



Rintakumin käyttö imetyksen tukena

Meri Haahtela
kättilö, ensihoitaja, sh,
IBCLC



taustani:

- Kätilö, ensihoitaja, sairaanhoitaja ja IBCLC (International Board Certified Lactation Consultant), ensiapu- ja ensivastekouluttaja, sekä imetysohjaajakouluttaja
- Olen toiminut aiemmin useita vuosia kätilönä HYKS/HUS Naistensairaalassa, pääsääntöisesti Kätilöopiston sairaalassa, vuosina 2011-2014 HUS Naistensairaalan Imetyskoordinaattorina eli eräänlaisena klinisenä asiantuntijana
- Viimeiset vuodet olen päätyönäni toiminut VSSH:n Salon ja Kemiön alueen ensihoidossa hoitotason ensihoitajana jatkaen kätilön ja imetysohjaajan töitä sivutoimisesti.
- IBCLC-vastaanotollani hoidan perheitä joilla on moninaisia imetyshaasteita,
- Minulla on neljä lasta joista vanhimmat asuvat jo omillaan ja kuopukseni on nelivuotias. Vapaa-aikani kuluu vapaaehtoistyössä Suomen Meripelastusseuran pelastusaluksilla ja merellisessä ensivastetoiminnassa Saaristomerellä sekä Punaisen Ristin ensiapuryhmätoiminnassa
- Imetysammattilaisuuteni pohjaa vahvasti tukiäitiyteen, tai ehkä pikemminkin tukiäitiydestä tuli minulle ammatti. Oikeastaan vahingossa.

Mikä ihmeen IBCLC?

- International Board Certified Lactation Consultant (IBCLC) on imetyksen asiantuntija, jolla on laaja koulutus ja tieto imetyksestä ja äidinmaidosta. Erikoistunut haastavien imetystilanteiden ratkomiseen ja hoitoon.
- Maailmanlaajuisesti 31181 IBCLC tutkinnon suorittanutta, Suomessa n 25
- Tutkinnon suorittamiseen vaaditaan edeltävästi terveydenhuollon ammattitutkinto tai riittävin osin vastaavat tiedot, mukana myös vertaistukijoita, 90h imetysohjaukseen liittyviä opintoja sekä 1000h kliinistä imetysohjausta
- Kansainvälinen tutkinto, joka voimassa viisi vuotta kerrallaan. Tutkinnon uusiminen vaatii jatkuvaa osaamisen ylläpitoa (vähintään 75 tuntia täydennyskoulutusta 5 vuoden aikana ja 10 vuoden välein kokeen uusiminen)
- Myöntää IBLCE (International Board of Lactation Consultant Examiners)
- Osa-alueet ovat:
 - Anatomia, fysiologia ja endokrinologia
 - Imeväisikäisen kasvu ja kehitys ja ravitsemustiede
 - Immunologia, biokemia, patologia, farmakologia ja toksikologia
 - Psykologia, sosiologia ja antropologia
 - Tutkimus, etiikka ja lainsäädäntö
 - Imetykseen liittyvä tekniikka ja välineistö
 - Erilaiset imetyksen ja rinnalle auttamisen tekniikat
 - Kansanterveystiede

Rintakumi imetyksen tukena

- Rintakumi mahdollistaa imetyksen tilanteessa missä se ei muuten onnistu
 - Rintakumin käyttö ei ole mustavalkoista, eikä oikeastaan edes harmaata
 - Lisää vauvan suun saama stimulaatiota ja tarjoaa vauvalle nännin rinnanpäiden ollessa matalat
 - Edesauttaa vauvan oppimista pullosta rinnalle
 - Rintakumilla voidaan parantaa maidon virtausta vauvalle silloin kun vauva ei itse jaksaa imeä riittävän tehokkaasti paljaalla rinnalla
 - Voi helpottaa vauvan imemistä rinnalla maidontulon ollessa vuolasta
-
- Voi vähentää stimulaatiota rinnalla, maidonnousu varmistettava lypsämällä
 - Oikean koon valinta tärkeää
 - Jos äiti-vauvapari käyttää rintakumia, he tarvitsevat tehostettua imetysohjausta ja seurantaa
 - Rintakumia ei saa käyttää paikkaamaan puuttuvaa imetysohjausta
 - Ihokontakti!

