

Imetysluottamuksen vahvistaminen

Jenni Rainio, aoh, kätilö YAMK, IBCLC

Elina Rinne, kätilö YAMK, IBCLC

Mitä imetysluottamus on?

93 ✓



1 ✕

luottamusta siihen, että
imetys on parasta vauvalle

4 ✕

uskoa siihen, että imetys sujuu
ilman ongelmia

0 ✕

luottamusta hoitohenkilöstön
imetysosaamiseen

"Omiin kykyihinsä luottavat äidit valitsevat todennäköisimmin imettää, jatkavat sitä vastoinikäymisistä huolimatta, käyttävät imetystä kannustavia ajatusmalleja ja reagoivat positiivisesti havaitsemiinsa imetysongelmiin."

Miten vuorovaikutustaidot liittyvät imetysluottamukseen vahvistamiseen?

94 ✓



0 ✗

Asioita ei kannata kaunistella.
Tärkeintä, että perheelle sanotaan
suoraan.

0 ✗

hoitajan pitää pystyä luomaan uskoa
siihen, että imetys sujuu ongelmitta.

2 ✗

hoitajan vuorovaikutustaidolla on ratkaiseva
merkitys imetysluott vahvistamisessa.

hoitajan tulee varmistaa, että
vanhemmat selviävät omatoimisesti.



**"Pienistäkin onnistumisista annettu
positiivinen palaute vahvistaa vanhempien
uskoa omiin taitoihinsa!"**

Mikä lisää imettävän äidin imetysluottamusta?

0 ×

hoitajan
imetysluottamus

1 ×

puolison
imetysluottamus

0 ×

isovanhemman
imetysluottamus

91 ✓

kaikki edellä mainitut



"Äiti tarvitsee paljon tukea, ohjausta ja kannustusta."

Miten imetyslueottamusta voi vahvistaa?

89 ✓



kysymällä ja kuuntelemalla, mitä perheellä on sanottavanaan

0 ✗

rohkaisemalla luottamaan hoitajan kokemukseen

0 ✗

korostamalla hoitajan asiantuntijuutta

0 ✗

suosittelemalla perheelle täysimetystä ensimmäisten 4 - 6 kk:n ajan

**Sen sijaan, että perheelle ulkopuolelta
kerrotaan, miten jokin asia kuuluisi tehdä,
voikin kysyä: "Miltä tämä teistä tuntuu?" tai
"Mikä on toiminut teille tähän asti?"**

Miten hoitaja voi vahvistaa vanhemman asiantuntijuutta oman vauvan hoitamisen suhteen?



