

## VASTASYNTYNEIDEN MONIKKOLASTEN HOITO

### Ihon ja kynsien hoito

Vastasyntyneiden ihoa tulee tarkkailla päivittäin. Muutaman päivän ikäisenä vauvan iho saattaa hilseillä ja siihen voi ilmaantua näppyjä. Vauvaa voi suihkutella tai kylvettää kerran viikossa. Taivekohdat (kaulapoimu, korvantaustat, kainalot ja nivuset) on puhdistettava päivittäin. Hilseilevää ihoa ei tarvitse hoitaa mutta erityisen kuiviin kohtiin (kuten ranteet ja nilkat) voi laittaa perusvoidetta tai öljyä. Vastasyntyneen kynnet voi leikata varovasti kahden viikon ikäiseltä, jos on tarpeen.

### Silmien hoito

Vastasyntyneen silmät puhdistetaan päivittäin vanulapuilla, joka on kostutettu vedellä. Puhdistus tapahtuu vetämällä vanulappua silmän ulkonurkasta sisänurkkaan. Vastasyntyneen silmät voivat rähmiä, koska kyynelkanavat ovat vielä ahtaat. Joskus rähmiminen loppuu, kun puhdistusta tehostetaan. Mikäli silmien rähmiminen jatkuu edelleen, on parasta ottaa yhteyttä neuvolaan.

### Navan hoito

Puhdista napa päivittäin kuivalla pumpulipuikolla. Mikäli napa erittää runsaasti tai haisee, käytä navan puhdistamiseen desinfiointiainetta (esim. Septidin). Napatynkä irtoaa viikon kuluessa.

### Vaipan vaihto

Vauvojen vaippa vaihdetaan tarpeen mukaan. Viikon ikäisillä vastasyntyneillä pitäisi olla kuusi pissavaippaa vuorokaudessa. Vastasyntyneet ulostavat päivittäin, mutta ulostusrytmi voi muuttua harvemmaksi 1-2 kuukauden iässä.

### Ilmavaivat

Vauvoilla voi olla ilmavaivoja. Niiden syynä voi olla suoliston kehittymättömyys, äidin ruokavalio tai antibioottikuuri tai runsas maidoneritys. Vauvojen ilmavaivoja voi hoitaa hieromalla kevyesti vauvaa vatsan alueelta. Lisäksi jalkoja pumpaavat jumppaliikkeet voivat helpottaa vauvan vatsavaivoja. Vauvoja on hyvä röyhtäyttää syötön jälkeen.

## MONIKKOPERHEVALMENNUS

---

### **Paino**

Vastasyntyneiden paino laskee aina syntymän jälkeen ja syntymäpaino saavutetaan viimeistään kahden viikon iässä.

### **Ulkoilu**

Kesäaikana vastasyntyneet voi viedä ulos kotiutumisen jälkeen. Tukahduttavan kuumalla helteellä paras paikka vastasyntyneille on sisällä tai varjossa. Talvikaudella ulkoilu aloitetaan parin viikon iässä.

### **D-vitamiini**

Rintaruokinnalla olevan lapsen D-vitamiini aloitetaan 2 viikon iässä neuvolan ohjeen mukaan. Tipat annetaan joko suoraan suuhun tiputtamalla tai pieneen maitomäärään sekoitettuna esim. teelusikalla.

## **KOTONA HOIDETTAVIA VASTASYNTYNEEN PULMATILANTEITA**

### **Pulauttelu**

On normaalia, että vauvat pulauttelevat ensimmäisenä vuorokautena nieltyään kohdussa lapsivettä. Myöhemmin aterian jälkeinen pulauttelu on normaalia ja johtuu ahnaasta imemisestä ja ilman kertymisestä mahalaukuun. Tämän lisäksi ruokatorvea ja mahalaukku erottava sulkijalihas on vauvoilla heikompi kuin vanhemmalla lapsella. Iän myötä ongelma vähenee. Jos pulauttelu jatkuu, lapsen paino ei nouse normaaliin tapaan, tai jos lapsi alkaa oksennella, ota yhteys neuvolaan tai omaan lääkäriin.

### **Ummetus**

Vastasyntyneen suolen toiminta on vaihtelevaa. Rintalapsen uloste on yleensä ryynimäistä ja pehmeää, ja 1-2 kk:n ikäisellä ulostusvälit voivat olla jopa viikon mittaisia ilman, että kyseessä on varsinainen ummetus.

