

# Synnytys

Synnytyksessä on kolme vaihetta.

Nämä vaiheet ovat *avautumisvaihe*, *ponnistusvaihe* ja *jälkeisvaihe*.

1

**Avautumisvaiheessa** kohtu supistelee. Kohdunsuu avautuu supistusten avulla. Kätilö tutkii kohdunsuun avautumisen sisätutkimuksella. Vauva voi syntyä, kun kohdunsuu on täysin avautunut eli 10 cm auki. Avautumisvaihe voi kestää pitkään, erityisesti ensimmäistä lastaan synnyttävillä.

2

**Ponnistusvaiheessa** vauva alkaa syntyä. Äiti ponnistaa vauvan ulos kohdusta supistusten aikana. Ponnistusvaihe kestää joskus pitkään, monen supistuksen ajan.

3

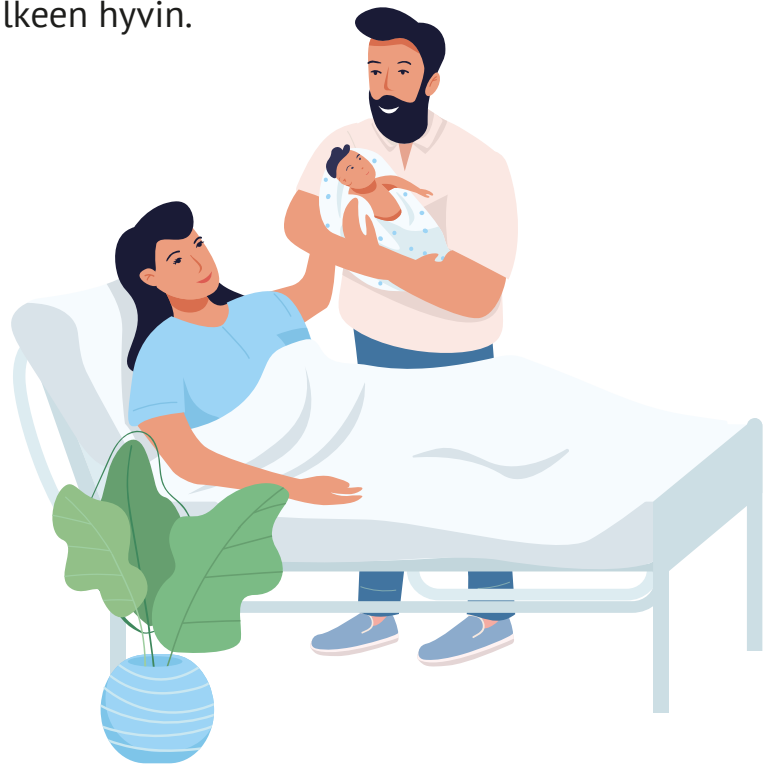
**Jälkeisvaihe** on vauvan syntymän jälkeen. Istukka ja kalvot tulevat ulos supistusten avulla. Tämän jälkeen ommellaan kiinni haavat, jos niitä on. Tähän saa puudutuksen.



Äiti saa vauvan heti syliin,  
jos äiti ja vauva voivat synnytyksen jälkeen hyvin.  
Synnytyssalissa ollaan yleensä  
2 tuntia synnytyksen jälkeen.  
Äiti saa imettää synnytyssalissa.

Synnytyksen kesto vaihtelee paljon.  
Ensimmäistä lasta synnyttävällä  
synnytyksen kesto on usein pidempi  
kuin uudelleensynnyttäjällä.

Synnytykseen saa tulla mukaan  
vauvan isä tai muu tukihenkilö.  
Tukihenkilö on äidin tukena ja apuna.  
Äiti saa valita henkilön.  
Jos haluat, synnytyksessä  
voi olla mukana myös doula.  
Doula on henkilö joka tukee perhettä  
raskauden aikana, synnytyksessä sekä sen jälkeen.  
Äiti saa myös synnyttää ilman tukihenkilöä, jos haluaa.



Normaalisti synnytyksen hoitaa kätilö.  
Lääkäri on synnytyksessä mukana vain silloin,  
jos häntä tarvitaan.

Kätilö tai lääkäri voi olla nainen tai mies.  
Voit kirjoittaa toiveita synnytyksestä  
paperille. Anna paperi kätilölle.