin hyvinvointialue  
Lappi buresveadjinguovlu  
Laapi pyereestvaijeemkuávlu  
Lappi pue'rrvääjjamvu'vdd

- ❖ Kätilö ohjaa sinua ponnistusvaiheessa toimimaan oikein ja löytämään sopivan asennon. Hyvin usein asentoa vaihdetaan ponnistusvaiheen aikana. Loppuvaiheessa kätilö tukee välilihaa ja kontrolloi samalla vauvan pään syntymistä antaen sinulle suullisesti ohjeita.
- ❖ Ponnistusvaiheen pituus on yksilöllistä mutta keskimäärin se kestää 30-60 min.
- ❖ Vauvan syntymähetkellä huoneeseen pyydetään toinen kätilö. Vauva kuivataan ja nostetaan äidin rinnanpäälle ihokontaktiin. Napanuoran annetaan sykkiä loppuun asti ja sen jälkeen puolison/tukihenkilön on mahdollista katkaista napanuora.



Lisää materiaalia synnytykseen  
valmistautumisesta löydät naistalon  
sivulta:

[Synnytykseen valmistautuminen](#)



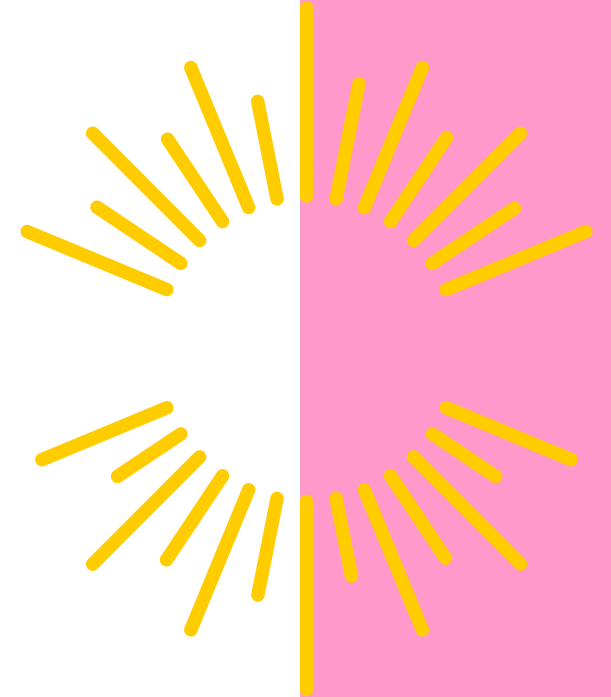
lapha.fi

Lapin hyvinvointialue  
Lappi buresveadjinguovlu  
Laapi pyereestvaljeemkuávlu  
Lappi pue'rrvääjjamvu'vdd



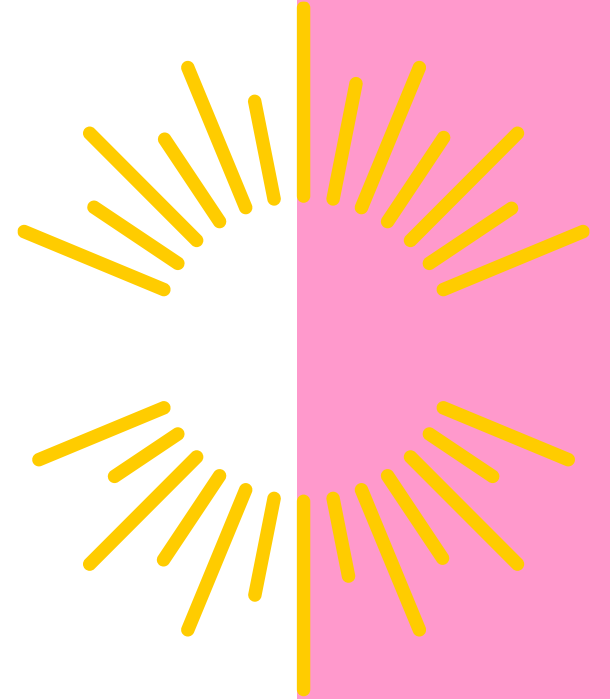
# Jälkeisvaihe ja synnytyksen jälkeinen seuranta