### **Sammas**

Jos vauvan suun limakalvoille, poskiin ja kieleen ilmaantuu vaaleaa katetta, kyseessä saattaa olla hiivasienen (candida) aiheuttama tulehdus. Asiasta kannattaa keskustella terveydenhoitajan tai neuvolalääkärin kanssa. Mikäli kotihoito, kuten happamat sitruuna-, puolukka- tai vissyvesikylyt eivät poista katetta, voi lääkäri määrätä sammaksen hoitoon nestemäistä tai geelimäistä tulehdusta rauhoittavaa lääkettä.

## MONIKKOPERHEVALMENNUS

---

### Koliikki

Vauvalla saattaa esiintyä useita kertoja vuorokaudessa toistuvia levottomuus-, kipristely- ja itkujaksoja, joihin ei liity oksentelua eikä ripulia. Painonnousu on normaalia. Tilan syitä ei tunneta. Tila menee ohi usein kolmen kuukauden ikään mennessä, minkä takia sitä kutsutaan myös nimellä ”kolmen kuukauden koliikki”. Oireiden lievittämiseen voidaan käyttää monia keinoja; syöttötekniikan korjaamista, röyhtäyttämistä, sylihoitoa ja vauvahierontaa, jotka joskus auttavat. Asiasta kannattaa keskustella terveydenhoitajan tai neuvolalääkärin kanssa.

### Itkuisuus, yölevottomuus

Vastasyntyneet nukkuvat suurimman osan ajasta heräten välillä syömään. Yöllä vauvojen hoidoksi riittää yleensä syöttäminen. Röyhtäyttämistä ja vaipan vaihtoa ei välttämättä tarvita. Vähitellen vauvoille muotoutuu oma, yksilöllinen vuorokausirytmensä. Jos vauvan / vauvojen unirytmisi on sekaisin, keskustele asiasta terveydenhoitajan kanssa. Ei kannata jäädä odottelemaan liian pitkään, ettei väsytä itseään liikaa. Yli puolen vuoden ikäisillä vauvoilla unikoulutus saattaa auttaa vauvojen unirytmien normalisoinnissa. Lisätietoja unikoulutuksesta saat neuvolan terveydenhoitajalta ja lääkäriltä.

### Nenän tukkoisuus

Vauvoilla on kapeat nenäkäytävät. Vastasyntynyt hengittää nenän kautta, joten nenän tukkoisuus vaikeuttaa lapsen hengitystä ja ruokailua. Tukkoisuus voi liittyä ylähengitystietulehdukseen, mutta myös esimerkiksi kuiva ilma voi aiheuttaa nenän tukkoisuutta. Nenää voidaan kostuttaa keittosuolaliuoksella, joita saa apteekista. Apteekin antamia keittosuolaliuoksen säilytystä ja käyttöaika koskevia ohjeita on noudatettava huolellisesti.

## SELVITYSTÄ VAATIVIA VASTASYNTYNEEN OIREITA

### Keltaisuus

Noin kolmannes vastasyntyneistä kellastuu ensimmäisinä elinvuorokausina, jonka jälkeen keltaisuus normaalisti kääntyy laskuun ja katoaa viimeistään 2 - 4 viikon iässä. On aina poikkeavaa, jos kotiutuneen vauvan keltaisuus voimistuu. Erityisen kiireellinen tilanne on silloin, kun voimistuvaan keltaisuuteen liittyy uneliaisuutta, oksentelua tai muita oireita. Tällöin ota heti yhteys neuvola- tai terveyskeskuslääkäriin. Selvä keltaisuus vielä 4 - 6 viikon iässä myös normaalisti kasvavalla ja hyvävointisella vauvalla on aina aihe lisätutkimuksiin.

## Huono painonnousu

On normaalia, että terveen lapsen paino laskee syntymän jälkeen alkuun 5 – 8 %, kun ylimääräinen neste poistuu elimistöstä. Tämän jälkeen paino alkaa nousta ja lapsi saavuttaa syntymäpainonsa viimeistään 14 vuorokauden iässä. Tavallisin syy huonoon painonkasvuun on riittämätön ravinto. Jos rintalapsi syö hyvin, mutta jää ruokinnan jälkeen itkuseksi, hän ei ehkä saa riittävästi ruokaa. Myös ulosteiden muuttuminen tummanvihreiksi, niukoiksi ja vetisiksi voi viitata riittämättömän ravinnon saamiseen. Ruoan riittämättömyys voidaan varmistaa syöttöpunnituksella, jonka suorittamisesta voit sopia terveydenhoitajan kanssa. Jos ruokamäärä osoittautuu riittämättömäksi, sitä täydennetään esimerkiksi korvikemaidolla. Painon kehitystä seurataan neuvolassa määräajoin. Jos epäilet vauvojesi kasvun häiriötä, ota yhteys neuvola- tai terveyskeskuslääkäriin. Lisätutkimukset ovat tarpeen myös silloin, kun vauva ei suostu syömään tai oksentelee.