Rintakumin haitat

- Käyttö "helppona hoitona" imetysohjauksen sijasta, jolloin se voi peittää ja vaikeuttaa alkuperäistä ongelmaa
- Vauva ei opi oikeaa imemistekniikkaa:
 - aiheuttaa puristusta ja hankausta nänniin, kipua, haavaumia
 - vähentää maitomäärää, johtaa liian vähäiseen painonnousuun ja varhaiseen vieroitukseen
- Saattaa pahentaa puremistaipumusta rinnalla
- Vauva voi tottua rintakumiin ja kieltäytyä imemästä paljasta rintaa
- Käyttöön liittyvät ongelmat (paikallaan pysyminen, imetys julkisella paikalla jne.),
- äidin leimautuminen rintakumiin
- Tärkeää on riittävän maitomäärän varmistaminen ja lypsyohjaus!



© Barbara Wilson-Clay, Kay Hoover

Rintakumin hyödyt

- Edistää rinnanpään muovautumista ulkonevaksi ja helpottaa vauvan tarttumista rintaan
- Lisää vauvan suun saama stimulaatiota ja edesauttaa siten normaalia imemistä
- Helpottaa imemisotteen pitämistä myös herumistauon aikana
- Mahdollistaa rinnan lypsämisen imemisen aikana, jolloin vauvan saama maitomäärä nousee
- Ehkäisee vauvan hermostumista rinnalla
- Mahdollistaa imetyksen jos äiti ei muuten pystyisi imettämään imetyskivun vuoksi, ja lisää vauvan saamaa maitomäärää



© Barbara Wilson-Clay, Kay Hoover



Rintakumi

- Chertok 2009: Reexamination of ultra-thin nipple shield use, infant growth and maternal satisfaction
- 54 äiti-vauva paria
- Ei tilastollisesti merkittäviä eroja vauvojen maidon saannissa kahden viikon iässä kumin kanssa tai ilman kumia
- 89,8% rintakumin käyttö positiivinen kokemus
- 67,3% Rintakumi auttoi estämään imetyksen loppumisen
- Rintakumin oikein indikaatioin tapahtuva käyttö ei vähennä vauvan syömää maitomäärää.



Rintakumi

- Coentro V & al 2021: Nipple shield use does not impact sucking dynamics in breastfeeding infants of mothers with nipple pain
- Pain Group (PG) 20 äiti-vauva paria ja Control Group (CG) 28 äiti-vauva paria
- Rintakumin käyttö vähensi äitien imetyskipua, eikä vaikuttanut vauvan syömään maitomäärään tai imemisen voimakkuuteen kipuryhmässä (PG)
- Kontrolliryhmässä (CG) rintakumi vähensi merkittävästi vauvan syömää maitomäärää, sekä lisäsi tehotonta imemistä jossa maitoa ei siirry (non-nutritive sucking)