0 ✕

auttamalla mahdollisimman paljon vauvan hoidoissa ja syötöissä

0 ✕

jakamalla mahdollisimman paljon omia kokemuksia ja tietämystä

2 ✕

varmistaa, että imetys sujuu mutkattomasti ennen kotiutumista

83 ✓

kysyä vanhemman oma arvio tilanteesta

- 1 Huomasit vauvan nälkämerkin ajoissa – se kertoo, että tunnet hänen viestinsä hyvin.
- 2 On hienoa, miten osaat rauhoittaa vauvan juuri teille sopivalla tavalla.
- 3 Vauva hakeutuu luontevasti syliisi – se on merkki vahvasta yhteydestä.
- 4 Kysyt rohkeasti, ja se osoittaa halua oppia lisää vauvan parhaaksi.
- 5 Huomasit, että tämä asento ei toiminut, ja vaihdoit toiseen – se on hienoa herkkyyttä vauvan tarpeille.
- 6 Kerrot tarkasti havainnoistasi – ne ovat kullanarvoisia vauvan hoidossa.
- 7 Se, että pysähdyt katsomaan vauvan viestejä, on jo tärkeä taito.
- 8 Vauva näyttää rennoita ja tyytyväiseltä sylissäsi – hän kokee olonsa turvallisiksi.
- 9 Näen, että sinulla on jo hyviä keinoja lohduttaa vauvaasi.
- 10 Vauvan hyvä kasvu ja kehitys kertovat onnistuneesta hoidosta.
- 11 On hienoa, että olet löytänyt juuri teille sopivan rytmin arkeen.
- 12 Olet tarkka ja huomaavainen vauvan tarpeiden suhteen.
- 13 Se, että kokeilet rohkeasti uusia tapoja, kertoo joustavuudestasi vanhempana.
- 14 Vauva katsoo sinua rauhallisesti – hän luottaa sinuun täysin.
- 15 On arvokasta, miten huomaat pienetkin muutokset vauvan käyttäytymisessä.
- 16 Olet tärkein ihminen vauvallesi – ja sen huomaa hänen olemuksestaan.
- 17 Tapa, jolla juttelet vauvallesi, tukee hänen kehitystään upeasti.
- 18 On hienoa, että kysyt ja kerrot omista ajatuksistasi – se on tärkeää yhteisen oppimisen kannalta.
- 19 Näen, että toimit juuri vauvan tarpeiden mukaan – se on asiantuntijuutta parhaimmillaan.
- 20 Onnistut luomaan vauvallesi rauhallisen ja turvallisen ympäristön.

Vanhempien asiantuntijuutta vahvistavia lauseita
(Tekoälyn tuotosta)

Kuinka usein vastasyntynyttä tulisi imettää? Mitä ohjaamme vanhemmille?

83 ✓

1 ✗

vähintään 3 tunnin välein

0 ✗

ensimmäisenä vrk:na vähintään 6 tunnin välein, sen jälkeen 4 tunnin välein
ensimmäisenä vrk:na vähintään 6 tunnin välein, sen jälkeen 4 tunnin välein

0 ✗

aina, kun vauva on itkuinen.

"Sen sijaan, että asetetaan tiukkoja kellomukaisia raameja, voi imetyksen onnistumista ja maidon riittävyttä arvioida tarkastamalla imuote, imemisen tehokkuus, imetyksen tiheys ja kesto, mahdolliset nielemisäänet, vauvan asento rinnalla sekä vauvan yleisvointi."

**Mikä todennäköisesti parhaiten lisää imettävän vanhemman selviytymistä tiheistä
völmetyksistä?**

0 ✕

Lisämaidon antaminen. Äiti saa näin
levätyäkin välillä.

0 ✕

Kansliahoito. Vauva nukkuu paremmin,
kun ei ole äidin tuoksun lähellä.

1 ✕

Kun puoliso hoitaa osan vauvan
yösyötöistä, jaksaa äiti paremmin.

83 ✓

Tiedon antaminen. Tilanteen
normalisointi.

Tiheän imemisen vaiheessa annettu runsas/turha lisämaitomäärä (ja/tai kansliahoito) voi viedä tilanteen ojasta allikkoon. Vauvan rinnalla viettämä aika vähenee ja näin ollen maidoneritys hidastuu/vähenee entisestään ja vauva tarvitsee enemmän lisämaitoa...

Vauva on imenyt rinnalla tiheästi, vs silti matala. Mikä seuraavista tod. näk. vahvistaa imetysluottamusta parhaiten?

70 ✓

2 ✗

"Tilanne kuulostaa normaalilta. Ehkä vauva ei saa rinnasta tarpeeksi maitoa."



"Kyse ei todennäköisesti ole siitä, että sinulta tulisi liian vähän maitoa."

7 ✗

"Ei huolta. On tavallista, että alussa oma maito ei riitä. Vauva tarvitsee lisämaitoa."

2 ✗

"Vauva on niin iso, että on tavallista, että oma maito ei vielä riitä hänen suureen ruokahuuhunsa."

The code allows your audience to join the presentation and expires in 2 days.

"Ongelma ei ole siinä, että sinulta tulisi liian vähän maitoa. Tämä vauva vain tarvitsee hetken sitä tavallista enemmän"

Kaksoset saaneella perheellä on imetystoive. Miten tukea heitä parhaiten?