- ❖ Synnytys päättyy jälkeisten syntymiseen 15 min – 1 tunnin kuluessa. Vauvan syntymän jälkeen saat kohtua supistavaa lääkettä, oksitosiinia, jolla istukan syntyminen varmistetaan. Istukan syntyessä voit tuntea tarvetta ponnistaa tai kätilö painaa istukan vatsan päältä ulos.
- ❖ Istukan syntymisen jälkeen kätilö ompelee mahdolliset repeämät tai leikkaushaavan. Ommeltava alue puudutetaan, jotta et tuntisi kipua. Kohdun supistumista seurataan synnytyksen jälkeen vatsan päältä painaen, sekä synnytyssalissa että osastolla.





- ❖ Olet vauvasi kanssa synnytyssalissa seurattavana noin kaksi tuntia synnytyksen jälkeen. Sinä aikana voit rauhassa puolisoasi tai tukihenkilösi kanssa tutustua vauvaan, aloittaa imetyksen, levätä ja kerätä voimia.

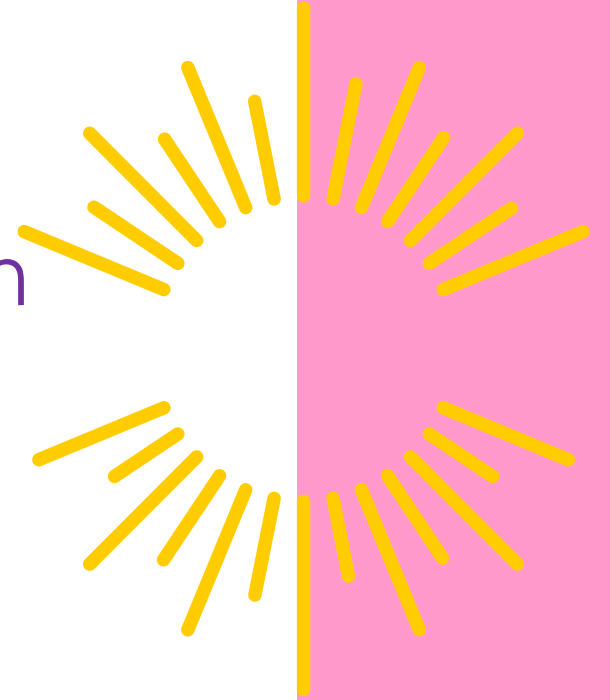


lapha.fi

Lapin hyvinvointialue

Lappi buresveadjinguovlu  
Laapi pyereestvaijeemkuávlu  
Lappi pue'rrvääjjamvu'vdd

# Synnytyskivunlievittäminen eri menetelmin



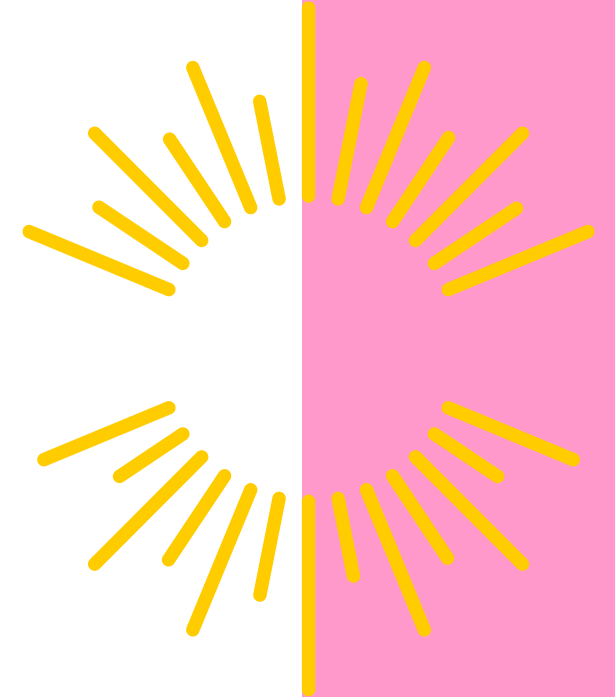
[lapha.fi](https://lapha.fi)

