

Äiti, minun on nälkä!

Mistä tietää, että vauva haluaa syödä? Jos asiaa kysyy ensimmäiseltä vastaantulijalta, vastaus kuuluu todennäköisesti: "Siitä, että vauva huutaa." Tosiasiassa itku on vauvan vihoviimeinen keino pyytää ruokaa. Aivan vastasyntyneestä asti vauva osaa ilmoitella nälästään ilmeillään, eleillään ja hamuilemalla hyvän aikaa ennen kuin itku yllättää.

RIIKKA KÄKELÄ-RANTALAINEN

Vauvan ymmärtäminen voi aluksi tuntua hankalalta, mutta kaikki vanhemmat oppivat vähitellen vauvansa parhaiksi tulkeiksi. Kun oman vauvan viestit tulevat tutuiksi, on helppoa ottaa vauva syömään heti ensimmäisistä nälän merkeistä. Rauhallinen vauva jaksaa keskittyä imemiseen malttavasti. Hyvä imutekin onnistuu todennäköisemmin, kun vauva ei itke hätäntyneenä ja nälissään.

Vaikka jokaisella vauvalla on oma yksilöllinen tapansa kertoa haluavansa maitoa ja toiset hermostuvat ikätovereitaan nopeammin, toiset hitaammin, tietyt eleet ja niiden järjestys ovat yhteisiä vauvoille kaikkialla maailmassa. Pääsimm kurkistamaan kahden vuorokauden ikäisen Lyydian nälkäviestejä ensimmäisistä vihjeistä aina itkun kynnykselle asti. •

Kirjoittaja on kolmen lapsen äiti ja imetystukihenkilö



18.38 Lydya venyttelee, haukottelee verkkaisesti, kääntelee päätään ja lipoo huuliaan. Hän on heräilemässä. Tyttö saattaisi tarttua hanakasti rintaan jo nyt heräämättä edes kokonaan.



18.40 Lyydian silmät ovat yhä kiinni, mutta hän on selvästi valpastunut. Välillä pieni kieli pilkistää ulos tytön suusta. Nyt olisi todennäköisesti varsin hyvä hetki ottaa hänet rinnalle.



18.42 Lydya on aivan hereillä, vaikka pitääkin silmänsä enimmäkseen kiinni. Tytön jalat potkivat, kädet huitovat, suu aukeaa ja menee kiinni, kieli työntyy ulos ja tavoittelee sormia.



18.57 Lydya nukahtaa tyytyväisenä äitinsä viereen sairaalasängylle makoisan maitoaterian nautittuaan.

18.30 Tyttö nukkuu levollisena.



18.36 Uni muuttuu kevyemmäksi. Silmät liikahtelevat Lyydian suljettujen luomien takana, suu kaartuu välillä hymyntapaiseen. Kädet ovat nyrkissä.



18.44 Lydya raottaa hetkeksi silmiään ja katselee ympärilleen tarkkaavaisena aukoen suutaan ja maistellen sormiaan. Jos Lyydialle tarjaisi nyt rintaa, hän söisi sitä luultavasti hyvin halukkaasti.



18.45 Lydya imee sormiaan ja maiskuttelee kovaaäänisesti. Välillä hän avaa suunsa apposen ammолleen ja hamuaa ilmaa hanakasti kuin haukatakseen rintaa.



18.47 Levottomuus kasvaa; Lydya kääntelee päätään puolelta toiselle hamuillen ja koettaa napata suuhunsa poskeaan koskettavan hupun reunan. Kulmat kurtistuvat. Nälkä alkaa saada ylivallan.



18.56 Vihdoinkin maitoa! Tyyntyyttyään Lydya alkaa imeä halukkaasti ja onnellisena.



18.52 Lydya hengittää nopeasti, käniisee ärtyisesti ja kääntelee päätään häätäisenä puolelta toiselle. Äiti pajaa tyttärtään, mutta kosketus ei rauhoita tätä enää. Kun äiti ottaa Lyydian syliin, hän "nökkii" äitiä päällään ja takoo tätä nyrkeillään.



18.54 Lopulta Lydya parahtelee ja on vähällä puhjeta itkuun. Nälkä on jo liian kova. Äidin täytyy rauhoitella tyttöä ennen kuin tämä suostuu rauhoittumaan rinnalle.

KUVAT: RIIKKA KÄKELÄ-RANTALAINEN

Lähteet:

LLL: <http://www.llli.org/ba/May99.html>, Cue Feeding: Wisdom and Science. Lisa Marasco, BA, IBCLC, Santa Maria, California, Jan Barger, MA, RC, IBCLC, Wheaton, Illinois, Breastfeeding Abstracts, May 1999, Volume 18, Number 4, p. 28-29.

LLL: <http://www.llli.org/NB/NBJulAug03p126.html>, Feeding On Cue. Sue Iwinski, Gwen Gotsch. NEW BEGINNINGS, Vol. 20 No. 4, July-August 2003, p. 126

AAP: http://www.aap.org/breastfeeding/curriculum/documents/pdf/Hospital%20Breastfeeding%20Policy_FINAL.pdf, Sample Hospital Breastfeeding Policy, Breastfeeding Support - Tools for Clinicians.

KellyMom: <http://www.kellymom.com/bf/start/basics/hunger-cues.html>