Rintakumi imetyskivun hoidossa

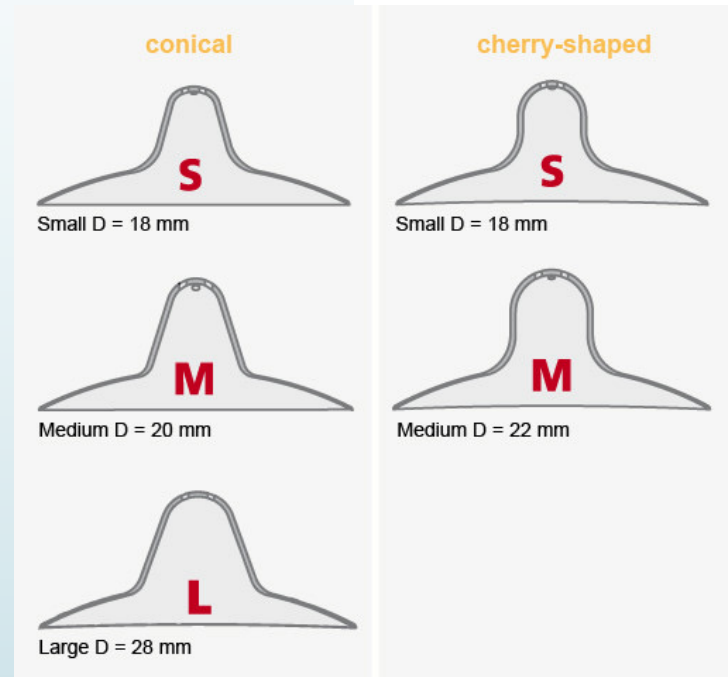
- Alkupäivien imetyskipu johtuu useimmiten huonosta imetysasennosta tai vääränlaisesta imuotteesta
- Kivun pitkittyessä valtaosassa kyseessä lapsen suun rakenteeseen liittyvä seikka, esimerkiksi kireä kielijänne ja/tai huulijänne, korkea kitalaki tai infektiio
- Imetyskipuun voidaan vaikuttaa imuotetta ja imetysasentoa parantamalla, erityisesti yhdessä kivun aiheuttajan hoidon kanssa
- Jos rinnanpääät ovat rikkoutuneet hyvä haavanhoito ja infektioiden hoito, ehkäisy ja poissulku ovat tärkeä osa hyvää imetysohjausta
- Ensiapuna voidaan käyttää esimerkiksi rintakumia tai äidinmaidon lypsämistä. Rintakumi mahdollistaa imetyksen tilanteessa missä se ei muuten onnistu kivun vuoksi
- Imetyskivun juurisyy tulee kuitenkin selvittää (mm Kent J & al 2015: Nipple pain in breastfeeding mothers: incidence, causes and treatments) ja hoitaa
- Imetysohjaus on imetysongelmien ensisijainen hoito!

Rintakumi ennenaikaisella tai hypotonisella vauvalla

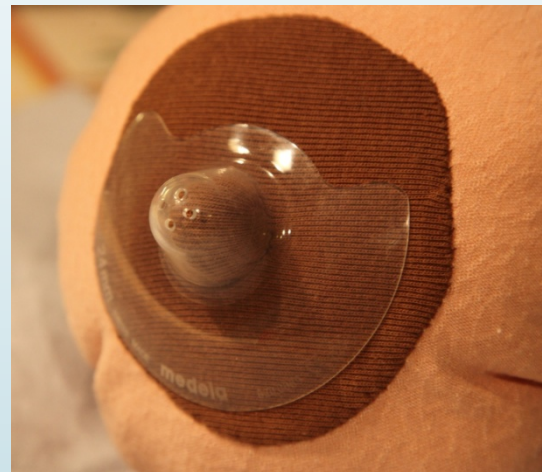
- Academy Of Breastfeeding Medicine:n kliiniset protokollat
 - #10 (Breastfeeding the Late Preterm (34–36 6/7 Weeks of Gestation) and Early Term Infants (37–38 6/7 Weeks of Gestation))
 - #12: Transitioning the Breastfeeding Preterm Infant from the Neonatal Intensive Care Unit to Home
 - #16 (Breastfeeding the Hypotonic Infant)
- Rintakumi voi auttaa ennenaikaisena syntynyttä tai hypotonista vauvaa ylläpitämään imuotetta imetystauon aikana ja helpottaa rintaan tarttumista voimakkaamman ärsykkeen vuoksi
- Rintakumi yhdistettynä rinnan painamiseen lisää vauvan saamaa maitomäärää
- Pitkittynyt rintakumin käyttö on joissain tutkimuksissa yhdistetty täysimetyksen lyhyempään keston
- Pinnallinen ote tai liian suuri rintakumi voi vaikeuttaa tehokasta imemistä ja aiheuttaa imetyskipua

Miten rintakumi valitaan?

- Rintakumi valitaan äidin nännin koon mukaan ei vauvan suun mukaan
- Nännin on mahdolltava nousemaan kumin sisälle vauvan imiessä
- Liian pieni rintakumi aiheuttaa nännin juuressa olevan ihon rikkoutumisen
- Liian pienen tai liian suuren rintakumin kanssa rinta ei saa stimulaatiota ja imeminen on tehotonta



Rintakumin käyttö



HYKS Naisten- ja lastentautien tulosyksikkö
HELSINGIN JA UUDENMAAN SAIRAANHOITOPIIRI

RINTAKUMIN KÄYTTÖ JA HUOLTO



1. Kostuta rintakumi vesijohtovedellä.



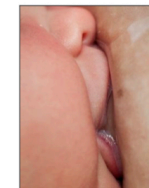
2. Käännä rintakumi nurinpäin siten, että ulkoreunat kääntyvät reilusti ja nänniosa taipuu puoliksi nurinpäin.



