



Tervetuloa synnyttämään Lapin keskussairaalaan

Yleisiä ohjeita

Savuton sairaala

Sairaalamme on savuton sairaala ja tupakointi on sallittua ainoastaan erikseen osoitetuilla tupakointipaikoilla. Kannustamme tupakoimattomuuteen ja annamme tarvittaessa osastolta nikotiinikorvaushoidon. Vierailijoilta toivomme tupakoimattomuutta.

Linja-auto

Porokadulla sairaalan edestä kulkevat paikallisliikenteen vuorot 3, 5 ja 6. Aikataulutiedot löytyvät mm. neuvonnasta ja Rovaniemen paikallisliikenteen nettisivuilta linkkari.fi.

Taksi

Sairaalan pääsisäänkäynnin edessä on takseja arkisin klo 8-16. Synnytyksen jälkeen äidillä ja vauvalla on mahdollisuus käyttää kotimatkallaan taksia.

Pysäköinti

Asiakaspysäköinti Lapin keskussairaalaalla on muuttunut maksulliseksi. Asiakkaiden pysäköintimaksut ovat voimassa arkisin kello 7–15. Ensimmäinen tunti on maksuton, jonka jälkeen maksu on euron tunnissa. Maksimissaan asiakkaalta peritään pysäköinnistä viisi (5) euroa vuorokaudessa.

Joskus sairaalassa joutuu olemaan pidemmän aikaa. Pitkäaikaisten pysäköintien maksukatot ovat seuraavat: 15 € / 7 vuorokautta 45 € / 30 vuorokautta. Maksukatto toimii yhtäjaksoisessa pysäköinnissä.

Lisätietoa antaa LSHP:n neuvonta: asiakaspalvelukeskus@lsh.fi / 0163287900

Pysäköinnin voi maksaa:

Alueella olevien maksuautomaattien avulla. Automaatit toimivat sekä käteisellä että pankki- ja luottokortilla (myös lähimaksu)

EasyPark -sovelluksella (Aluekoodi 971 P-Lapin Keskussairaala)

ParkMan-sovelluksella (P-Lapin Keskussairaala)

Lue lisää pysäköinnistä www.lkslaajennus.fi

Potilashotelli

Sairaalaalla on potilashotelli, jossa potilaat voivat yöpyä. KELA korvaa potilaalle osan potilashotellimaksusta, jos potilashotellin käyttö on hoidon vuoksi tarpeen.

Synnytysvalmennus

Perheillä on mahdollisuus osallistua maksulliseen synnytysvalmennukseen, jota järjestetään lauantaisin. Osa kunnista tarjoaa valmennuksen maksutta. Valmennuksen suositeltavin ajankohta on 32-36 raskausviikolla. Voit kysyä lisätietoja ajanvarauksesta terveydenhoitajaltasi.

Synnytyshuoneisiin ja vuodeosastoon tutustuminen

Voit tutustua yksikköme tiloihin virtuaalisesti LSHP:n synnytysyksikön sivuilla olevan linkin kautta. www.lshp.fi -> synnytysvastaanotto.



Tukihenkilön ruokailu

Synnyttäjän mukana oleva henkilö voi ruokailla sairaalan ruokasalissa henkilökunta-aterian hinnalla, käydä kahviossa tai tuoda omat eväät. Tukihenkilöille on taukotila synnytysyksikössä. Kahvio Kaarnikka on avoinna ma-pe klo 7.30-17.30 ja la-su klo 12-17.

Vierailuajat

Puolison vierailuaika on klo 10-20. Vauvan sisaruksien ja isovanhempien vierailuaika on klo 16-18. Infektiokaudella muiden, kuin puolison vierailua voidaan rajoittaa.

Onnittelukukat

Kukat olisi hyvä lähettää kotiin, koska allergiat ovat yleisiä.

Arvoesineet

Älä ota mukaasi suuria rahasummia, koruja tai muita arvoesineitä. Sairaalassa ollessasi vastaat itse henkilökohtaisista tavaroistasi.

Valokuvaaminen

Toivomme, että henkilökunnan kuvaamiseen pyydetään lupa.