79 ✓



Riittävän tiedon ja tuen avulla imetys on mahdollista saada sujumaan.

0 ✗

Kannattaa olla rehellinen. Kaksosten kanssa useimmiten tarvitaan lisämaitoa

1 ✗

Kerro, että kaksosten kohdalla tarvitaan moninkertainen työ imetyksen eteen

0 ✗

Kerro, että imetys tulee onnistumaan. Kahta imettää siinä missä yhtäkin

**Hoitohenkilöstön antama tuki ja ohjaus
monikkoperheille lisäsi kaksosten imetystä
74 prosentilla (Cinar ym. 2013)**

Mikä seuraavista ei pidä paikkaansa?

72 ✓



2 ✗

suurimmalle osalle vauvoista riittää oma äidin maito

2 ✗

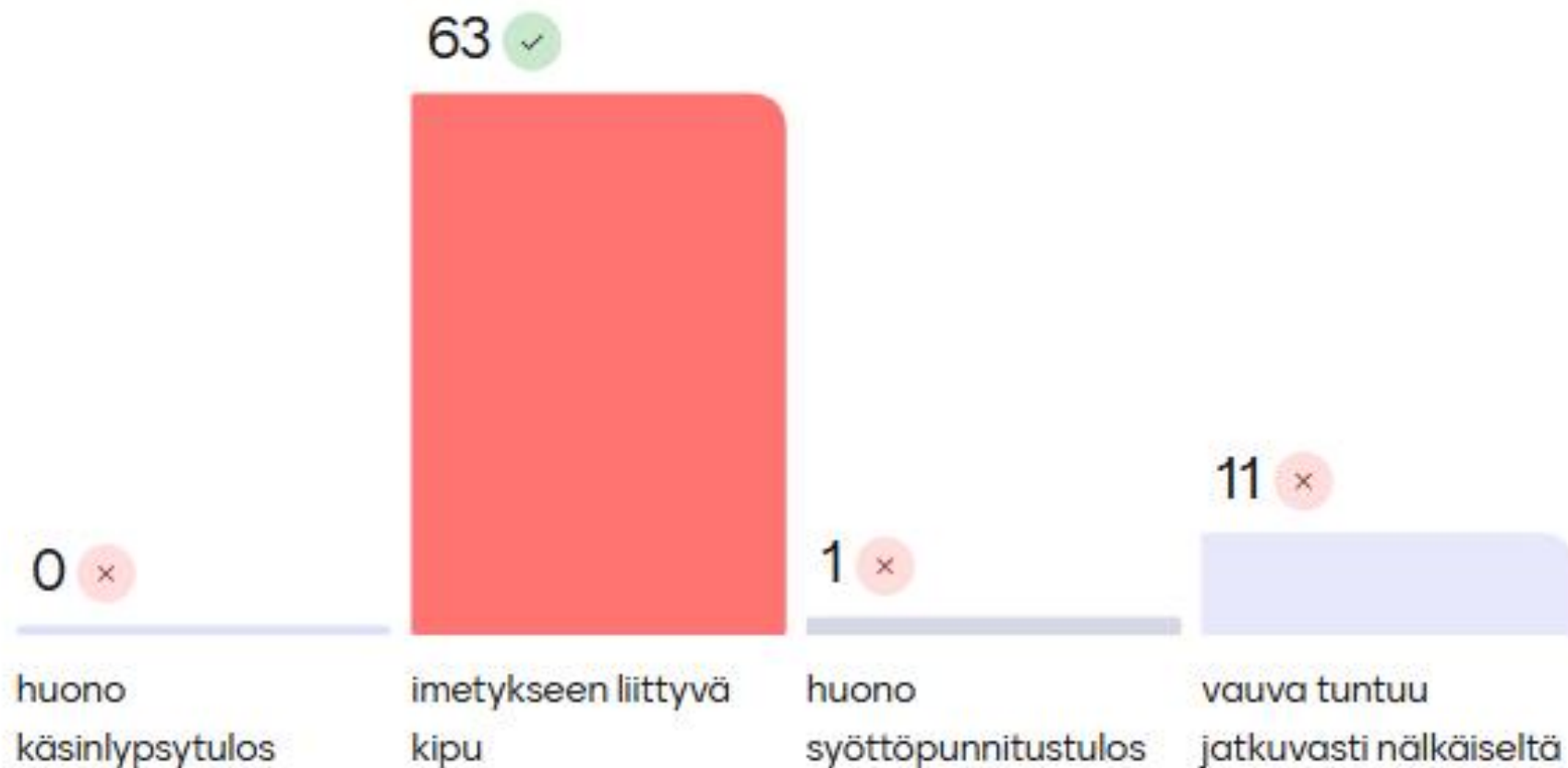
2 vkrn ikäinen vauva saa yhden imetyksen aikana rinnasta keskimäärin 5-15 ml