Lapin hyvinvointialue

Lappi buresveadjinguovlu  
Laapi pyereestvaijeemkuávlu  
Lappi pue'rrvääjjamvu'vdd

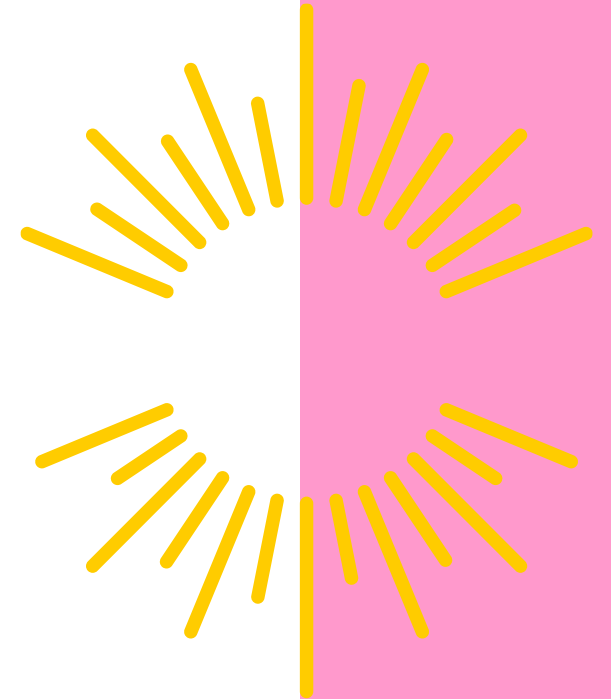
# Lääkkeettömät

- ❖ Gua sha -kampa
- ❖ Hieronta
- ❖ lämpö/suihku/amme
- ❖ rebozo-liina
- ❖ aqua-rakkulat
- ❖ TENS
- ❖ erilaiset asennot
  - ❖ jumppapallo
  - ❖ CUBE
  - ❖ ilmajoogaliina
- ❖ Liike
- ❖ äänenkäyttö ja synnytyslaulu
- ❖ Valaistus
- ❖ musiikki



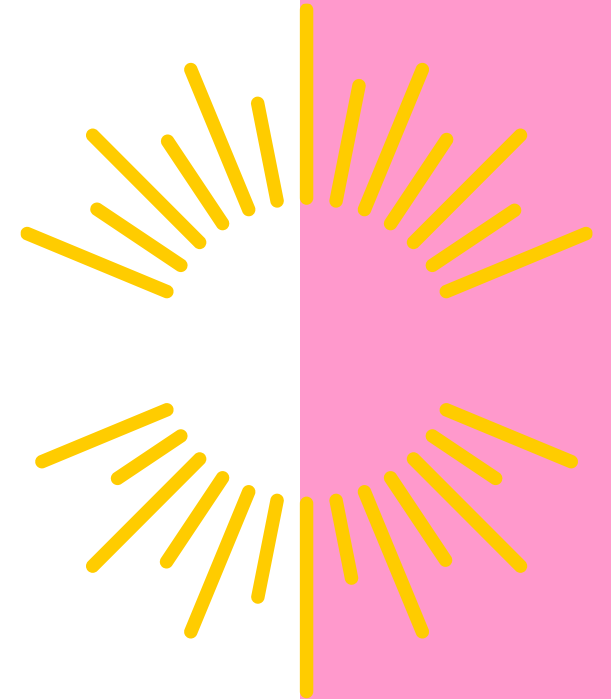
# Lääkkeelliset kivunlievitysmenetelmät

- ❖ Panadol
- ❖ Oxanest
- ❖ Ilokaasu
- ❖ kohdunkaulanpuudute (PCB-puudutus)
- ❖ häpyhermon puudutus (pudendaali)
- ❖ epiduraalipuudutus
- ❖ spinaalipuudutus



