



IDA-TALLINNA KESKHAIGLA

AS Ida-Tallinna Keskhaigla  
Ravi 18, 10138 Tallinn  
Rg-kood 10822068  
Tel 666 1900  
E-post info@itk.ee  
www.itk.ee

## Rinnapiima loovutamine

Infomaterjali eesmärk on anda teavet doonor rinnapiima vajalikkuse, rinnapiima loovutajale esitatavate nõuete, rinnapiima loovutamise tingimuste ja protseduuri kohta.

### **Rinnapiim on parim toit kõikidele vastsündinutele**

Eri riikides on umbes 5–8% vastsündinutest haiged ning vajavad haiglaravi ja meditsiinilist järelevalvet. Just nende laste tervise ning arengu seisukohalt on rinnapiimal ja doonor rinnapiimal palju eeliseid imiku piimasegude ees. Rinnapiim on unikaalne ja vastab lapse vajadustele. Kõikide vastsündinute esmaseks toiduks on oma ema rinnapiim. Kui seda ei ole piisavalt, siis on parim alternatiiv doonorite rinnapiim.

Enneaegsete ja haigete ajaliste vastsündinute suukaudne toitmine peab algama esimeste elutundide jooksul. Selleks ajaks ei ole tihtipeale oma ema rinnapiima veel piisavas koguses saada. Lisaks sellele ei suuda haiged vastsündinud ka ise aktiivselt rinda imeda, mis stimuleeriks oma ema rinnapiima teket. Peale selle on mitmeid teisi põhjuseid, miks osa emasid ei saa oma last imetada.

Me soovime Ida-Tallinna Keskhaigla neonatoloogia osakonnas anda neile lastele parima alternatiivse võimaluse teiste emade loovutatud rinnapiima abil. Meil on olemas emapiimapank, mis vahendab doonor rinnapiima vastsündinutele, kes seda vajavad.

Doonor rinnapiima kogused on piiratud ja meil tuleb teha valik. Eelistatult anname loovutatud rinnapiima kõige väiksematele enneaegselt sündinud lastele.

### **Kes võivad rinnapiima loovutada?**

Rinnapiima loovutajaks võivad olla kõik terved emad, kes on sünnitanud vähem kui 6 kuud tagasi ning kes on vabatahtlikult nõus annetama oma rinnapiima. Enne rinnapiima loovutamist teavitatakse Teid doonorlust puudutavatest asjaoludest, Te allkirjastate informeeritud nõusoleku vormi, täidate terviseankeedi, Teid küsitatakse tervisekäitumise ja haiguste suhtes ning Teilt võetakse vereanalüüs haigustekitajate määramiseks. Kui jätkate rinnapiima loovutamist emapiimapangale rohkem kui 3 kuud pärast esmaste analüüside andmist, korraldatakse haigustekitajate uuringut.

Kui emapiimapanga arst on uuringu, terviseankeedi ja küsitluse põhjal tunnistanud Teid sobivaks rinnapiima loovutajaks, saate endale rinnapiima loovutaja koodi. Emapiimapanka saate rinnapiima loovutada kuni 6 kuud pärast sünnitust.

### **Millistel juhtudel Te ei sobi rinnapiima loovutajaks?**

- Te suitsetate ja/või kasutate nikotiinipreparaate (-nätsud, -plaastrid, põsktubakas).
- Te tarvitate sageli alkoholi.
- Te tarvitate või olete kunagi tarvitanud narkootilisi aineid.
- Teile on tehtud vere- või verekomponentide ülekandeid viimase 12 kuu jooksul.
- Teile on siiratud kudesid või elundeid viimase 12 kuu jooksul.
- Teid on tätoveeritud või Teie keha augustatud viimase 12 kuu jooksul.
- Te olete taimetoitlane (vajalik konsulteerimine emapiimapanga arstiga).
- Teil on viimase 12 kuu jooksul olnud seksuaalpartner, kellel on või võib esineda HIV, HTLV (inimese T-lümfotsüüdi (retro)viirus) või hepatiidi viirus kandlus või kes on süstinud narkootilisi aineid.
- Te olete kroonilise infektsiooni – HIV, HTLV, B- ja /või C-hepatiidi, malaaria, tuberkuloosi – kandja.
- Teil on viimase 5 aasta jooksul ravitud vähkkasvajad.

Kui Te sobite rinnapiima loovutajaks, siis selgitatakse Teile, kuidas rinnapiima kogumine toimub, ning kirjeldatakse hügieenireegleid, mida peate järgima.

Teil on võimalus laenutada emapiimapangast elektriline või käsirinnapump.

### **Rinnapiima loovutamise ajutine peatamine**

Rinnapiima kvaliteeti mõjutavad erinevad haiguslikud seisundid ning tarvitatavad ravimid ja preparaadid.