3. Laita nurinpäin käännetty kumi tiiviisti nännin ja nännipihan päälle niin, että kumi imaisee nännin sisälle. Ulkoreunan avoin osa tulee samaan suuntaan kuin vauvan nenä.



4. Kunnolla puettuina rintakumissa nänni nousee kumiosan sisällä ja kumi on tiiviisti iholla.



Hyvässä imuotteessa kumin nänniosa sekä osa nännipihaa ovat kokonaan vauvan suussa. Vauvan suu on täysin auki.



Huonossa imuotteessa vauva imee vain rintakumin päätä, eikä nänni ole kokonaan suussa. Ote on kapea.

Käytön jälkeen huuhtelee rintakumi ensin kylmällä vedellä ja pese sen jälkeen käsitiskilaineella. Jätä kuivumaan.

Rintakumista vierottaminen:

- Voi olla, että tarvitsette rintakumia vain lyhytaikaisesti. Jotkut äidit kuitenkin imettävät kumin avulla pidemmän aikaa.
- Ei ole tiettyä ajankohtaa, jolloin rintakumista vierotus tulisi tehdä. Lähde kokeilemaan vierottamista, kun imetys yleisesti ottaen tuntuu sujuvan.
- Hyödynnä ihokontaktia ja anna vauvan itse hakeutua rinnalle.
- Voit esim. aloittaa imetyksen rintakumilla ja ottaa kumi pois hetken päästä. Myös juuri heräilevä tai nukahtava vauva voi kuin vahingossa tarttua paljaaseen rintaan.
- Älä leikkaa rintakumia vierotusvaiheessa auki nännin kohdalta, sillä leikattu reuna on terävä.

Imetyskoordinaattorit 2011

Rintakumin käyttö



1. Kostuta rintakumi vesijohtovedellä.



2. Käännä rintakumi nurinpäin siten, että ulkoreunat kääntyvät reilusti ja nänniosa taipuu puoliksi nurinpäin.

Rintakumin käyttö



3. Laita nurinpäin käännetty kumi tiiviisti nännin ja nännipihan päälle niin, että kumi imaisee nännin sisälleen. Ulkoreunan avoin osa tulee samaan suuntaan kuin vauvan nenä.



4. Kunnolla puetussa rintakumissa nänni nousee kumiosan sisällä ja kumi on tiiviisti iholla.

Rintakumin käyttö



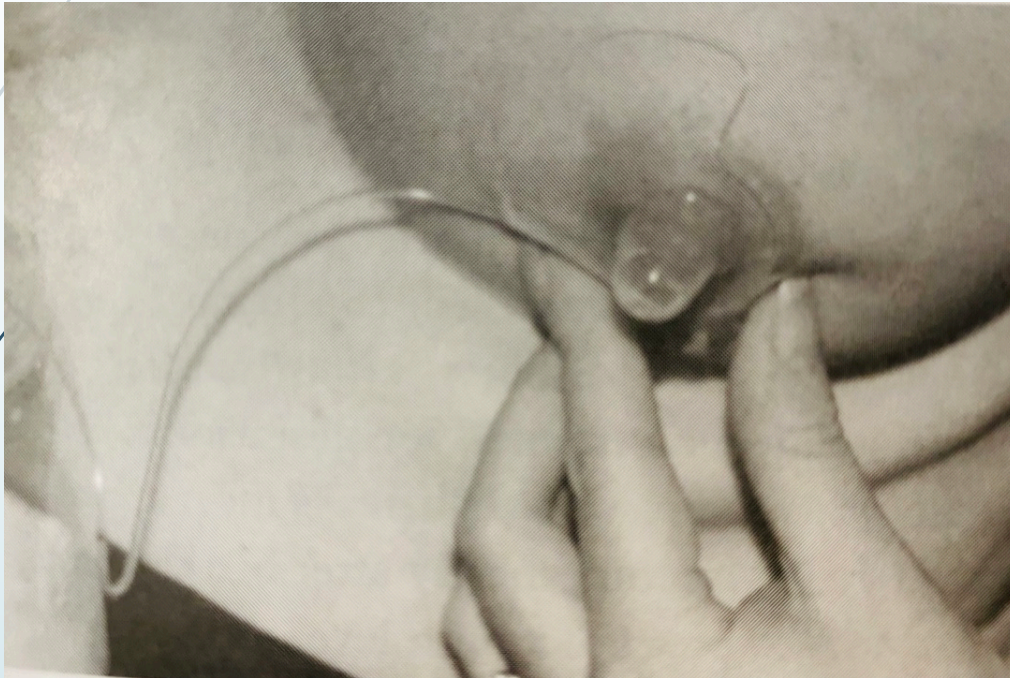
Hyvässä imuotteessa kumin nänniosa sekä osa nännipihaa ovat kokonaan vauvan suussa. Vauvan suu on täysin auki.



