

Normaali synnytys

Lääkärikirja Duodecim

25.4.2023

Naistentautien ja synnytysten erikoislääkäri Aila Tiitinen



- Synnytyksen käynnistyminen
- Avautumisvaihe
- Ponnistusvaihe
- Jälkeisten syntyminen
- Kivun lievitys
- Kirjallisuutta

Kansainvälisen määritelmän mukaan kyseessä on synnytys, kun raskaus on kestänyt vähintään 22 viikkoa tai kun sikiö painaa vähintään 500 grammaa. Synnytys on täysiaikainen, kun raskaus on kestänyt 37 viikkoa ja yliaikainen, kun sen kesto on yli 42 viikkoa. Synnytys jaetaan kolmeen vaiheeseen: avautumisvaihe, ponnistusvaihe ja jälkeisten poistuminen.

Synnytys voi alkaa supistuksilla tai lapsivedenmenolla. Normaali synnytys sujuu itsestään, eikä sen kulkuun varsinaisesti tarvitse puuttua. Synnytyksen aikana seurataan sekä äidin että sikiön vointia tarkkaan, jotta häiriöt voidaan todeta ajoissa. Kätilön tehtävä on auttaa äitiä synnytyksessä seuraamalla synnytyksen etenemistä ja olemalla äidin ja vastasyntyneen tukena. Suomessa synnytykset hoidetaan pääsääntöisesti sairaaloissa, koska normaalikin synnytys voi joskus muuttua riskitilanteeksi. Tavallisen alatiesynnytyksen hoitaa kätilö. Jos synnytyksen yhteydessä tarvitaan toimenpiteitä, mukana on lääkäri. Tällainen tilanne on esimerkiksi [perätilan ulosautto](#).

THL:n tilastojen mukaan Suomessa oli 23 synnytyssairaalaa vuonna 2021. Keskimäärin synnytyssairaaloissa oli 2 133 synnytystä (vaihteluväli 281–9 223). Synnytyksiä oli vuonna 2021 yhteensä 49 069 ja syntyneitä lapsia yhteensä 49 726. Synnyttäjien keski-ikä on noussut tasaisesti viimeiset vuosikymmenet. Vuonna 2021 kaikkien synnyttäjien keski-ikä oli 31,6 vuotta ja ensisynnyttäjien keski-ikä oli 30,0 vuotta. THL:n raportin mukaan synnytyksistä 99,3 prosenttia tapahtui sairaaloissa. Suunniteltuja kotisynnytyksiä oli syntymärekisteriin tulleiden ilmoitusten mukaan 119.

Synnytyksen käynnistyminen

Synnytyksen käynnistymisen perussyitä ei tunneta. Kohtu supistelee kivuttomasti koko raskauden ajan, mutta viimeisillä viikoilla supistukset alkavat lisääntyä ja kohdunkaula kypsy. Synnytystä edeltää usein ohimenevä, muutamia tunteja kestävä kohdun supistelu, joka ei aina vielä merkitse synnytyksen käynnistymistä. Niin sanottu limatulppa, jossa voi olla mukana myös verta, irtoaa kohdunsuulta yleensä 1–7 vuorokautta ennen varsinaista synnytyksen käynnistymistä. Varsinaiset synnytyssupistukset ovat säännöllisiä ja tulevat alussa vähintään 10 minuutin välein ja sitten tihtentyvät. Supistuksen aikana kohtu tuntuu kovalta ja supistus tuntuu kivuliaalta. Supistusten aikana kohdunkaula lyhenee ja avautuu, mihin voi liittyä verislimaista vuotoa.

Synnytys voi alkaa lapsivedenmenolla, kun sikiökalvot puhkeavat. Useimmiten supistukset alkavat vähitellen muutaman tunnin kuluessa, mutta jos näin ei käy, supistukset käynnistetään. Tähän käytetään joko oksitosiinitiputusta tai emättimen pohjukkaan asetettavaa prostaglandiinitablettia tai -geeliä.