### **Emapiimapanka tuleb teavitada ja ajutiselt rinnapiima kogumine peatada järgmistel juhtudel:**

- ägeda haigestumise ja kõigi ägedate infektsioonide korral, sealhulgas äge mastiit ja rinnanibude seeninfektsioonid;
- latentse viirusinfektsiooni ägenemisel ülakeha piirkonnas (HSV ehk lihtherpeseviirus, VZV ehk varicella-zoster-viirus ehk vöötohatis);
- vaksineerimisel elusvaktsiiniga (leetrite, punetiste, mumpsu vastu) ja vaksineerimisel tuulerõugete, gripi, rotaviirus- või poliovaktsiiniga;
- perekonnaliikmete nakatumisel tuulerõugetesse.

Alkoholi tarbimisel võib rinnapiima kogumist alustada 12 tundi pärast alkoholi tarvitamist.

Emapiimapanka tuleb teavitada kõikidest ravimitest, looduslikest preparaatidest, vitamiinidest, homöopaatilistest preparaatidest ja ravimtaimedest, mida kasutate. Mõnel juhul võib osutuda vajalikuks peatada ajutiselt rinnapiima loovutamine.

Kui rinnapiima loovutamine on ajutiselt peatatud, siis otsustab emapiimapanga arst, millal Te võite rinnapiima kogumist uuesti alustada.

### **Hügieenireeglid**

Et vältida piima saastumist bakteritega, on vaja täpselt järgida hügieenireegleid.

### **Pidage meeles, et rinnapiima väljapumpamisel ja rinnapumba kasutamisel peavad Teie käed alati vahetult puhtaks pestud olema!**

- Peske käed korralikult vee ja seebiga ning kuivatage puhta rätikuga.
- Peske rinnanibud ja seda ümbritsev piirkond pehme pesukäsnaaga, mis on soojas vees märjaks tehtud. Ärge kasutage lõhnastatud pesuvahendit.

## Pumpamine

Rinnapiim peab olema välja pumbatud rinnapumba abil, me ei võta vastu rinnast ise välja tilkunud piima.

- Pumbake rinnapiima umbes 6 korda päevas (ideaalne oleks 8 korda päevas) korraga 20 minutit.
- Pumpamise ajal võite masseerida rindu.
- Võimaluse korral hoidke pumpamise ajal oma laps enda lähedal.
- Ärge lisage väljapumbatud rinnapiima sisse teisest rinnast ise välja tilkunud piima.
- Rinnapiim pumbake välja spetsiaalsetesse plastikkottidesse, mille saate emapiimapangast.
- Täitke kott  $\frac{3}{4}$  osas rinnapiimaga, kuna külmutamisel piim paisub.
- Ühe ööpäeva jooksul väljapumbatud rinnapiima võib segada enne sügavkülmikusse panemist.
- Sulgege kott korrektselt.
- Kirjutage kotile Teile antud rinnapiima loovutaja kood ning rinnapiima väljapumpamise kuupäev.

Asetage kott sügavkülmikusse ( $-18^{\circ}\text{C}$ ).

## Rinnapumba puhastamine

- Pärast pumpamist loputage pumba osad üle sooja veega, et eemalda piimajäägid.
- Peske pumba osad sooja veega, võite lisada pisut pesuvahendit.
- Loputage hoolikalt.
- Pange pumba osad puhtale rätikule kuivama.
- Rinnapiimaga kokku puutunud pumba osi keetke üks kord päevas 3 minutit ning pange seejärel puhtale rätikule kuivama.

## Kuhu viia väljapumbatud rinnapiim?

Rinnapiima palume tuua emapiimapanka (naistekliinik, Ravi 18, III korrus, ruum RB0318 või RB0320) kord nädalas või kord kahe nädala jooksul. Oluline on, et emapiimapanka saabuks rinnapiim külmununa ning kõigil kottidel oleks kirjas rinnapiima loovutaja kood ja väljapumpamise kuupäev.

## Mis saab Teie loovutatud rinnapiimast emapiimapangas?

Emapiimapanka toodud rinnapiimast tehakse mikrobioloogiline ehk bakterite kasvu analüüs. Seejärel rinnapiim sulatatakse, kodeeritakse, määratakse selle toiteväärtus ja pastöriseeritakse (kuumtöötlus)  $62,5^{\circ}\text{C}$  juures 30 minutit. Pärast pastöriseerimist pannakse rinnapiim sügavkülmikusse.

Kui rinnapiima mikrobioloogilised analüüsid ei vasta esitatud nõuetele, arutatakse Teiega hügieenaspekte ja rinnapiima käitlemist, seejärel võetakse uus mikrobioloogiline proov järgmisest loovutatavast rinnapiimast.

Kui Teil on siiras soov olla rinnapiima loovutaja, siis võtke ühendust emapiimapangaga aadressile [emapiimapank \[at\] itk.ee](mailto:emapiimapank@itk.ee), et võiksime Teiega kohtumise aja kokku leppida

ITK805

Käesoleva infolehe on kinnitanud Ida-Tallinna Keskhaigla juhatuse esimees 01.02.2018 (käskkiri nr 1.1-4.1/4-18)