

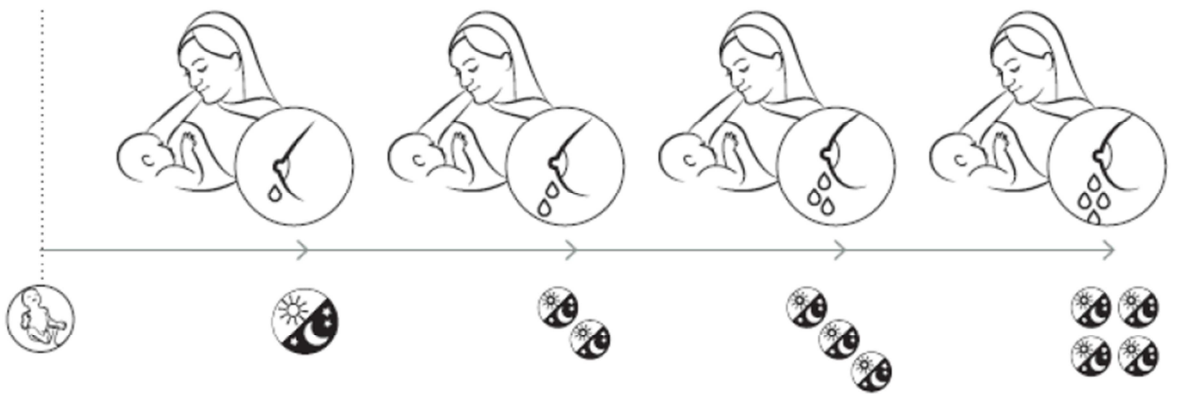


www.elacta.eu/de/neu-hilfreiche-dokumente-fuer-ihre-arbeit-neu.html



1

Imetys on hyvä aloittaa vauvan ensimmäisen elintunnin aikana. Tuona aikana äidin ja lapsen tulisi pysyä mahdollisuuksien mukaan ihokontaktissa.



2

Vauva saa ensimmäisien elinpäivien aikana erittäin arvokasta ensimmäistä colostrumia. Vaikka määrä onkin pieni, on se useimmiten riittävä lapselle ja vahvistaa samalla vauvan immuunivastetta. 3. tai 4. päivänä maito alkaa nousta enenevässä määrin ja tuolloin rinnoissa tuntuu usein jännitystä ja arkuutta.



3

Riittävän tiheä imetys, myöskin yöaikana, takaa riittävän maidontuotannon.

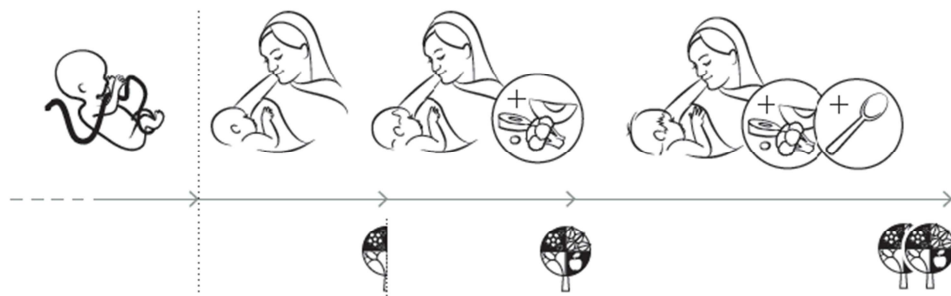


www.elacta.eu/de/neu-hilfreiche-dokumente-fuer-ihre-arbeit-neu.html



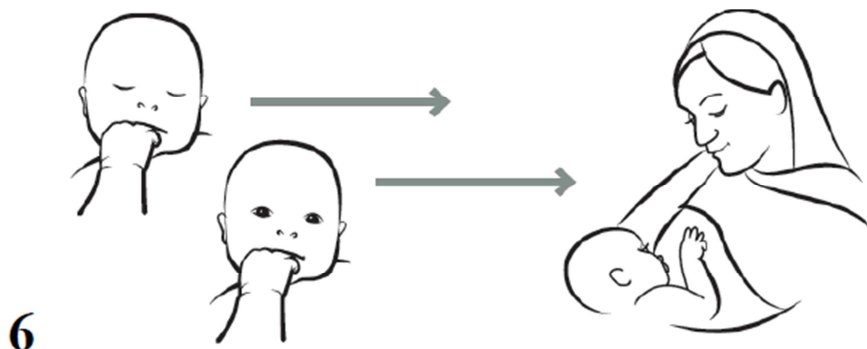
4

Maidon määrä on lapsen tarpeesta riippuvainen. Lisäravinto, nesteet ja tutin käyttö ensimmäisten päivien aikana häiritsevät tätä luonnollista säätelyä ja siksi niitä tulisikin välttää.



5

Imetys on luonnollinen jatko raskaudelle. WHO suosittelee täysimetystä ensimmäisten kuuden elinkuukauden ajan, osittaista imetystä muun tarvittavan ravinnon ohella aina toisen ikävuoden täyttymiseen saakka ja siitä eteenpäin niin pitkään kuin äiti ja lapsi sitä haluavat.



6

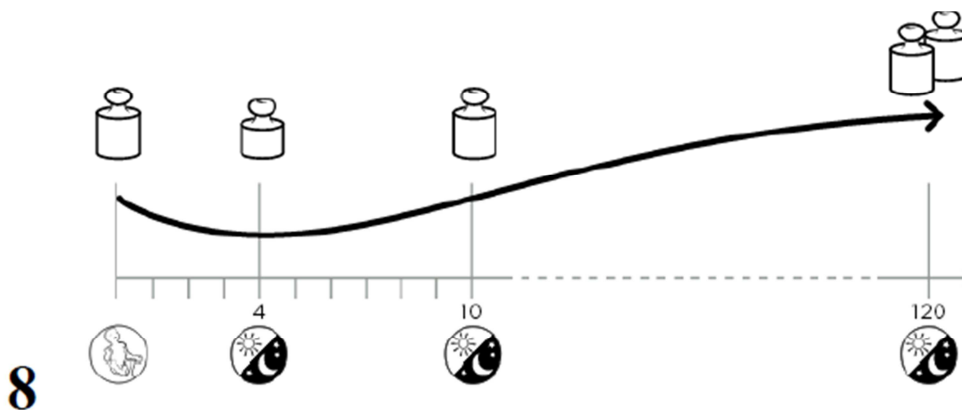
Vauvat antavat merkkejä milloin haluavat tulla imetetyksi, myöskin unen aikana. Näitä merkkejä ovat levottomuus, pään etsivät liikkeet, maiskutusäänet, suun aukaiseminen, imemisliikkeet, kevyet äännähdykset ja käden vieminen suuhun. Näitä merkkejä seuraava itku on jo merkki nälästä.



www.elacta.eu/de/neu-hilfreiche-dokumente-fuer-ihre-arbeit-neu.html



Kun laitat lapsesi rinnalle, varmista että vauva avaa suunsa riittävän isoksi ja saa hyvän otteen nännistä niin että lapsen suussa on mahdollisimman paljon nännipihaa.



Useimmilla vauvoilla syntymäpaino laskee ensimmäisten elinpäivien aikana. Vauva saa riittävästi äidinmaitoa mikäli syntymäpaino on saavutettu uudelleen 10 päivän ikään mennessä ja paino nousee edelleen. Useimmat vauvat ovat neljän kuukauden ikään tullessa tuplanneet syntymäpainonsa.

Suomi

