

SYNNYTYS

Verkkoperhevalmennus

PIRKKALA




TAMPEREEN YLIOPISTOLLINEN SAIRAALA

- Vuosittain noin 4400 synnytystä
- Uusi synnytysyksikkö otettu käyttöön 15.1.2020
- Synnyttäjät saapuvat D-rakennuksen 4. kerrokseen, käyntiosoite Elämänaukio 2 (pysäköintihalli osoitteessa Kuntokatu 2)
- [Näin saavut synnyttämään Taysiin](#)
- Synnytyshuoneita on 19, joista neljässä on amme
- Synnytysyksiköstä siirrytään osastolle tai Perheonnipotilashotelliin
- Synnyttämään tuleville tutustumiskäynnit torstaisin klo 15.30, katso lisää [tästä](#)
- [Tervetuloa synnyttämään esite](#)

SYNNYTYKSEN KÄYNNISTYMINEN

Synnytys käynnistyy yleensä supistuksilla tai lapsivedenmenolla

Supistukset voivat

- alkaa lievinä, voimistua ja tihentyä hiljalleen
- alkaa heti kivuliaina ja säännöllisiä
- loppua muutaman tunnin kuluttua alkaakseen myöhemmin uudelleen

Ovat säännöllisiä, kun tulevat 5-10minuutin välein ja tuntuvat voimakkailta. Kun supistukset alkavat kotona, niitä voi seuraila rauhassa kotona, yleensä niin kauan kuin hyvältä tuntuu.

Lapsivedenmeno

- Lapsivettä voi tulla kerralla runsaasti tai se voi mennä tihkuamalla pikkuhiljaa. Supistukset eivät välttämättä ala heti lapsiveden mentyä.
- Tavallisesti lapsivesi on kirkasta tai vaaleanpunertavaa
- Jos lapsivesi menee, soita synnytysyksikköön numeroon [03 311 65942](tel:0331165942). He antavat ohjeita jatkosta.

OTA YHTEYTTÄ SAIRAALAAN

- Synnytyksen käynnistyttyä; viimeistään kun omat konstit eivät enää riitä tai olo kotona alkaa tuntua epävarmalta
- Supistuksesi ovat kivuliaita ja säännöllisiä.
- Epäilet lapsivedenmenoa

TAI

- Jos lapsivesi on veristä tai vihreää
- Sinulla on runsasta verenvuotoa
- Sinulla on jatkuvaa kovaa vatsakipua
- Et tunne vauvan liikkeitä normaalisti
- Lapsesi on perätilassa tai odotat kaksosia

MITÄ MUKAAN SAIRAALAAN

Ota synnyttämään lähtiessäsi mukaan

- henkilöllisyystodistus (ajokortti, henkilökortti tai passi)
- kopio sähköisestä neuvolakortista, jos mahdollista
- Henkilökohtaiset hygieniatarvikkeet
- Lääkärin määräämät lääkkeet
- Omat sisäjalkineet, myös puolisolalle / tukihenkilölle
- Halutessasi voit käyttää omia vaatteita. Väljät ja joustavat paidat helpottavat ihokontaktia vauvan kanssa (myös puoliso ja tukihenkilöt saavat vauvan halutessaan iholle)
- kolikoita välipala-automaatteja varten, pysäköinti maksetaan kortilla

SYNNYTYS- VASTAANOTTO

Kun saavut sairaalaan, kätilö haastattelee sinut ja kartoittaa sen hetkisen tilanteen. Tulovaiheessa tehtäviä tutkimuksia ovat muun muassa

- virtsanäyte, lämpö ja verenpaine
- sikiön sydänäänten kuuntelu
- sikiön asennon ja koon arviointi vatsan päältä
- sisätutkimus, jolla arvioidaan kohdunsuun aukioloa.
- jos mukanasasi on tulevan lapsen toinen vanhempi tai tukihenkilösi, hän voi olla tukenasi synnytyksen ajan. Synnytykseen voi puolison/tukihenkilön lisäksi osallistua doulassi.
- [Video- sairaalaan saapuminen](#)

SYNNYTYKSEN KÄYNNISTÄMINEN

- Joskus synnytys päätetään käynnistää äidin tai sikiön hyvinvoinnin turvaamiseksi. Myös yliaikaisuus on yksi käynnistämisen syy
- Käynnistysmenetelmiä on useita erilaisia, käynnistysmenetelmän valintaan vaikuttavat raskauden kokonaistilanne sekä kohdunsuun kypsyys
- Käynnistämisestä ja käynnistystavasta päättää lääkäri yhdessä sinun kanssasi

[Lue tästä Taysin käynnistyskäytännöistä](#)