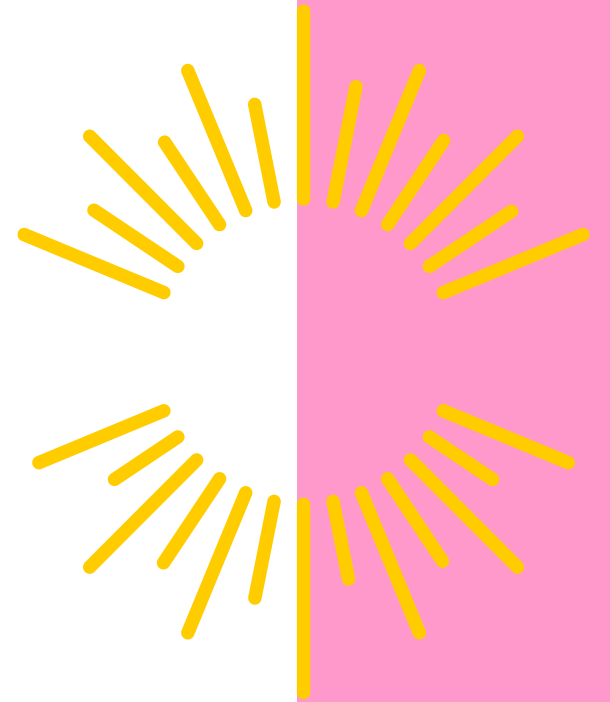
# Veteen synnyttäminen

- ❖ Mahdollista kun kriteerit täyttyvät (mm. rv 37+0 - 41+3, normaali raskaus ja mahdollinen edellinen synnytys on ollut säännöllinen)
- ❖ Kätilö käy kanssasi yhdessä läpi vesisynnytyksen kriteerit ja käytännöt
- ❖ Vesisynnytyksessä voidaan käyttää tietyin edellytyksin kohdunkaulapuudutuksia, pudendaalipuudutuksia ja muita kipulääkkeitä. Selkäpuudutukset eivät ole vesisynnytyksessä mahdollisia.





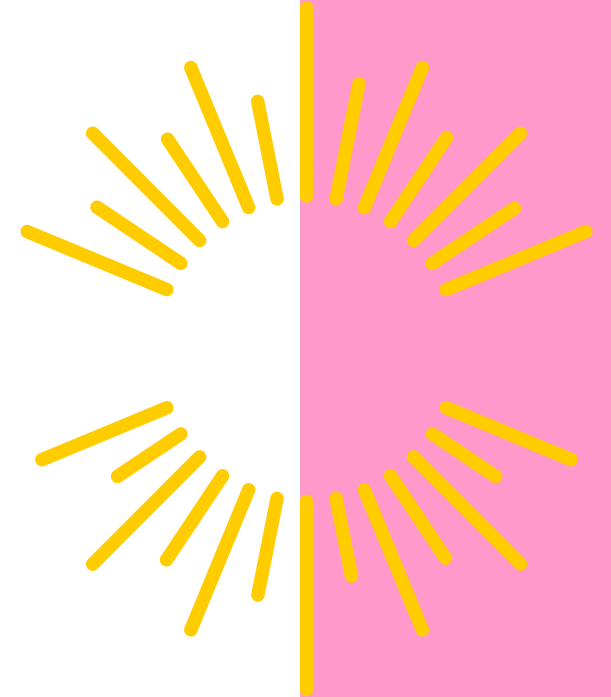
Ammehuone





# Synnytyksen käynnistäminen

- ❖ Synnytys on tarpeen käynnistää mikäli raskaus on kestänyt rv 41+3 tai raskauden kulussa on ilmennyt poikkeavaa
- ❖ Terveystenhoitajasi tekee tarvittaessa lähetteen äitiyspoliklinikalle
- ❖ Äitiyspoliklinikalla lääkäri arvioi käynnistämistarpeen ja käynnistystavan

