



Niitty – Vertaisohjattu
perhevalmennusmalli maahanmuuttajille

MILLOIN LÄHTEÄ SYNNYTTÄMÄÄN?



Jos raskaus on sujunut normaalisti, synnyttämään lähdetään, kun toinen seuraavista tapahtuu:

- Supistukset tulevat säännöllisesti TAI
- Lapsivesi menee

Säännölliset supistukset tarkoittavat:

Supistukset ovat jatkuneet **2 tunnin ajan** säännöllisinä, tulevat **5 minuutin välein** ja supistus kestää kerralla noin 1 minuutin.

Voit rauhassa odotella kotona supistusten voimistumista. Vasta kun supistukset täyttävät edellä mainitut kriteerit tai olosi on muuten tukala, lähde sairaalaan.

5 MINUUTTIA

Miltä supistus tuntuu?

Vatsa kovettuu hetkellisesti

Kiristävä tai painon tunne vatsassa

Kuukautiskipua muistuttava kipu

Vasta kivuliaat supistukset ennakoivat synnytystä! Ennen varsinaisia supistuksia voi tulla kivuttomia harjoitussupistuksia.



Lapsivesi menee

Normaali lapsivesi on kirkasta tai vaaleanpunertavaa, ja sitä voi tulla vain vähän tai paljon kerralla.

Yleensä supistukset alkavat muutaman tunnin kuluessa lapsiveden menosta

Kun lapsivesi on mennyt, ota yhteyttä oman synnytyssairaalan päivytykseen ohjeiden saamiseksi.

Yleensä synnyttämään lähdetään 12 tunnin kuluttua lapsiveden menosta.

Poikkeuksena seuraavat tilanteet, jolloin sairaalaan on lähdettävä heti:

Verinen vuoto.

Lapsi ei liiku tai liikkuu huonosti.

Lapsivesi on vihreää tai veristä.

Äidillä on jatkuvaa, kovaa kipua.

Äidin äkillinen voimakas vaiva, kuten kova päänsärky tai kutina.

Mikäli jokin asia huolettaa tai mietityttää, ota yhteyttä omaan neuvolaan tai alueesi synnytyspäivytykseen!



Niitty-hanke 2018–2020

<https://projects.tuni.fi/niitty/>

www.facebook.com/niittyhanke/

Projektipäällikkö Irmeli Nieminen. E-mail: irmeli.nieminen@tuni.fi

Asiantuntija Anna Aikasalo. E-mail: anna.aikasalo@tuni.fi

Asiantuntija Jasmin Kaljadin. E-mail: jasmin.kaljadin@tampere.fi

Lähteet ja lisätietoa:

Pirkanmaan sairaanhoitopiiri. Synnytyksen käynnistyminen.

Saatavilla: https://www.tays.fi/fi-fi/raskaus_ja_synnytyks/Synnytyks/Synnytyksen_kaynnistyminen

Kuvat: Niitty-hanke / Johanna Muurinen TAMK