SYNNYTYSTOIVEET

- Vaikka etukäteen ei voi varmasti tietää, mitä synnytyksessä tulee tapahtumaan, on hyvä pohtia ja kirjata ylös omia ajatuksia ja toiveita synnytyksen liittyen
- Voit täyttää loppunaan toiveita synnytyksen suhteen, tai voit tulostaa ajatuksiasi synnytyksestä- kyselyn [tästä](#) ja ottaa sen mukaan synnytysyksikköön
- On tärkeää jutella synnytyksestä ja siihen liittyvistä asioista myös synnytykseen tulevan puolison/tukihenkilön kanssa, jotta hän tietää ajatuksistasi synnytyksen edetessä

TUKIHENKILÖN ROOLI

Tukihenkilöllä on synnytyksessä monta tärkeää tehtävää

- Kivunlievittäjän rooli
- Huolehtija
- Synnyttäjän puolestapuhuja
- Kannustaja, rohkaisija, tukija

On hyvä keskustella yhdessä siitä, mitä synnyttäjä toivoo tukihenkilöltä, ja mitä toiveita synnyttäjällä on synnytykseen liittyen, jotta tukihenkilö osaa kertoa niistä tarvittaessa kätilöille

[Vinkkejä tukihenkilölle synnytystä varten](#)

SYNNYTYKSEN VAIHEET - AVAUTUMISVAIHE

- Avautumisvaihe katsotaan alkaneeksi kun supistukset ovat säännöllisiä ja kohdunsuu avautuu 2-4 senttiä. Avautumisvaihe loppuu, kun kohdunsuu on täysin auki
- Kohdunsuun avautuminen on yksilöllistä, voi kestää tunnista useampaan vuorokauteen
- Avautumisvaihe voi usein olla odottelua
- Yleensä supistukset voimistuvat ja tihentyvät loppua kohden
- Sairaalassa vauvan sykettä ja synnytyssupistuksia seurataan koko synnytyksen ajan. Avautumisvaiheessa, mikäli synnyttäjää ei tarvitse lääkkeellistä kivunlievitystä ja vauvan sykekäyrä on moitteeton, voidaan sykettä seurata ajoittain.

[Video- avautumisvaihe](#)

SYNNYTYSKIPU

- Usein synnytyssupistukset tuntuvat kipuna
- Kivulla on selkeä tavoite ja päämäärä: se vie synnytystä eteenpäin
- Supistusten välissä on taukoja
- Kipu pitää synnyttäjän liikkeellä ja ohjaa asentoihin, joissa vauva parhaiten laskeutuu lantioon
- Kipu aktivoi elimistön omia kivunlievitysmenetelmiä; mutta kipuun on olemassa monia lääkkeettömiä ja lääkkeellisiä kivunlievityskeinoja

[Video- synnytyskipu](#)

LÄÄKKEETÖN KIVUNLIEVITYS

- Hengittäminen läpi supistusten helpottaa kipua, ja hengitykseen keskittyminen vie huomiota pois kivulta
- Rentoutuneena kohtu työskentelee tehokkaammin ja kohdunsuu avautuu paremmin. Liikkuminen ja asennonvaihdot helpottavat supistuskipua
- Hengitystä ja rentoutumista voit harjoitella jo ennen synnytystä
- Avautumisvaiheen kivunlievityksenä voi käyttää suihkua, ammetta, lämpöpakkauksia, terapiapalloa, keinutuolia, tens-laitetta, aquarakkuloita ja tukihenkilön antamaa hierontaa

[Lue lisää lääkkeettömästä kivunlievityksestä](#)

LÄÄKKEELLINEN KIVUNLIEVITYS

- Avautumisvaiheen alkuvaiheessa voidaan antaa kipulääkettä lihakseen
- Ilokaasua voi käyttää koko synnytyksen ajan
- Kohdunkaulan eli paraservikaalipuuduksen laittaa synnytyslääkäri
- Selkäpuudutuksen eli epiduraali- tai spinaalipuudutuksen laittaa anestesiaalääkäri
- Kätilö kertoo tilanteeseen sopivasta kivunlievityksestä

[Lue lisää lääkkeellisestä kivunlievityksestä](#)

ÄIDIN JA VAUVAN SEURANTA SYNNYTYKSEN AIKANA

- Kätilö seuraa supistusten voimakkuutta, huolehtii synnyttäjän tarpeista ja antaa tukea
- Sisätutkimuksella voidaan arvioida synnytyksen edistymistä
- Avautumisvaiheen aikana rekisteröidään vauvan sydänääniä ulkoisella tai sisäisellä anturilla
- Mikäli vauvan tai äidin voinnissa on jotain poikkeavaa, voi sydänäänten seuranta olla jatkuvaa
- Ponnistusvaiheessa sydänäänten seuranta on jatkuvaa
- Vauvan päästä otettavalla mikroverinäytteellä voidaan varmistaa vauvan hyvinvointi synnytyksen aikana

PONNISTUSVAIHE

- Vauvan pään laskeutuessa synnytyskanavassa paineen tunne voimistuu ja äiti tuntee ponnistamisen tarvetta
- Ponnistusvaiheessa kivun luonne muuttuu. Kipu ja supistukset ohjaavat ponnistamista
- Ponnistusvaiheen kestossa eroja
- Eri ponnistusasennot ovat mahdollisia, esimerkiksi puoli-istuva asento, kylkiasento, konttausasento, kyykkyasento, pystyasento ja jakkara tukihenkilön tukiessa
- Hoitava kätilö arvioi ponnistusvaiheen etenemistä ja antaa tarvittavia ohjeita synnyttäjälle ja tukihenkilölle.