Internet

Sairaalassa on maksuton langaton internetyhteys. Naistenklinikassa ei ole tietokoneita asiakaskäytössä.

Raskauden seuranta äitiyspoliklinikalla

Neuvola lähettää sinut tarvittaessa äitiyspoliklinikalle, mikäli tarvitset raskauteesi liittyvää lisäseurantaa. Puoliso tai muu tukihenkilö on tervetullut mukaan poliklinikalle.

Äitiyspoliklinikka sijaitsee 6. kerroksessa. Ilmoittaudu hissiä vastapäätä olevalla ilmoittautumisautomaatilla. Äitiyspoliklinikan puhelinnumero on 016 328 4500. Äitiyspoliklinikalla on käytössä takaisinsoittojärjestelmä, joka on avoinna seuraavasti: ma - ke ja pe klo 8.30-11.30, to klo 12.30-15.00. Jos puheluusi ei noina aikoina vastata, voit jättää takaisinsoittopyynnön.

Ota poliklinikalle mukaan sokeriseurantakortti ja mahdolliset laboratoriotulokset sekä jos sinulla on käytössä paperinen äitiyskortti.

Äitiyspoliklinikalla tehdään raskauden seulontatutkimuksista yleisiä-, yhdistelmä- ja rakenneultraääniseuloja, jotka ovat asiakkaalle maksuttomia. Seulontatutkimuksissa voi olla mukana yksi aikuinen tukihenkilö.

Äitiyspoliklinikalla toimii synnytyspelko-, HALSO- ja diabetes-, kättilö- ja imetyspoliklinikka. Näihin tarvitset läheteen neuvolasta, pois lukien kättilö- ja imetyspoliklinikan tietyt käynnit. Lisätietoja saat terveydenhoitajaltasi ja synnytysairaala.

Käynnistäsi peritään poliklinikamaksu. Muistathan perua ajan kolme vuorokautta ennen annettua aikaa, jos se ei sovi sinulle. Peruuttamattomasta ajasta perimme peruutusmaksun.



Synnyttämään lähteminen

Synnytyksen käynnistyminen on yksilöllistä. Aina ei ole helppo tietää, milloin on lähdettävä sairaalaan. Jos synnyttämään lähtö askarruttaa, voit soittaa meille. Annamme ohjeita ja vastaamme kysymyksiisi mielellämme. Puh. 016 328 4512.

Käyntisi synnytysvastaanotolla esim. tilannetarkastuksessa laskutetaan jälkikäteen voimassa olevien asiakasmaksujen mukaisesti.

Limatulppa

Usein kohdunsuun kypsyessä siitä poistuu sitkeä, limainen tai verislimainen limatulppa. Tämä on merkki siitä, että synnytys on lähiaikoina käynnistymässä, mutta tilanne ei edellytä vielä sairaalaan lähtöä. Liman joukossa saattaa olla hieman verta. Liman määrä vaihtelee. Se voi olla lähes huomaamatonta tai niin runsasta, että äiti epäilee lapsiveden menneen.

Supistukset

Synnytyksen lähestyessä voi säännöllisiä supistuksia olla useiden tuntien tai jopa vuorokausien ajan ilman, että synnytys on kuitenkaan käynnissä. Synnytyssupistukset ovat voimakkaita ja kivuliaita. Tehokkaat supistukset kestävät 1-1,5 minuuttia. Kun kivuliaita supistuksia on ollut alle kymmenen minuutin välein vähintään kahden tunnin ajan, on oikea hetki lähteä sairaalaan. Huomioi myös matkan pituus. Myös silloin, kun tunnet olosi muuten huonoksi ja tarvitset sairaalahoitoa, lähde matkaan.

Lapsiveden meno

Synnytys voi alkaa myös lapsiveden menolla ilman edeltävää supistustoimintaa. Lapsivesi on usein väritöntä tai punertavaa. Lapsivettä voi tulla tihkuen tai kerralla useita desilitroja. Mikäli vettä tulee tihkuen tai olet epävarma vedenmenosta, voit seurata tilannetta jonkin aikaa ja laittaa siteen. Lapsiveden tuloa ei voi pidätellä.