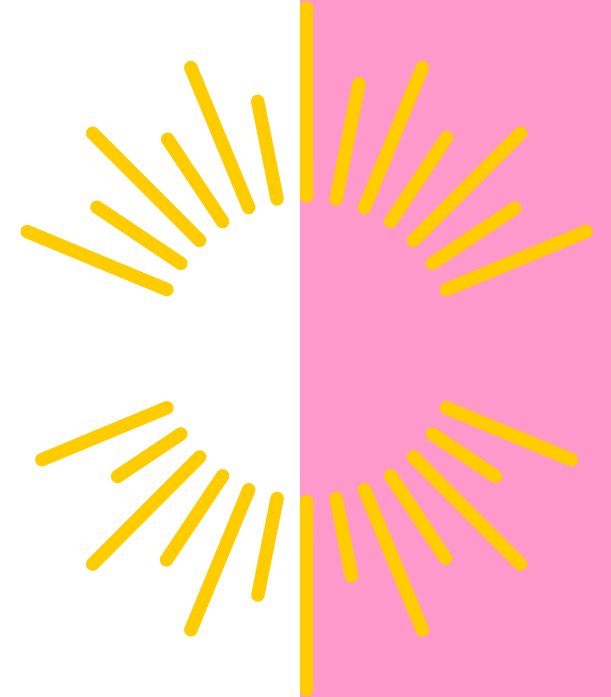


lapha.fi

Lapin hyvinvointialue  
Lappi buresveadjinguovlu  
Laapi pyereestvajeemkuávlu  
Lappi pue'rrvääjjamvu'vdd

# Käynnistysmenetelmät

- ❖ Misoprostoli
  - ❖ Ballonki
  - ❖ kalvojen puhkaisu
  - ❖ oksitosiini-infuusio
- 
- ❖ rv 38+0 jälkeen voit halutessasi aloittaa käsinlypsyn oman oksitosiinierityksen tehostamiseksi

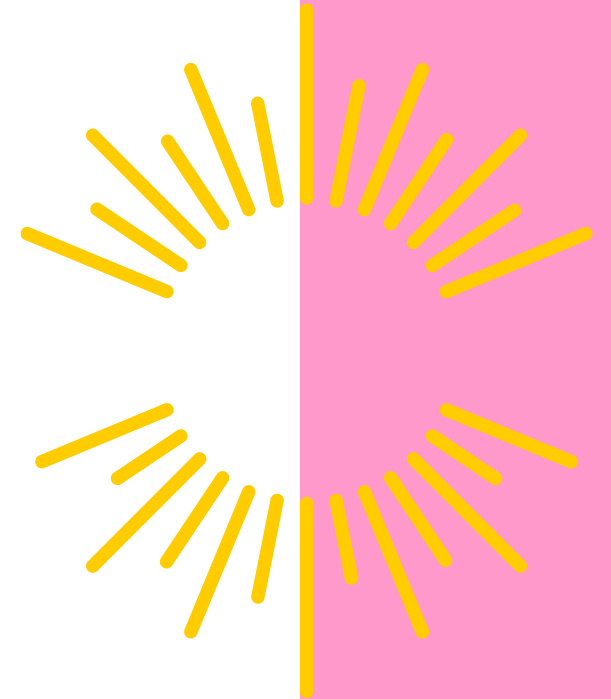


# Erityistilanteet synnytyksessä

- ❖ Keisarileikkaus
  - ❖ Suunniteltu
  - ❖ Kiireellinen ja hätä
- ❖ Imukuppiavusteinen synnytys
- ❖ Perätilasynnytys
- ❖ Kaksossynnytys
- ❖ Runsas vuoto synnytyksessä
- ❖ Istukan käsiniirrotus

[Lisätietoa](#)

[Linkki Synnytyksen erityistilanteet](#)

