Rinnapiimaga toitmise tagasiside küsimustiku 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.
01.01.2025-31.12.2025 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. Küsitlusele vastas 68 naist, nendest 28 olid esmassünnitajaid ja 40 korduvsünnitajaid. 68 vastajast 64 juhul oli sünnitus loomulik, neljal juhul keisrilõige. Keisrilõikega lõppenud sünnitustest kolm oli sipinaalanesteesias ning üks üldanesteesias.

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.

68 vastajast 64 vastas, et said raseduse ajal infot ja teadmisi, mis aitas neil edukalt alustada oma lapse imetamist. Kõik vastajad ütlesid, et vastsündinu asetati sünnitusjärgselt nahk-naha kontakti emaga. 61 juhul õpetas ja julgustas personal naist imetama tema esmasel kontaktil lapsega ning selgitas naisele esmaseid märke, kui vastsündinud on imemiseks valmis. 68 vastajast 63 said abi, nõu või toetust imetamisasendite valikul. 64 vastajat sai abi, nõu või toetust õige imemisvõtte leidmisel ning rinnapiima käsitsi välja sõõrutamise osas sai abi, nõu või toetust 46 vastajat. 68 vastajast 64 ütleb, et neid on nõustatud imetamiskordade sageduse osas ning 63 vastajat on nõustatud imetamise kestvuse osas. Kõigist vastajatest 63 plaanib oma last imetada üle kuue kuu.

68-st vastajast 51 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.

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.

68 vastajast 65 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. Alates 2025. aastast suunavad ämmaemandad naisi juba raseduse ajal imetamisnõustaja vastuvõtule, et nõustada naisi imetamise osas või lahendada küsimusi, mis on tekkinud näiteks eelneva negatiivse imetamiskogemuse korral. Rasedusaegne ja sünnitusjärgne

imetamisnõustamine toimub heal tasemel. 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.

Ettepanekud/kommentaarid meie töö paremaks muutmisel:

„Kõik sujus hästi, kollektiiv väga meeldiv ja sõbralik!“

„Rohkem toetust ja kiitmist värskele emale. See roll on uus ning igasugune julgustamine on omal kohal.“

„Ma jäin meeletult rahule oma kogemusega ja kiidan kõiki töötajaid! Aitäh, et olite nii toetavad!“

„Minule on teie töö sobiva mahuga.“

„Olete tublid. Aitäh!“

„Kõik oli väga tore, personal oli erakordselt sõbralik ja toetav.“

„Sünnitusjärgses osakonnas võiksid ämmakad, lastearstide ja muu personal püüda vanematega kokku leppida sobiv aeg läbivaatuseks nii ema kui lapse puhul. Olles 4 päeva osakonnas sees, kus kokku oli täidetud 4 palatit vaid, siis ainult 1 ämmaemand oli nõus hiljem tagasi tulema, et mitte lapse und segada. Uni on väga kriitiline ja seda võiks püüda hoida rohkem personali poolt! lisaks võiks perepalatis olla kell seinal. Lisatoidu andmise puhul võiksid juhused ühtida ka hilisema nõustamise osas - näiteks sünnitus palatis soovitatud kasutada süstalt kuid hilisem ä/e ülevaatuse käigus hoopis sondi süstla otsas. Uusi võtteid on raske omandada niigi, seega juhised võiksid olla ühtsed.“

„Olen väga rahul antud kogemusega. Haiglas viibitud aja jooksul ei tulnud kordagi juttu pudelist ega piimasegust. Väga mõistlik ja meeldiv kogemus. See kõik on mulle ka väga positiivse alguse imetamisele andnud. Aitäh!“

„Teete väga head tööd juba niigi, sünnitajad on kenasti hoitud ja toetatud.“

„Personal on väga hooliv ja abivalmis. Tundsin kogu haiglas oldud aja end end suurepäraselt.“

„Teete suurepärast tööd :)“

„Tahame lihtsalt tänada Pärnu Haigla sünnitusosakonda. Hinge ja armastusega teevad need inimesed seda tööd. Eriliselt suur aitäh ämmaemandale Tiiale. Jõudu ja jaksu Teile!“

„Uusi tehnoloogiaid kuidas turvaliselt vähendada sünnitus aegset valu.“

„Personal oli kogu haiglas veedetud aja väga toetav ja abivalmid, tegid kogu sünnitus protsessi väga meeldivaks. aitäh selle eest!“