Lapsiveden mentyä voit tulla sairaalaan omalla autolla tai taksilla. Lähde sairaalaan pian lapsivedenmenon jälkeen. Tarkistamme tullessasi streptokokkinäytteen ja tarvittaessa aloitamme antibiootihoidon vauvan suojaksi. Tule ambulanssilla makuuasennossa, jos sikiö on perätilassa, poikkitalassa tai viimeisimmässä tutkimuksessa on todettu, ettei tarjoutuva osa ole kiinnittyneenä. Huomioi ajoneuvon valinnassa välimatka synnytyssairaalaan.

Verensekainen tai verinen vuoto

Synnytyksen käynnistyessä ja sen aikana kohdunsuulta erittyy verensekaista limaa. Kohdunsuun tutkiminen tai yhdyntä voi aiheuttaa niukkaa veristä vuotoa. Vähäinen verenvuoto on normaalia synnytyksen alkaessa. Lähde VÄLITTÖMÄSTI sairaalaan, jos verenvuoto on kirkasta ja vastaa määrältään kuukautisvuotoa.



Huoli sikiön liikkumisesta

Myös silloin on lähdettävä sairaalaan, jos et tunne sikiön liikkeitä liikelaskentaohjeiden mukaisesti tai kohdussa on jatkuvaa kipua tai pitkiä supistuksia, jotka eivät tunnu laukeavan ollenkaan. Liikelaskentaohjeet voit saada neuvolasta tai löydät iPana Äitiys-palvelun Omat seurannat -osiosta.

Saapuminen sairaalaan

Synnyttämään saapuessasi sisäänkäynti tapahtuu ensiapupoliklinikan ovesta, sairaalan pääovi on avoinna klo 7-20. Synnytysvastaanotto ja –huoneet sijaitsevat 6. kerroksessa, vasemmalla puolen hisseistä. Ole hyvä ja soita seinässä, lasiovien vieressä olevaa soittokelloa. Puolisosi / tukihenkilösi on tervetullut mukaan synnytykseen. Tullessasi ota mukaan mahdollinen sokeriseurantakortti ja omat hygieniavälineet.

Tulotilanteessa hoitohenkilökunta kartoittaa synnytystä koskevat toiveesi, jotka huomioidaan hoitosuunnitelmassasi. Toisinaan hoitosuunnitelmaan tulee lääketieteellisistä syistä muutoksia, joista keskustelemme kanssasi. Tavoitteenamme on aina sekä äidin että lapsen turvallisuuden varmistaminen.

Avautumisvaiheessa on hyvä liikkua tuntemustesi mukaan. Asennon hakemisessa voit käyttää apuna keinutuolia, kävelytelinettä, säkkituolia, eri kokoisia terapiapalloja ja CUBia. Meillä synnytyskivun hoidossa käytettäviä menetelmiä ovat amme, suihku, aquarakkulat, tens, rebozo-liina, ilokaasu, suun kautta otettavat sekä lihakseen pistettävät kipulääkkeet, kohdunsuun puudutus, spinaali- ja epiduraalipuudutus sekä pudendaalipuudutus. Eri vaihtoehtoja harkittaessa huomioimme toiveitasi lisäksi myös synnytyksen vaiheen ja sikiön hyvinvoinnin.

Voit vointisi ja voimiesi mukaan kokeilla erilaisia synnytysasentoja ja näin löytää sinulle parhaiten sopivan vaihtoehdon. Lisätietoa synnytykseen liittyen saat www.lshp.fi -> synnytys.

Synnytyksen jälkeen saat vauvan rinnallesi ihokontaktiin. Vauvan vointi huomioiden tavoitteena on, että ensi-imetys tapahtuu ihokontaktissa ensimmäisen tunnin aikana. Sektiosynnytyksen jälkeen sektion tyyppin mukaan saat itse vauvan ihokontaktiin tai puoliso / tukihenkilö saa vauvan ihokontaktiin vauvan voinnin sen salliessa. Synnytyksen jälkeen tarkkailemme sinua ja vauvaa synnytyssalissa kaksi tuntia. Tarjoamme syntymäpäiväkahvit ja käymme läpi synnytyksesi. Synnytyksen hoitanut kättilö pyrkii käymään kanssasi synnytyksen läpi ennen kotiutumistasi osastolta.