2 ✗

äidin pumpaaman maidon määrä kertoo luotettavasti, kuinka paljon maitoa rinnat tuottavat

Imetyksen ei kuuluisi tehdä kipeää

Mikä seuraavista todennäköisimmin enteilee maidon riittävyyden haasteita?





Add your caption here...

Mikä on todennäköisin vaikutus ilman lääket. syytä annetulla lisämaidolla?

75 ✓



0 ✗

siitä ei juurikaan ole haittaa imetyksen kannalta

0 ✗

vauva nukkuu pitempiä unia, kun saa riittävästi maitoa

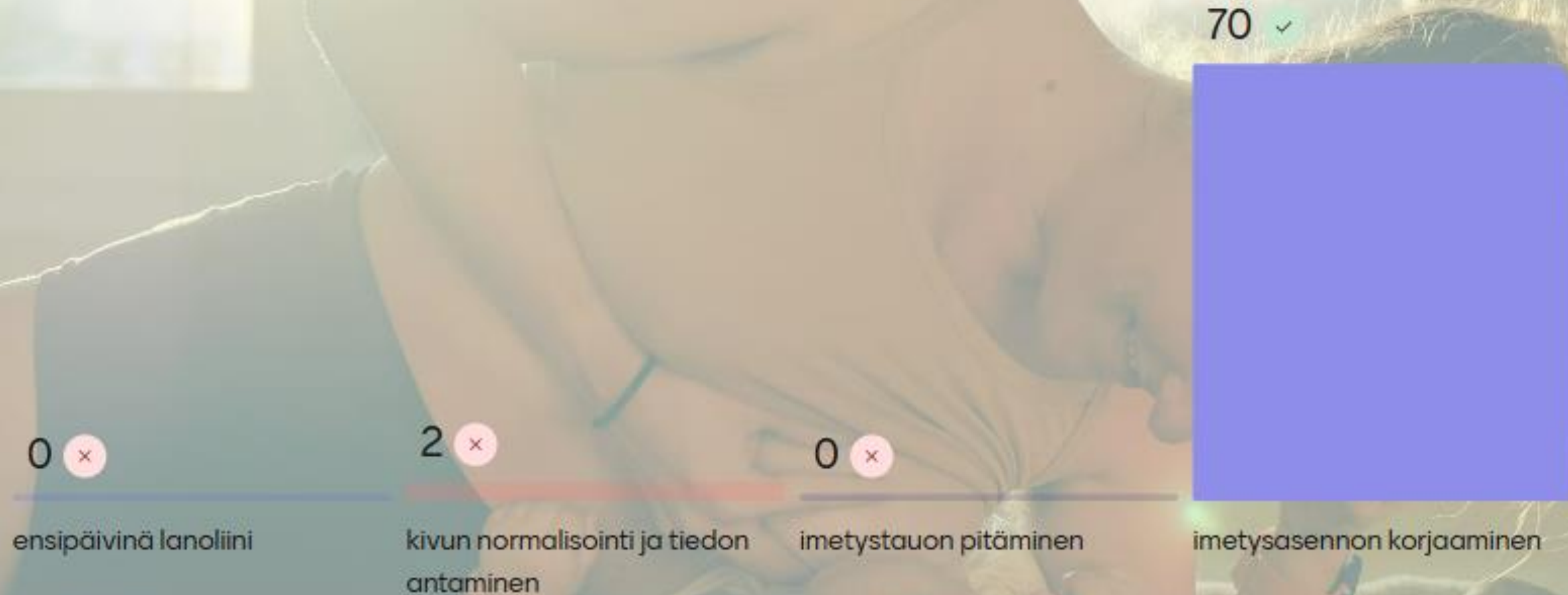
helventää äidin luottamusta imetyksen onnistumiseen

