**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. Maitomäärä vähitellen lisääntyy 2-4 vuorokauden jälkeen synnytyksestä. 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.

Raskausdiabeetikko-/diabeetikkoäidin vastasyntynyt saattaa tarvita syntymänsä jälkeen lisämaitoa lääketieteellistä syistä verensokeritasapainon korjaamiseen. Tutkimuksen mukaan vastasyntyneen tarve lisämaidolle on ensimmäisen elinvuorokauden aikana pienempi, jos äiti on tehnyt raskaudenaikaista käsinlypsyä raskausaikana. Näyttöä on myös siitä, että lisämaidon tarve olisi pienempi syntymästä kotiutumiseen saakka ja sen jälkeenkin.

**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.

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 vierihoito-osastolle 13-1 vauvan synnyttyä. Mikäli sinulle on suunniteltu keisarileikkaus, maidot voi tuoda suoraan vierihoito-osastolle 13-1 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.