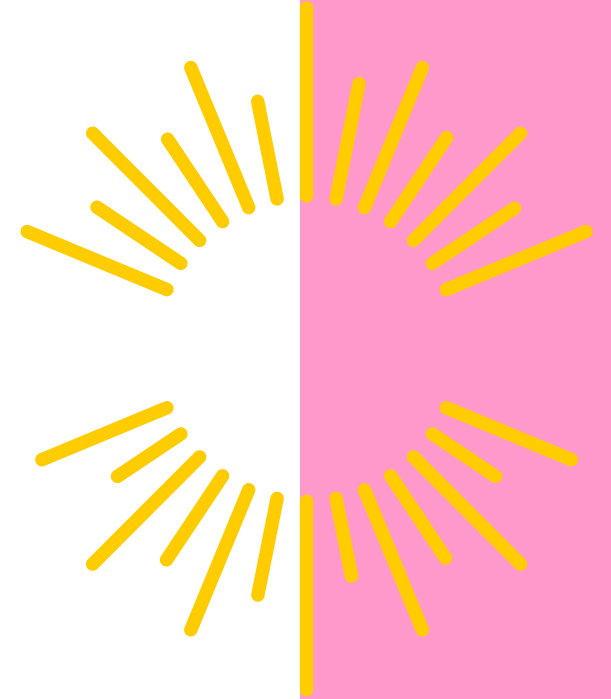


lapha.fi

Lapin hyvinvointialue  
Lappi buresveadjiinguovlu  
Laapi pyereestvaijeemkuávlu  
Lappi pue'rrvääjjamvu'vdd

# Lapsivuodeosastolla

- ❖ Synnytyssalissa alkanutta ihokontaktia on hyvä jatkaa myös osastolla
- ❖ Osastolla toteutamme ympärivuorokautista vierihoitoa. Tämä mahdollistaa parhaiten vauvantahtisen imetyksen.
- ❖ Pyrimme järjestämään mahdollisuuksien mukaan perhehuoneita, ilmaisethan toiveesi synnyttämään tullessa
- ❖ Saat ohjausta vauvanhoitoon ja imetykseen koko sairaalassaoloajan

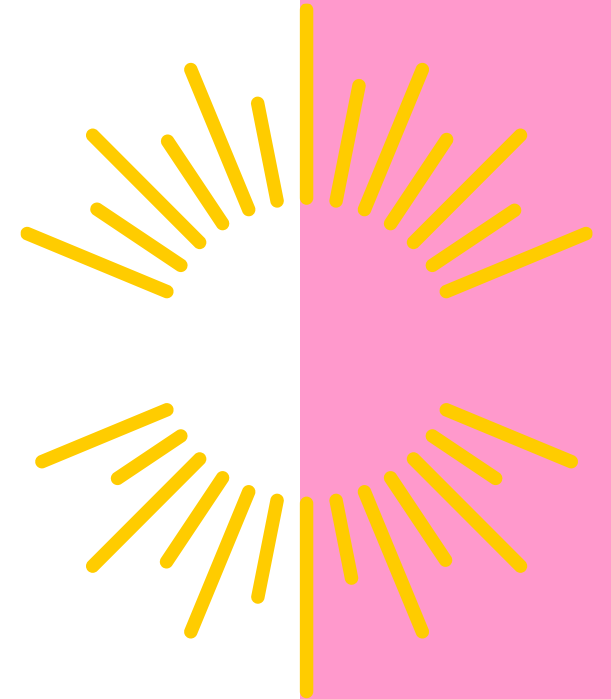


lapha.fi

Lapin hyvinvointialue

Lappi buresveadjinguovlu  
Laapi pyereestvaijemkuávlu  
Lappi pue'rrvääjjamvu'vdd

- ❖ Seuraamme vauvasi vointia säännöllisesti tekemällä mittauksia
- ❖ Lastenlääkäri tarkistaa vauvasi noin kahden vuorokauden ikäisenä
- ❖ Kotiutuminen on yksilöllistä. Siihen vaikuttavat sekä äidin että vauvan vointi. Yleensä osastolla ollaan 2-3vrk synnytyksen jälkeen
- ❖ Pääsääntöisesti hoito kotiutumisen jälkeen jatkuu neuvolassa, mutta esimerkiksi imetyshaasteissa voit ottaa yhteyttä Kätilö- ja Imetyspoliklinikkaan (0408462062)