0 ✗

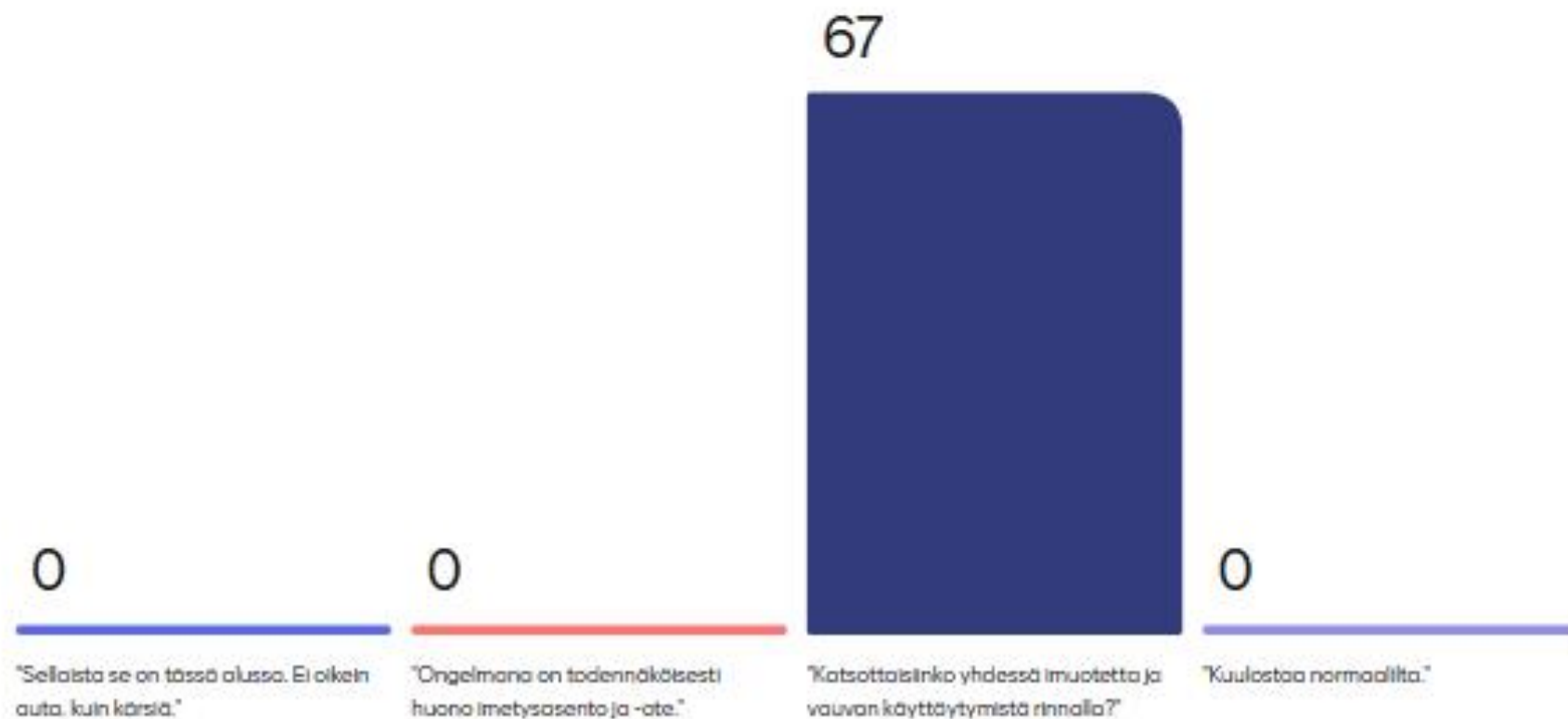
lisää perheen tyytyväisyyttä ja voimaannuttaa vanhempia



