

Imetyksen tuki ry: Uudet lapsiperheiden ruokasuositukset tähtäävät nykyistä pidempään täysimetykseen - imetystukea tarvitaan

Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos julkaisi 22.1.2016 uudet kansalliset ruokasuositukset lapsiperheille. Vauvoille suositellaan yksinomaista eli täysimetystä kuuden, vähintään neljän kuukauden ikään asti. Kiinteiden ruokien aloittamista suositellaan pieninä maisteluannoksina vauvan yksilölliset valmiudet huomioiden, äidinmaidon pysyessä vauvan pääasiallisena ravintona.

Suomessa ollaan tällä hetkellä kaukana suosituksen tavoitteista, sillä vauvat saavat äidinmaitoa ainoana ravintona keskimäärin vain kaksi kuukautta. Uudessa suosituksessa nostetaan esiin imeväisikäisten ravitsemuksen keskeiset haasteet: äidinmaidonkorviketta saavien vauvojen suuri osuus ja kiinteiden ruokien aloittaminen yleisesti ennen suositusikää.

Korvikkeen tarjoaminen äidinmaidon ohella varmuuden vuoksi sekä puutteellinen imetysohjaus terveydenhuollossa ovat Imetyksen tuki ry:n kokemuksen mukaan usein syynä siihen, että imetys loppuu aikaisessa vaiheessa vastoin äidin toivetta. Enemmän tukea tarvittaisiin erityisesti lisämaidon vähentämiseen ja täysimetykselle pääsemiseen. Imetyksen tuki ry on jo tarttunut asiaan yhdessä muiden järjestöjen kanssa ja luonut materiaaleja terveydenhuollon ja perheiden käyttöön lisämaidosta luopumisen avuksi. Uudessa ruokasuosituksessa määritellään, että lisämaidon tulisi synnytyssairaaloissa antaa vain lääketieteellisin perustein ja että täysimetyksen toteutumista tulisi tukea.

Jotta imetyksen tukeminen aidosti toteutuisi, Imetyksen tuki ry ehdottaa, että esimerkiksi Lastenneuvolakäsikirjasta tulisi löytyä työkaluja lisämaidosta luopumisen tukemiseksi. Lisäksi on tärkeää, että kaikki äitiys- ja lastenneuvoloissa työskentelevät ovat saaneet imetysohjaajakoulutuksen, ja että ammattilaisten tarjoaman avun rinnalla on kattavat imetyksen vertaistukipalvelut.

Lisätietoja:

Imetyksen tuki ry

Niina Mäkinen
koulutuskoordinaattori, kättilö
044 522 5039
niina.makinen@imetys.fi

Lotta Viinikka
toiminnanjohtaja
044 522 5032
lotta.viinikka@imetys.fi

Imetyksen tuki ry tarjoaa koulutettua vertaistukea imettäville perheille, julkaisee tutkittua tietoa imetyksestä ja järjestää koulutuksia. Yhdistyksen toimintaa perustuu WHO:n imetystä edistäviin ohjelmiin sekä Lasten oikeuksien sopimuksen 24. artiklaan. www.imetys.fi
Imetyksen tuki ry:n toimintaa rahoittaa Raha-automaattiyhdistys.

Lisämaitojen purkamiseen liittyvä järjestöjen kampanja: www.imetys.fi/lisamaito