Vuodeosasto 6

Osastollamme hoidetaan raskaana olevia, synnyttäneitä naisia, vastasyntyneitä sekä gynekologisia potilaita.

Saat perheellesi yksilöllistä hoitoa ja ohjausta. Voit osastolla pitää halutessasi omia vaatteita ja ottaa omat sisäkengät mukaan. Myös oma juomapullo kannattaa olla mukana. Toteutamme vauvamyönteisysohjelmaa ja annamme ohjelman mukaisesti perheen tarpeista lähtevää imetysohjausta. Pyrimme välttämään tarpeetonta lisämaitoa, tuemme ensipäivien tutittomuutta,



Naistenklinikka

kannustamme ihokontaktiin ja vierihoitoon. Ympäri vuorokautinen vierihoito vahvistaa perheen ja lapsen vuorovaikutuksen kehittymistä. Vierihoito alkaa heti syntymän jälkeen.

Potilashuoneet ovat pääosin kahden hengen huoneita. Potilashuoneita käytetään myös perhehuoneina joiden määrä vaihtelee potilastilanteen mukaan. Perhehuoneessa puoliso osallistuu vauvan hoitoon ympäri vuorokauden koko hoitajakson ajan. Puoliso voi käydä töissä perhehuoneessa oloaikana. Jos olet kiinnostunut perhehuoneesta, kerro toiveesi jo synnyttämään tullessasi. Perhehuonetta ei voi varata etukäteen. Perhehuoneesta ei veloiteta erikseen, mutta puolisolle ei tule sairaalan puolelta aterioita.

Osastolla oloaika muodostuu vauvan ja äidin hoidontarpeen mukaan. Asiaksmaksu peritään äidin hoitoon tulopäivästä, sen jälkeen kertyvistä hoitopäivistä ja kotiutumispäivästä.

Jos perheessä tai lähiympäristössä sairastetaan tarttuvaa tautia kuten vesirokkoa tms, täytyy osastovierailumahdollisuudesta aina keskustella henkilökunnan kanssa.

Varaathan kotimatkaa varten vauvallesi turvakaukalon, sopivat vaatteet ja vaipan sekä mahdollisia muita hoitotarvikkeita (esim. harso, rintakumi, tutti).

Kätilöpoliklinikka ja imetyspoliklinikka

Kätilöpoliklinikka toimii lyhytjälkihoitoisen synnytyksen jatkohoitopaikkana sekä lastenlääkärin määräämien erillisten kontrollien jatkohoitopaikkana. Rovaniemen ulkopuolelta synnytystä odottamaan tulleet raskaana olevat varaavat neuvolakäynnit kätilöpoliklinikalle.

Imetyspoliklinikka toimii kätilöpoliklinikan yhteydessä. Imetyspoliklinikka on ajanvarauspoliklinikka, jonne voi varata itse ajan. Lähetettä ei tarvita, mutta raskaana olevista toivotaan lähetettä neuvolasta. Poliklinikan tarkoituksena on tarjota ammatillista, asiantuntevaa ja näyttöön perustuvaa ohjausta imetyksen haasteisiin äidin omien imetystavoitteiden mukaisesti. Imetyspoliklinikan käynnit ovat maksullisia.

Imetyspoliklinikalta saa tukea muun muassa seuraaviin tilanteisiin: vauva tarvitsee paljon lisämaitoa kotiutuessaan, imettäminen tuntuu kivuliaalta, on tarve ohjaukseen imetyksen tehostamiseksi ja maitomäärän lisäämiseksi sekä avuntarve muihin imetyksen ongelmatilanteisiin.

Puh. 040 846 2062, jos emme vastaa, ole hyvä ja jätä viesti, niin soittamme takaisin.

Aukioloajat: ma, ke ja pe klo 8.30 - 15.30.