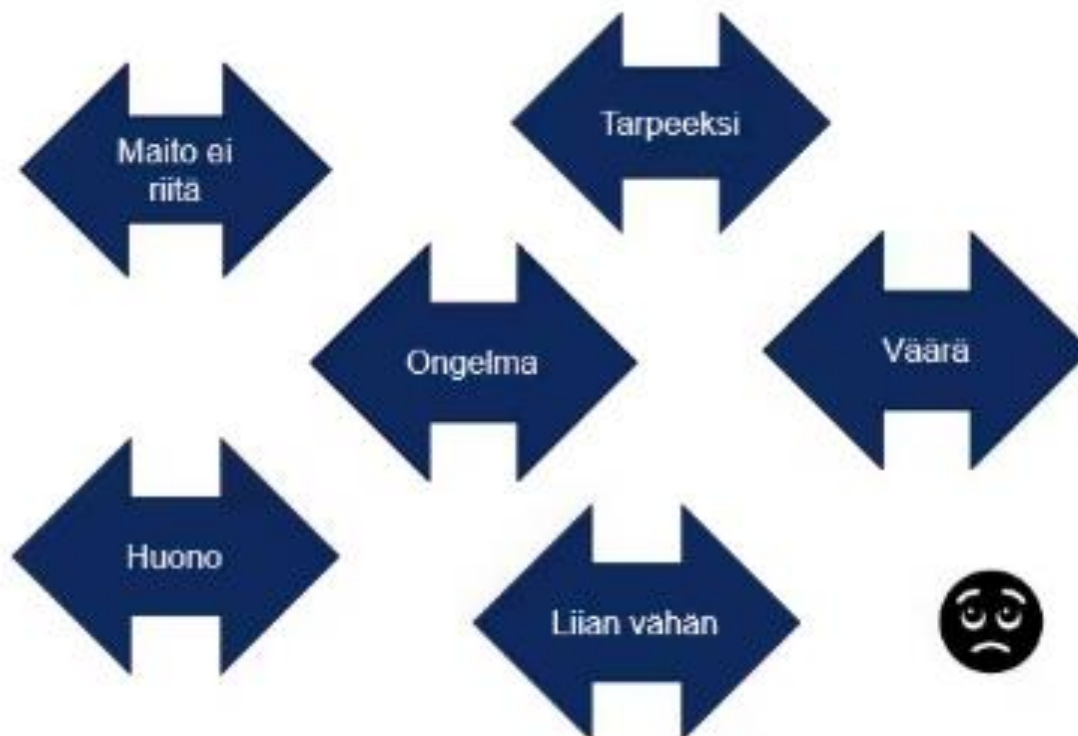
Mikä todennäköisesti parhaiten auttaa imetyskipuun



Millä sanavalinnoilla voisi parhaiten vahvistaa imetysluottamusta äidin kokiessa imetyskipua?

