

Suunniteltu kotisynnytys

**Anneli Skovbjerg
Tampere 8.5.2014**

Video

- <http://youtu.be/P2ESr5y7MvQ?t=15s>

Sairaalan ulkopuolinen synnytys

- Suunnittelematon sairaalan ulkopuolinen synnytys
 - matkasynnytys
 - kotisynnytys
- Suunniteltu kotisynnytys
 - avustamaton
 - ammattilaisen avustama kotisynnytys

Miksi kotisynnytys

- Naiset kokevat synnytyksen luonnollisena tapahtumana, jonka fysiologiaa he haluavat tukea
- Kokevat kodin turvapaikkana – häiriötön ja stressitön
- Haluavat välttää turhia toimenpiteitä
- Haluavat toteuttaa itsemääräämisoikeuttaan
- Luottamuksellisen suhde tuttuun kätilöön

Kotisynnyttäjä

- Yl. korkeakoulutettu 25-35v.
- Uudelleensynnyttäjä
- Puolison rooli aktiivinen
- Lapsentahtinen elämänfilosofia (lapset mukana kotona/synnytyksessä)
 - usein pitkä täysimetys
 - syvempi varhainen vuorovaikutus
 - kantoliinalapsi/perhepeti/kotihoito
- Valistuneita ja vastuunsa kantavia naisia

Edellytykset kotisynnytykseen

Matalan riskin raskaus:

- Perusterve
- Normaali paino, ei DMWA
- Säännölliset neuvolatarkastukset ja säännöllinen raskauden kulku
- Yksikiöinen, raivotila
- Suositeltavaa: str.agal. tutkittu (eikä pos)
- Synnytys h.38 – 41+6

- Järkevät perustelut kotisynnytykselle/henkinen tasapaino kunnossa
- Tietoinen synnytykseen liittyvistä riskeistä
- On työstänyt kipuun ja synnytykseen mahdolliset liittyvät pelkonsa
- Omaa päättäväisyyttä toimia omien tuntemustensa mukaan
- Puolison/tukijoukkojen varaukseton tuki
- Fyysiset olosuhteet kotona kunnossa

Kotikätilö

- Omaa riittävästi kokemusta synnytyssalissa (mikä on riittävä? Tietää omat rajansa)
- Kunnioittaa synnytystä, synnyttäjää ja syntyvää lasta
- Uskoo naisen voimaan
- Osaa tukea ja auttaa kivuliasta synnyttäjää ei-lääketieteellisin keinoin

Matalan riskin synnytys

- Em. matalan riskin raskaus
- Synnytys käynnistyy spontaanisti
- Lvm alla 12h, normaali lv
- Synnytys etenee normaalisti
 - (ensisynnyttäjällä yli 1cm/2h aktiivivaiheessa)
- Rentoutus apuna: oman kodin tuoma turvallisuuden tunne, läheisten tuki, hengitystekniikka, oman kehon viestien kuuntelu, liikkeellä olo, synnytyslaulu, musiikki, tanssi, hieronta, TENS, vyöhyketerapia, akupainanta, akupunktio, suihku/amme

- Ulkotutkimus x 1 ja sisätutkimus tarpeen mukaan
- Sydänäänten kuuntelu dopplerilla/torvella
 - I- vaiheessa 20 min. välein 1-2 supistuksen yli
 - II - vaiheessa 5 min. välein
- Ponnistusvaihe omien tunteiden mukaan, usein vedessä synnytysaltaassa
- III- vaihe kiirehtimättä

Vastasyntynyt

- Apgarit
- Viivästetty napanuoran sulku
- Ihokontakti, kuivaus ja imetys
- Mitat, happisaturaatioseulontatesti sekä lämpö n.2 tunnin iässä
- Lastenlääkärin tarkastus synnytyssairaalassa 24 tunnin ja/tai 2-3 vrk kuluttua LYSY-pkl:lla
- TSH-näyte (Rh:negatiivisten äitien Rh-näytteet)
- Kirjallinen syntymätodistus tai sähköinen ilmoitus väestötietojärjestelmään

Jälkihoito

- Seurataan vointia/toipumista riittävän kauan, vähintään 3 tuntia
- Kotihoito-ohjeet
- Kotikäynti ainakin 1 x vrk LYSY tarkastukseen asti
- Raskauden ja synnytyksen tiedot sähköiseen järjestelmään (TYKS Ipana)
- Palautekeskustelu