Huonossa imuotteessa vauva imee vain rintakumin päätä, eikä nänni ole kokonaan suussa. Ote on kapea.

Käytön jälkeen huuhtelu viileällä vedellä ja pesu lämpimällä vedellä ja tiskiaineella
Likainen rintakumi altistaa infektiolle!

Rintakumi ja imetysapulaite



Kuvat: Wambach & Riordan: Breastfeeding and Human Lactation 5th edition



Seuranta

- Imetystarkkailu
 - rintaan tarttuminen: odota, että vauva avaa suun
 - varmista että vauva imee aktiivisesti, nielee
- Lypsyohjaus ja käsin- tai konelypsy maidonnousun tueksi
- Painonseuranta aluksi 1-2krt/vko
- Äidillä tulee olla useampi rintakumi käytettävissä
- Imetyksen eri vaiheissa saatetaan tarvita eri kokoista rintakumia
- Rinnan ihon ja vauvan suun kunnon seuranta, jos epäilyä sammaksesta tai infektiosta, rintakumi tulee keittää

Vierottaminen

- Joskus riittää, että rintakumia käytetään muutaman kerran
- Ei tiettyä aikaa, jolloin vieroitus tulisi tehdä, riippuu myös rintakumin käytön syystä
- Jotkut äidit imettävät koko imetystaipaleensa rintakumilla
- Ihokontakti
- Imetyksen aloittaminen heti ensimmäisistä nälkämerkeistä
- Imetyksen aloittaminen rintakumilla, kumi pois, kun heruminen alkaa tai toiselle rinnalle siirryttäessä
- Rintaa voi lypsää tyhjemmäksi ennen imetystä
- Uninen ja juuri heräilevä tai nukahtava vauva voi kuin vahingossa tarttua paljaaseen rintaa
- Silikonista rintakumia ei saa leikata – reuna on terävä
- Anna vauvalle ja äidille aikaa!
- Imetyksen tuki: Rintakumista vierottaminen https://imetys.fi/wp/wp-content/uploads/2019/11/rintakumi_3_NETTI.pdf

Lähteet:

- ABM Clinical Protocol #16: Breastfeeding the Hypotonic Infant, Revision 2016
- ABM Clinical Protocol #10: Breastfeeding the Late Preterm (34–36 6/7 Weeks of Gestation) and Early Term Infants (37–38 6/7 Weeks of Gestation), Second Revision 2016
- ABM Clinical Protocol #12: Transitioning the Breastfeeding Preterm Infant from the Neonatal Intensive Care Unit to Home, Revised 2018
- Chertok 2009: Reexamination of ultra-thin nipple shield use, infant growth and maternal satisfaction
- Coentro V & al 2021: Nipple shield use does not impact sucking dynamics in breastfeeding infants of mothers with nipple pain. *European Journal of Pediatrics*, 1-7, 2020
- HYKS imetyskoordinaattoreiden materiaalit
- Imetyksen tuki ry
- Kent J & al 2015: Nipple pain in breastfeeding mothers: incidence, causes and treatments. *International journal of environmental research and public health* 12 (10), 2015
- Terveyskylä
- Wambach Karen, Riordan Jan 2016. Breastfeeding and Human Lactation enhanced 5th edition
- Watson Genna Catherine 2017. Supporting Sucking Skills in Breastfeeding Infant 3rd edition
- Wilson-Clay Barbara, Hoover Kay. The Breastfeeding Atlas



KIITOS!