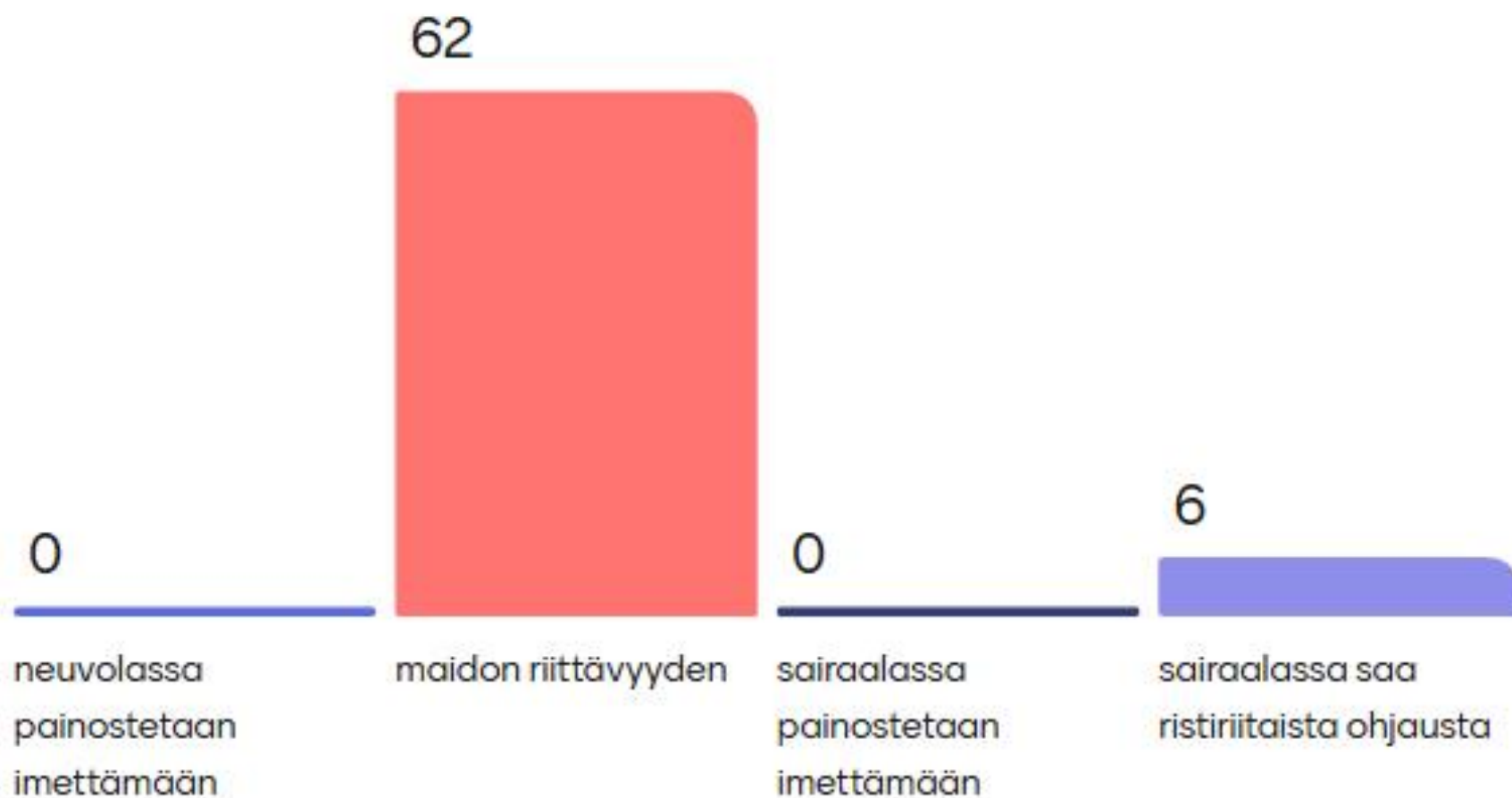


Imetysluottamusta heikentäviä sanoja ja lauseita



Add your caption here...

Minkä suhteen äidit tavallisimmin kokevat imetyksen onnistumiseen liittyvää epävarmuutta?



Miksi tuttipullon käyttäminen on kiellettyä ensimmäisten päivien aikana?



Kirjoita yhdellä sanalla, mitä jäi päällimmäisenä mieleen imetysluottamuksen vahvistamisesta

