**Raskaudenaikainen käsinlypsy (antenataalilypsy)**

**Miksi raskaudenaikaista käsinlypsyä ohjataan ennen vauvan syntymää?**

Rinnat alkavat jo raskausaikana tuottaa kolostrumia eli ensimaitoa ja kehittävät sitä edelleen muutamien päivien ajan vauvan synnyttyä. Maidon määrä alkaa lisääntyä 2–4 vrk synnytyksen jälkeen. Varhainen imetys ja tiheät imukerrat lisäävät maitomäärää. Myös raskaudenaikaisen lypsämisen on todettu lisäävän maitomäärää syntymän jälkeisinä päivinä.

**Kenelle raskaudenaikaista käsinlypsyä suositellaan ja miksi?**

Raskaudenaikaista käsinlypsyä suositellaan raskaana oleville naisille, joilla on raskausdiabetes tai I / II tyypin diabetes. Raskauteen ei saa liittyä muita riskitekijöitä eikä alatiesynnytys saa olla vasta-aiheinen esim. etisen istukan vuoksi.

Raskausdiabeetikko-/diabeetikkoäidin vastasyntynyt saattaa tarvita syntymän jälkeen verensokeritasapainonsa korjaamiseen äidinmaidon lisäksi myös lisämaitoa. Tutkimusten mukaan vastasyntyneen lisämaidon tarve on ensimmäisen elinvuorokauden aikana pienempi niillä vastasyntyneillä, joiden äiti on tehnyt raskausaikana käsinlypsyä. Lisämaidon tarve on pienempi sekä sairaalassaoloaikana että myös myöhemmin kotona. Raskaudenaikaisen käsinlypsyn ansiosta voi tutustua jo ennen imetyksen aloittamista paremmin rintoihinsa ja käsinlypsyn tekniikka tulee tutuksi.

**Milloin ja miten raskaudenaikaista käsinlypsyä toteutetaan?**

Raskaudenaikainen käsinlypsy suositellaan aloitettavaksi raskausviikolta 37+0 alkaen. Tiheydeksi suositellaan 2 kertaa vuorokaudessa, 10 min kerrallaan (5 minuuttia/rinta).

[Tästä linkistä Terveyskylän Naistentalon käsinlypsyn video-ohjeeseen.](https://www.terveyskyla.fi/naistalo/raskaus-ja-synnytys/imetys/maidonerityksen-k%C3%A4ynnist%C3%A4minen-lyps%C3%A4m%C3%A4ll%C3%A4)



**Maidon säilytys ja kuljetus**

Saat poliklinikalta/osastolta mukaasi kotiin käsinlypsysetin (minigrip-pussissa ruiskuja, punaisia korkkeja, lääkelaseja). Tarvikkeita lisää saat ostettua apteekista. Raskaudenaikaisessa käsinlypsyssä tärkeintä ei ole tuotetun rintamaidon määrä, vaan stimulaatio rinnoille ja käsinlypsyn oppiminen.

Jäähdytä lypsetty maito jääkaapissa (ei ovessa). Talteen saatu maito laitetaan pakastimeen 2 ml ruiskuissa. Merkitse ruiskuun lypsypäivä. Laita ruiskut saamaasi minigrip-pussiin, jossa on nimesi. Normaalin synnytyksen jälkeen puoliso voi tuoda maidon sairaalaan äiti-lapsiosastolle vauvan synnyttyä. Mikäli sinulle on suunniteltu keisarileikkaus, maidot voi tuoda suoraan äiti-lapsiosastolle ennen synnytysosastolle menoa. Kylmäketju ei saa katketa kuljetuksessa. Sairaalassa maitoa tarvittaessa sulatetaan jääkaapissa/huoneenlämmössä. Sulatuksen jälkeen maito säilyy maksimissaan vuorokauden jääkaapissa ja tunnin huoneenlämmössä. Lämmityksen jälkeen maito säilyy korkeintaan tunnin käyttökelpoisena.