



Äitiyspoliklinikka

Puh. 06-8264332

SIKIÖN LIIKELASKENTA

Sikiön liikkeet

kuvastavat hyvin kohdunsisäistä vointia. Liikkeitä on normaalisti vähintään 5-10 kertaa tunnissa. Äiti tuntee liikkeistä noin 80%. Liikkeissä on selvä vuorokausirytm. Suurin osa sikiöistä liikkuu eniten illalla. Osalla voi olla aktiivivaihe myös aamuyöllä. Liike- ja lepojaksot vuorottelevat kestäen keskimäärin 15-30 minuuttia.

Liikkeiksi luetaan

potkut, käsien liikkeet, kääntyily ja pään pyöritys. "Hikottelua" ei lueta liikkeiksi. Liikehdinnän määrä pysyy samanlaisena 32.-34. raskausviikosta synnytykseen asti. Loppuraskaudessa liikkeiden laatu muuttuu yleensä enemmän kääntyilyksi ja "kiehnaämiseksi" tilan vähetessä kohdussa. Määrä pysyy kuitenkin ennallaan ja liikkeet ovat jänteviä. Jos liikkeiden määrä vähenee ja/tai ne muuttuvat vaisuiksi ja veteliksi, saattaa se viestiä sikiön hapetusongelmista.

Milloin lasketaan

Äidin on hyvä tutustua lapsensa liikkumiseen jo keskiraskaudessa. Riskiraskauksissa (esim. sikiön kasvuhäiriöt, verenpaineen nousu, diabetes, maksa-arvojen kohoaminen) liikelaskenta aloitetaan yleensä 32-34. viikkojen tienoilla. Liikelaskenta suositellaan kaikilla 37. raskausviikolta eteenpäin.

Liikelaskenta on syytä suorittaa sikiön vuorokausirytmien vuoksi aina samaan kellonaikaan

Miten lasket liikkeitä

Äiti asettuu kyljelleen ja laskee liikkeet 30 minuutin ajalta. Kokonaismäärä kirjataan, jolloin muutosten havaitseminen on helppoa. Jos liikkeitä on alle 5 puolessa tunnissa, sikiö saattaa nukkua ja laskenta-aikaa on jatkettava tuntiin. Jos sikiö edelleen on vaisu, vaihda asentoa, liiku ja syö jotakin ja toista mittaus. Mikäli liikkeitä on edelleen yhtä vähän tai ne ovat vaisuja, on saman päivän aikana otettava yhteys synnytysairaalaan.