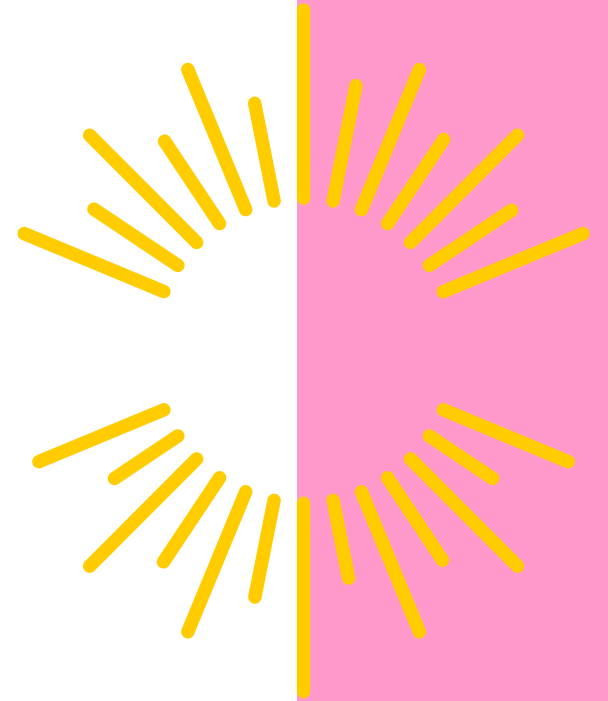
lapha.fi

Lapin hyvinvointialue

Lappi buresveadjinguoovu  
Laapi pyereestvaijeemkuávu  
Lappi pue'rrvääjjamvu'vdd

Lisää vauvanhoitoon ja seurantaan liittyvää tietoa voit lukea täältä:

<https://www.terveyskyla.fi/naistalo/raskaus-ja-synnytys/vastasyntynyt>




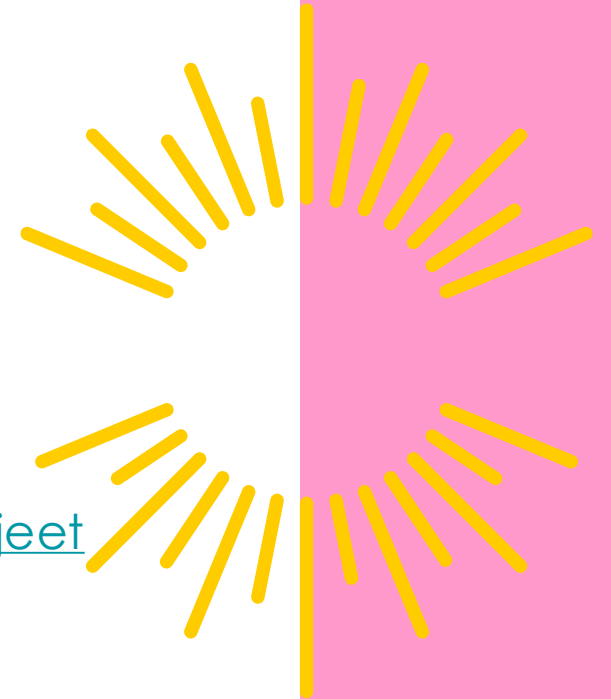
lapha.fi

Lapin hyvinvointialue

Lappi buresveadjinguovlu  
Laapi pyereestvaljeemkuávlu  
Lappi pue'rrvääjjamvu'vdd

# Hyödyllisiä linkkejä

- ❖  Lks\_naistenklinikka
- ❖ Tietoa raskauteen, synnytykseen ja vauvanhoitoon liittyen <https://www.terveyskyla.fi/naistalo/>
- ❖ [www.lshp.fi](http://www.lshp.fi)
- ❖ Klinikkan omat oppaat kivunlievityksestä ja vauvanhoidosta [https://www.lshp.fi/fi-FI/Sairaanhoitopalvelut/Naistentaudit\\_ja\\_synnytykset/Oppaat\\_ja\\_ohjeet](https://www.lshp.fi/fi-FI/Sairaanhoitopalvelut/Naistentaudit_ja_synnytykset/Oppaat_ja_ohjeet)
- ❖ Synnytyssalin esittelyvideo <https://dreambroker.com/channel/sqa7xawv/ez2m5o10>
- ❖ Tutkittua tietoa imetyksestä <https://imetys.fi/>





Tervetuloa synnyttämään  
Lapin keskussairaalaan!