Avautumisvaihe

[Avautumisvaihe](#) voi kestää useita tunteja, mutta vaihtelu on suurta. Avautumisvaihe on alkanut, kun supistukset ovat säännöllisiä ja kohdunsuu on avautunut 2–4 senttimetriin. Aktiivinen avautumisvaihe alkaa kohdunsuun avauduttua 4–6 senttimetriin. Tällöin avautuminen nopeutuu edistyen noin yhden senttimetrin tunnissa. Yksilöllistä vaihtelua esiintyy ilman, että kyseessä olisi synnytyksen etenemisen häiriö. Kohdunsuu avautuu täysin auki eli 10 senttimetriin, ja sinä aikana tarjoutuva osa – pää tai perä – laskeutuu lantion pohjalle. Ensisynnyttäjillä tämä vaihe kestää noin 7–9 tuntia, uudelleensynnyttäjillä vähemmän aikaa. Yleisimmät syyt avautumisvaiheen pitkittymiselle ovat kohdun supistusheikkous ja sikiön virhetarjonnat. Supistuksia voidaan tarvittaessa voimistaa oksitosiinilla tai puhkaisemalla sikiökalvot, jos ne vielä ovat ehjät.

Synnytyksen aikana seurataan äidin verenpainetta, pulssia ja lämpöä. Sikiön vointia seurataan sykekäyrällä (kardiotokografia, KTG). Se on käytössä ajoittain tai jatkuvana lähes kaikissa synnytyksissä. Myös lapsiveden värin tarkkaileminen kuuluu seurantaan. Avautumisvaihe päättyy, kun kohdunsuu on täysin auki ja tarjoutuva osa on lantion pohjalla.

Ponnistusvaihe

Äidille tulee ponnistustarve, kun sikiön pää painaa peräsuolta ja välilihaa. Lapsi syntyy äidin ponnistaessa supistuksen aikana, avustajan tukiessa välilihaa. Tämä on tärkeää repeämien estämiseksi. Joskus väliliha joudutaan leikkaamaan eli tehdään niin kutsuttu episiotomia. [Ponnistusvaihe](#) kestää lyhimmillään muutaman minuutin ja pisimmillään jopa pari tuntia. Joskus synnytystä nopeutetaan imukupin avulla.

Suomessa suurin osa synnyttää puoli-istuvassa asennossa, mutta myös vaihtoehtoisia asentoja ja apuvälineitä, kuten synnytysjakkaroita, voidaan kokeilla. Äiti pystyy yleensä parhaiten itse arvioimaan parhaan ponnistamisasennon.

Jälkeisten syntyminen

Lapsen synnyttyä napanuora katkaistaan 1–2 minuutin kuluessa ja lapsi annetaan äidille ihokontaktiin. Supistukset irrottavat istukan tavallisesti 5–10 minuutissa. (ks. [Synnytyksen kolmas vaihe eli jälkeisvaihe](#)). Istukka poistetaan vatsan päältä painaen ja samalla kevyesti napanuorasta vetäen. Tässä vaiheessa verta vuotaa keskimäärin 500 ml. Jos istukka ei ole irronnut tunnin kuluessa, se voidaan joutua irrottamaan käsin leikkaussaliolosuhteissa.

Kivun lievitys

Lähes kaikki synnyttäjät pitävät synnytystä kivuliaana. Kivunlievitystä kannattaa aina pyytää, jos sitä kokee tarvitsevansa. [Synnytyskivun hoitovaihtoehtoja](#) on useita: alkuvaiheessa asentohoito voi auttaa, samoin kävely tai suihkussa käynti. Kipua voidaan varsinkin synnytyksen alkuvaiheessa lievittää kipulääkkeillä tai ilokaasulla. Puudutukset ovat tehokkain tapa hoitaa kipua. Epiduraalipuudutuksen tai spinaalipuudutuksen saa nykyään jopa 80 % synnyttäjistä.

Lisätietoa

[Terveyskylä / Naistalo.fi: Raskaus ja synnytys.](#) **1**