[Video- ponnistusvaihe](#)

VAUVA SYNTYY

- Hyvävointinen vauva pääsee heti synnyttyään ihokontaktiin
- Kätilö arvioi vauvan vointia, ottaa napanuorasta verinäytteitä ja antaa vauvalle k-vitamiini-pistoksen
- Vauvan ja äidin voinnin mukaan napanuoran annetaan sykkiä loppuun, jotta vauva saa kaiken hänelle kuuluvan veren. Tukihenkilö saa leikata napanuoran
- Ensi-imetys tapahtuu yleensä noin tunnin sisällä syntymästä. Vauva saa ensi-imetyksessä arvokkaat ensimaitopisararat, jotka sisältävät paljon vasta-aineita ja ravinteita. Ensi-imetys laskee vauvan ja äidin stressitasoa ja auttaa kohtua supistumaan.

[Video- vauva syntyy](#)

JÄLKEISVAIHE

- Hoitava kätilö ottaa napanuorasta tarvittavat verinäytteet ja auttaa istukan ulos. Kätilö tarkistaa, tarvitaanko ompeleita ja tarvittaessa puuduttaa ja ompelee. Kohdun supistumista ja verenvuotoa seurataan vielä synnytyksen jälkeen.
- Äidin ja vastasyntyneen vointia seurataan synnytyshuoneessa 2–3 tuntia synnytyksen jälkeen tai potilashotelliin siirryttäessä viisi tuntia
- Synnytyksen jälkeen äidillä on mahdollisuus käydä suihkussa ja perheelle tarjotaan välipalaa. Synnytys käydään läpi perheen kanssa ja keskustelu kirjataan synnytyskertomukseen

ERITYIS- TILANTEET

Toisinaan synnytyksessä saatetaan tarvita lääkärin apua. Esimerkiksi imukuppisynnytykseen saatetaan päätyä tarjontavirheen, äidin uupumisen tai vauvan voinnin vuoksi. Imukuppisynnytyksessä synnytyslääkäri kiinnittää pienen imukupin vauvan päähän ja vetää samalla kun äiti supistuksen aikana työntää.

Eriyistilanteita

- perätilasynnytys, geminit, ennenaikainen synnytys pre-eklampsia, raskaushepatoosi

Häiriöitä

- synnytys ei etene, ponnistusvaihe pitkittyy, vauvan tai äidin vointi heikkenee, verenvuodot, suuret repeämät, istukka jää kohtuun

[Eriyistilanteita synnytyksessä](#)

KEISARIN- LEIKKAUS ELI SEKTIO

Sektio voi olla suunniteltu-, kiireellinen- tai hätäleikkaus

Sektio eli keisarinleikkaus voidaan tehdä monesta syystä:

- vauvan tai äidin voinnin heikkeneminen
- synnytyksen edistymättömyys
- tarjontavirhe, vauvan suuri koko
- alatiesynnytyspelko

Sektio tehdään leikkaussalissa, yleensä puudutuksessa

[Lue lisää keisarinleikkauksesta](#)

SYNNYTYKSEN JÄLKEEN

- Synnytyksen jälkeen äiti ja vauva siirtyvät yleensä osastolle tai potilashotelliin. Jos vauva tarvitsee erityistarkkailua tai -hoitoa vastasyntyneiden tehohoitoyksikössä, äitiä hoidetaan samassa huoneessa vauvan kanssa
- Vauva ja äiti saavat olla ympärivuorokautisesti yhdessä. Omahoitaja ohjaa perhettä vauvan hoidossa ja imetyksessä tarpeen mukaan.
- Aina ennen kotiutumista lastenlääkäri tarkastaa vauvan. Lyhytjälkihoitoisen synnytyksen jälkeen vauvaa käytetään tarkastuksessa kätilöpoliklinikalla.

LISÄTIETOA

- Tutustukaa alla oleviin sivustoihin ja videoihin,
- Varatkaa aika Pirkkalan neuvolaan kätilön pitämään synnytysvalmennukseen,
- Synnytykseen liittyvistä kysymyksistä, huolista ja peloista voi jutella terveydenhoitajan kanssa neuvolan vastaanottokäynneillä

[HUS vauvamatkalla- synnytysvideot](#)

[Naistalo- synnytys](#)

[Kysy kätilöltä- palvelu](#)

KIITOS!