## Tummat ulosteet

Imetyksen aikana pieni määrä verta voi tihkua äidin rintojen päistä, jolloin vauvan ulosteet värjäytyvät niellystä verestä tummiksi. Hyvin harvinaista on, että verenvuoto olisi lähtöisin vauvan suoliston yläosasta. Kirkas veri ulosteen pinnalla on tavallisimmin lähtöisin peräsuolen pikku haavaumasta. Asian selvittämiseksi ota yhteys neuvolalääkäriin tai terveyskeskuslääkäriin.

## VÄLITÖNTÄ HOITOA VAATIVAT VASTASYNTYNEEN ONGELMAT

### Uneliaisuus tai voimakas ja jatkuva itkuisuus

Mikäli lapsi muuttuu tavallista uneliaammaksi, eikä häntä saa kunnolla heräteltyä tai lapsi itkee jatkuvasti rauhoittumatta sylissä tai ruokinnalla, ota yhteys päivystävään lastenlääkäriin välittömästi.

### Hengitystauot

Vastasyntynyt hengittää yleensä 40 - 60 kertaa minuutissa. On normaalia, että vastasyntyneen hengitystaajuus vaihtelee lapsen vireystilan mukaan. Myös hengitysrytmin vaihtelu on normaalia. Sen sijaan useiden sekuntien mittainen hengitystauko on poikkeavaa ja sen syyt täytyy selvittää heti. Jos vauvan hengitys on selvästi taukoilevaa, soita ambulanssi. Jos lapsen väri on sinertävä, aloita puhalluselvytys hengityksen tukemiseksi ambulanssia odottaessasi.

## MONIKKOPERHEVALMENNUS

---

### Hengitysvaikeudet

Hengitysvaikeuksista on kyse silloin, kun lapsen hengitys on tavanomaista tiheämpää, vaikeutunutta, raskasta tai äänekkästä (vinkuvaa) ja rohisevaa. Pikkuvauvan hengitysvaikeuksissa on aina syytä ottaa yhteys päivystävään lastenlääkäriin. Mikäli lapsen iho on sinertävä tai harmaan kalpea, soita ambulanssi ja aloita puhalluselvytys hengityksen tukemiseksi ambulanssia odottaessasi. Vauvan väsähtäminen ja rasittuminen syödessä voi ilmetä hengästymisenä, hikoiluna ja haluttomuutena imeä. Tällöin ravinnonsaanti voi jäädä riittämättömäksi, jolloin painonnousu hidastuu. Syyt näihin ongelmiin on pikaisesti selvitettävä. Ota yhteys päivystävään lastenlääkäriin.

### Oksentelu

Aterian jälkeinen pulauttelu ja oksentelu on tavallista vastasyntyneillä. Mikäli pulauttelu jatkuu runsaana ja lapsen paino ei nouse normaalisti, on asiaa syytä tutkia tarkemmin. Poikkeavia ovat voimakkaat, suihkumaiset oksennukset, veriset oksennukset tai vihreät oksennukset. Ota yhteys päivystävään lastenlääkäriin.

### Raajojen nykiminen, säpsähtely, kouristelu

Vastasyntyneen nukahtaessa tai herätessä voi raajoissa esiintyä tahattomia lihasnykäyksiä. Tämä on normaalia unen ja valveen rajamailla. Toistuvien nykäysten tai nykäyssarjojen syyt on aina selvitettävä. Ota yhteys päivystävään lastenlääkäriin. Jos vastasyntynyt kouristaa, soita välittömästi ambulanssi.

### Kuume

Kun vastasyntyneen lämpö peräsuolesta, kainalosta tai korvasta toistuvasti mitattuna on yli 38 astetta, puhutaan kuumeesta. Vauvan kuumeilun syyt pitää aina selvittää. Kuumetta voivat aiheuttaa tartuntataudit tai muut tulehdussairaudet, esim. virtsatietulehdus. Oireenmukainen kuumetta alentava lääkehoito aloitetaan vastasyntyneelle yleensä vasta lääkärin ohjeiden mukaan. Ota yhteys päivystävään lastenlääkäriin.

### Ripuli

Rintalapsen uloste on yleensä ryynimäistä ja pehmeää. Jos vastasyntyneellä on vetisiä, pahanhajuisia, vaippaan imeytyviä ulosteita, ota yhteys päivystävään lastenlääkäriin.