

ISÄ TAI MUU TUKIHENKILÖ SYNNYTYKSESSÄ

Milloin mukaan sairaalaan?

Isä on tervetullut monikkosynnytykseen. Kun synnytys etenee alateitse tai suunnitellusti keisarileikkauksella, on isällä useimmiten mahdollisuus olla mukana. Hätäsektiot ovat poikkeustilanteita, ja näihin isällä ei ole pääsyä.

Mitä mukaan sairaalaan?

Tukihenkilö voi synnytyksessä olla omissa tai sairaalan antamissa vaatteissa. Omasta ruokailusta ja levosta kannattaa pitää huolta. Sairaalan kahviossa voi sen aukioloaikoina käydä syömässä, mutta muulloin kannattaa ottaa omia eväitä mukaan. Sairaalaan voi ottaa mukaan myös lukemista, musiikkia, kameran ja videokameran, jonka käytöstä on neuvoteltava synnytystä hoitavan kättilön kanssa. Kännykän voi ottaa mukaan sairaalaan, mutta lupa sen käyttöön on syytä varmistaa.

Mitä tukihenkilö voi tehdä synnytyksessä?

Tukihenkilön tärkeimpiä tehtäviä synnytyksessä on olla äidin henkisenä tukena, rohkaista ja kannustaa äitiä. Aktiivinen läsnäolo on kaikkein tärkeintä ja pienikin helpotus äidin oloon on merkityksellinen.

Tukihenkilö voi:

- hieroa selkää ja pyyhkiä hikeä äidin otsalta
- auttaa suihkussa ja wc:ssä sekä tarjota syötävää ja juotavaa
- pitää kädestä ja koskettaa
- ohjata äitiä hengittämään normaalisti supistusten aikana
- antaa positiivista palautetta ja rohkaista
- auttaa sopivan asennon löytämisessä sekä avautumis- että ponnistusvaiheessa
- toimia tarkkailijana ja kellonsoittajana
- katkaista vauvan napanuoran
- auttaa vauvan mittaamisessa ja punnitsemisessa
- kylvettää vauvan
- olla mukana auttamassa ja tukemassa ensi-imetyksessä

Huom. tukihenkilö: Anna äidin valita ottaako hän avun vastaan vai ei.

