Rinnapiimaga toitmise uuringu kokkuvõte

Rinnapiim on spetsiaalselt lapsele kohandatud parim võimalik söök ja jook esimesel 6 elukuul. Rinnaga toitmine on inimese elukestusel lühike protsess, kuid mõjutab positiivselt lapse tervist kogu tema elu. Samuti omab rinnaga toitmine positiivset mõju ka ema tervisele. Sellest tulenevalt ja lähtudes beebisõbraliku haigla põhimõtetest soositakse Pärnu Haiglas rinnaga toitmist ning pakutakse selles osas naistele igakülgset toetust. Teenuse kvaliteedi hindamiseks on soovituslik koguda andmeid rinnaga toitmise alguses ja ainult rinnapiima toidul olevate imikute kohta.

01.01.2024-31.12.2024 viidi Pärnu Haigla naiste- ja lastekliiniku sünnitusjärgses osakonnas läbi küsitlus, mille raames hindasid sünnitanud naised kliinikus pakutavat ante-, peri- ja postnataalse hoolduse kvaliteeti ja seda eeskätt rinnaga toitmisega seonduva info, abi ja toetuse saamise osas. Kuna 2023. aastal piloteeriti elektroonilist küsimustikku ning vastajate arv oli tagasihoidlikum võrreldes ajaga, mil küsimustik oli paberkandjal, siis Pärnu Haigla rinnaga toitmise edendamise töörühmas arutleti võimaluste üle vastajate arvu suurendamiseks. Otsustati, et lastearstid juhivad tähelepanu küsimustikule kojuminekunõustamise raames.

Küsitlusele vastas 33 naist, nendest 16 olid esmassünnitajaid ja 17 korduvsünnitajaid. 33 vastajast 31 juhul oli sünnitus loomulik, kahel juhul keisrilõige seljasüstiga.

Rasedus on väga oluline aeg, mil naine peaks saama kõik vajaliku informatsiooni imetamise vajalikkusest ja olulisusest hilisemate teadlike otsuste langetamiseks. Sünnituse eelselt on oluline jagada naistele informatsiooni rinnaga toitmise kasulikkusest, imetamise alustamisest ja nahk-naha kontaktist, erinevatest imetamise asenditest, toitmise sagedusest jms. Samuti tuleb nõustamisel rääkida ka võimalikest probleemidest, mis rinnaga toitmisel esineda võivad. Selgitada tuleks ka võimalikke riske imiku piimasegude kasutamisel.

33 vastajast 31 vastas, et said raseduse ajal infot ja teadmisi, mis aitas neil edukalt alustada oma lapse imetamist. Nahk-naha kontakti emaga asetati sünnitusjärgselt 31 vastsündinut. Kaks vastsündinut ei saanud nahk-naha kontakti emaga, kus ühel juhul sai laps nahk-naha kontakti isaga ning ühel juhul ei olnud nahk-naha kontakt võimalik lapsepoolsetel põhjustel. 3 vastajat ütles, et juhul, kui laps neist sünnitusjärgselt mingil põhjusel eraldati, siis seda ei põhjendatud. 30 juhul õpetas ja julgustas personal naist imetama tema esmasel kontaktil lapsega ning selgitas

naisele esmaseid märke, kui vastsündinud on imemiseks valmis. 33 vastajast 25 said abi, nõu või toetust imetamisasendite valikul. 29 vastajat sai abi, nõu või toetust õige imemisvõtte leidmisel ning rinnapiima käsitsi välja sõõrutamise osas sai abi, nõu või toetust 17 vastajat. Kõiki vastajad ütlevad, et neid on nõustatud imetamiskordade sageduse osas ning 31 vastajat on nõustatud imetamise kestvuse osas. Kõigist vastajatest 31 plaanib oma last imetada üle kuue kuu.

33-st vastajast 18 planeerib lapse toitmiseks kasutada lutti/lutipudelit. Põhjendusena toodi välja: et isa saaks last rinnapiimaga toita ja anda puhkust emale või jätta laps hoida kellelegi teisele; lutti lapse rahustamiseks; lutipudelit kaksikute toitmiseks.

Kui rinnaga toitmine ei ole ajutiselt võimalik, siis selleks olukorraks tuleb vanematele õpetada alternatiivseid toitmisviise, nt. lusika või topsiga. Luti asemel võib imiku imemisvajaduse leevendamiseks kasutada ka kindaga sõrme või rinda, millest veel piima ei tule. Tervishoiuasutuses ei tohiks personal propageerida ega reklaamida lutipudeleid, lutte ega nibukaitsmeid.

Asjakohane emade ja perekonna nõustamine lutipudelite, luttide ja nibukaitsmete kasutamise kohta on vajalik, aitamaks vanematel teha teadlikke valikuid nende kasutamise osas. Oluline on, et personal ei soovitaks vanematele kasutada vastsündinutel lutipudeleid, lutte ja nibukaitsmeid ilma meditsiinilise näidustuseta. Kui nende kasutamine on siiski vajalik, tuleb õpetada vanemaid lutipudeleid, lutte ja nibukaitsmeid õigesti hooldama ja puhastama, et vältida bakteritest tingitud ohte. Vanematele tuleb selgitada, et luti ja rinnanibu imemise füsioloogia on erinev, mistõttu rinnaga toitmisel võib tekkida probleeme, eriti kui lutti või nibukaitset kasutatakse pikema aja jooksul. Kui lutt hakkab asendama imiku söögikordasid rinnast, siis on võimalik rinnapiima hulga vähenemine.

33 vastajast 29 on teadlikud, et peale sünnitusosakonnast lahkumist on Pärnu Haiglas võimalik pöörduda imetamisnõustaja vastuvõtule abi ja nõu saamiseks. Emad vajavad püsivat toetamist, et jätkata rinnaga toitmist. Eriti oluline on pöörata tähelepanu emadele, kes tervishoiuasutusest välja kirjutamisel ei ole omandanud kõiki vajalikke rinnaga toitmise oskuseid, mistõttu on tõenäoline, et kodus olles võivad ilmneda imetamisega seotud probleemid. Seetõttu on vajalik, et vanematel oleks võimalus vajadusel saada asjakohast abi ja nõustamist.

Uuringu tulemustest võib järeldada, et Pärnu Haiglas on hästi korraldatud nahk-naha kontakti loomine ema (isa) ja lapse vahel, sünnitanutel on soov imetada last vähemalt 6 kuud. Positiivseks võib lugeda jätkuvalt järjepidevat ja toimivat imetamisnõustajate vastuvõttu, mille olemasolust on emad teadlikud. Samuti on lisandunud 2023. aasta oktoobrist ämmaemandate koduvisiidid, mis annab võimaluse nõustada ja toetada naiste toimetulekut rinnaga toitmisel koduses keskkonnas. Rasedusaegne ja sünnitusjärgne imetamisnõustamine toimub heal tasemel. Küll aga peaksime parandama veel igakülgse naiste ja perede nõustamise kvaliteeti seoses teostatavate protseduuride vajalikkuse ja tegevuskäigu osas. Lapsi peaks eraldama lapsevanematest sünnitusjärgselt äärmisel vajadusel ning juhul, kui see osutub vajalikuks, tuleb seda vanematele selgitada. Töö beebisõbraliku haigla põhimõtetest lähtudes on pidev ja igapäevane.

Jätkame elektroonilise küsimustikuga ning jätkuvalt juhime personalina perede tähelepanu küsimustiku täitmisele. Lisaks anname ka QR-koodi peredele koju kaasa, et oleks võimalik küsimustikku ka kodus omale sobival ajal täita.