„Omalt poolt sain kõik abi mis vaja oli. Kõik olid väga sõbralikud ja toetavad. Sündis kolmas laps, aga sellegi poolest jäin hätta piimapaisust tingituna imetamisega. Sain nõu ja abi. Hoopis naised ise peaks abi julgemalt küsima, mitte üksi raskustes olema. Imetamine võib tõeline väljakutse olla ja ka korduvsünnitajal on uusi nippe õppida.“

„Kõik ämmaemandad olid väga abivalmid ja meeldivad.“

„Kogemus oli nii hea ja toetav, ma ei leidnud vigu ega parendamist vajavaid kohti.“

„Kogu sünnituseelse ja sünnitusosakonna personal oli väga toetav ja andis piisavalt vajalikku infot. Olen väga tänulik!“

„Tahaksin hoopis tänada kogu sünnitusosakonna personali. Meie eest kanti suurepäraselt hoolt. Toit jõudis alati soojana, olime alati hästi varustatud vajaminevaga ja tuba hoiti korras-puhas. Sünnitusel samuti tundsin, et olen kindlates kätes. Kõik kokkupuuted personaliga olid

positiivsed. Tundsin, et julgen abi paluda ja mind toetatakse igal sammul. Aitäh kõigile! Üle ootuste head inimesed on selles osakonnas.“

„Personal tegi enda poolt suurepärast tööd. Kõik mis oli sel perioodil nende poolt võimalik. Olin hoitud ja konkreetselt juhendatud.“

„Personal oli suurepärane. Igal küsimuste ja abi korral kohe tuli vastu. Mingid ettepanekud einsaa öelda!! Arstid ja ämmaemad oli tipptasemel! Olge edasi nii tublid nagu olid meiega!! Täname Teid!“

„Personali osas alates puhastusteenindajast kuni arstideni ainult kiidusõnad.“

„Kõik oli imeline - personal, olustik ja suhtumine. Suur aitäh Teile selle aja eest.“

„Kõik oli väga hästi. Personal andis emale piisavalt rahu ja aega ka ise imetamisega tegeleda ja tunda end turvaliselt.“

„Tahan kiita väga ämmaemand Egle Kuusikut. Tema nooruslik olemus võttis ära kogu hirmu ja oskuslik juhendamine ning kohalolu viimse hetkeni oli lihtsalt suurepärane. Sain imelise sünnitus kogemuse ja toetuse. Loodan, et hindate selliseid hingega pühendujaid väga. Inimene on oskuslik ja oma mõnusa energiaga suudab hirmud täiesti maandada. Aitäh veelkord imeline töö ja oleme perekonnaga rõõmsad. Egle soe süda ja nooruslik meel nii toredad. Aitäh, et pisike preili sai 14.09 tulla 12.10 ilmale.“

„Tahan ainult kiita. Esimese lapse sünnitasin Tartus 7a tagasi. Pärnus sünnitamine oli erakordne kogemus võrreldes Tartuga. Ämmakad oli nii toetavad ja hoolivad, pidevalt personal tundis huvi. Tuleks vist ka teisest Eesti otsast Pärnu sünnitama:) Aitähh, jätkake samas vaimus!“

„Personal kellega meie kokku puutusime sünnitusel ja haiglas viibimise ajal oli tasemel(välja arvatud üks ämmaemand kes minuarvates seda tööd tegema ei peaks). Peale selle oli kõik fantastiline ja tundsime ennast väga hästi ja hoituna. Ei tundnud millestki puudust. Aitàh Teile et seda tööd teete!“

„Kohe peale lapse sündi võiks saada imetamisnõustajalt kiirkoolituse, kuidas ära tunda õige imemisvõte, kuidas on õige asend toitmisel ja muu sarnane info. Sellised õpetused jõudsid alles minuni hiljem nõustaja visiidil kui olin pikalt piinelnud.“

„Personal võiks rohkem imetamist toetada. Vanemad ämmakad oleks võin aidata imetamisnõuga rohkem alguses või siis leida päevasel ajal kellegi teise kes annab nõu. Hakati lisa pakkuma liiga ruttu. Oleks võin rohkem imetamisnõu anda pigem kuna algus on habras ja keeruline isegi kogenud emale.“

„Olen väga rahul Pärnu haigla personaliga, ämmaemandad,lastearstid,õed- kõik on alati toredad ja abivalmis. Olen siin juba neli korda sünnitanud ja alati on kõik super olnud. Aitäh teile!!!“