

Nuoret ja verenluovutus

Nuorten motivaatio ja sitoutuminen vapaaehtoiseen verenluovutukseen

Leena Hautakangas
Riikka Karhu

Opinnäytetyö
Lokakuu 2016
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala
Hoitotyön suuntautumisvaihtoehto

Tekijä(t) Hautakangas, Leena Karhu, Riikka	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK	Päivämäärä Lokakuu 2016
	Sivumäärä 39	Julkaisun kieli Suomi
		Verkojulkaisulupa myönnetty: x
Työn nimi Nuoret ja verenluovutus Nuorten motivaatio ja sitoutuminen vapaaehtoiseen verenluovutukseen		
Tutkinto-ohjelma Hoitotyö		
Työn ohjaaja(t) Seriola, Leena & Kantanen, Mari		
Toimeksiantaja(t) Suomen Punainen Risti, Veripalvelu		
Tiivistelmä <p>Suomessa hoitoa verivalmisteilla saa vuosittain noin 50 000 potilasta ja päivittäin luovuttajia tarvitaan liki tuhat. Tämän vuoksi uusia verenluovuttajia tarvitaan koko ajan.</p> <p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, mikä motivoi nuoria aikuisia jatkamaan vapaaehtoista verenluovutusta. Samalla kartoitettiin nuorten tietämystä verituotteiden käytöstä ja verenluovutuksesta yleisesti. Tavoitteena oli tuottaa Suomen Punaisen Ristin Veripalvelulle konkreettisia kehitysehdotuksia verenluovutustoimintaan ja tietoa siitä, miten he voisivat parantaa verenluovutuskokemusta.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena. Aineisto kerättiin Jyväskylän Veripalvelutoimistolla puoliavoimella kyselylomakkeella, jotka Veripalvelutoimiston henkilökunta jakoi kohdejoukkoon sopiville luovuttajille. Kyselyyn vastasi 30 henkilöä, joista 23 hyödynnettiin lopullisessa aineistossa.</p> <p>Tutkimustuloksista kävi ilmi, että halu auttaa ja tehdä hyvää on suurimmassa roolissa verenluovutuksen aloittamisessa ja säännölliseen verenluovutukseen sitoutumisessa. Läheisten tuki ja malli koettiin myös suureksi kannustavaksi tekijäksi. Säännöllisen verenluovutuksen estävinä tekijöinä vahvimmin esiin nousivat tarkkaan rajatut verenluovutuskriteerit, oma saamattomuus ja kiire.</p> <p>Erääksi johtopäätökseksi opinnäytetyöstä nousi se, että nuoret verenluovuttajat haluavat kuulla henkilökohtaisia tarinoita verta saaneilta potilailta. Myös lähipiirin kautta tapahtuva uusien nuorten verenluovuttajien rekrytointi erilaisten kampanjoiden kautta olisi kannattavaa. Veripalvelun työntekijöiden tulisi myös reagoida negatiivisiin luovutuskokemuksiin herkästi ja kannustaa uusiin luovutusyrityksiin.</p>		
Avainsanat (asiasanat) Verenluovutus, motivaatio, sitoutuminen, laadullinen tutkimus		
Muut tiedot		

Author(s) Hautakangas, Leena Karhu, Riikka	Type of publication Bachelor's thesis	Date October 2016 Language of publication: Finland
	Number of pages 39	Permission for web publication: x
Title of publication Young adults and blood donation Motivation and commitment of young adults to voluntary blood donation		
Degree programme Nursing		
Supervisor(s) Seriola, Leena & Kantanen, Mari		
Assigned by The Finnish Red Cross, Blood Service		
Abstract <p>In Finland about 50 000 patients receive a blood transfusion annually and there is a need for about a thousand blood donors daily. This is why new blood donors are needed every day.</p> <p>The objective of the thesis was to examine what motivates young adults for continuing voluntary blood donation. The thesis also surveyed the young adults' knowledge of the use of blood products and blood donation in general. The purpose was to provide concrete improvement proposals for the Finnish Red Cross Blood Service and information on how they could improve the blood donation experience.</p> <p>The thesis was implemented as qualitative research. The material was collected at the Jyväskylä Blood Service office with questionnaires that the staff of the Blood Service office distributed to suitable candidates. 30 people responded to the survey, and 23 of them were used in the final material.</p> <p>The research results showed that altruism was the major factor that impacted on the decision to start blood donation and to the commitment to regular blood donation. In addition, the support and influence of friends and family were significant factors. The most significant factors inhibiting regular blood donation were the strict blood donation criteria, personal inefficiency and busy lifestyle.</p> <p>One of the conclusions of the thesis was that young blood donors wanted to hear personal stories from those who had been helped by blood donation. It would also be beneficial to involve family and friends in recruiting campaigns aimed at new donor. The staff of the Blood service should also react to negative donation experiences and encourage new attempts of donating blood.</p>		
Keywords/tags (subjects) Blood donation, motivation, commitment, qualitative research		
Miscellaneous		

Sisältö

1	Johdanto	3
2	Veripalvelun toiminta Suomessa	4
3	Motivaatio verenluovutuksessa	6
	3.1 Tiedon vaikutus motivaatioon	7
	3.2 Altruismi	9
	3.3 Sitoutuminen verenluovutukseen	10
4	Opinnäytetyön tarkoitus ja tutkimuskysymykset	11
5	Opinnäytetyön toteutus	11
	5.1 Laadullinen tutkimus	11
	5.2 Kohderyhmä ja aineistonkeruu	12
	5.3 Aineiston analysointi	13
6	Tulokset	14
	6.1 Taustatietoja	14
	6.2 Nuorten tietämys verenluovutuksesta	15
	6.3 Verenluovutuksen aloittamiseen motivoivat tekijät	16
	6.4 Verenluovutukseen sitoutumiseen liittyviä tekijöitä	18
7	Pohdinta	19
	7.1 Tulosten tarkastelu	19
	7.2 Johtopäätökset	21
	7.3 Tulosten eettisyys	22
	7.4 Tulosten luotettavuus	23
	7.5 Jatkotutkimukset	24
	Lähteet	25
	Liitteet	29

Liitteet

Liite 1. Saatekirje	29
Liite 2. Kyselylomake	30
Liite 3. Mitkä tekijät saivat sinut aloittamaan verenluovutuksen?	32
Liite 4. Mitkä tekijät saivat/saisivat sinut tulemaan uudelleen luovuttamaan verta?	33
Liite 5. Mitkä tekijät saisivat sinut sitoutumaan säännölliseen (1-3 kertaa vuodessa) verenluovutukseen?	34
Liite 6. Mitkä tekijät saattaisivat estää sinua sitoutumasta säännölliseen (1-3 kertaa vuodessa) verenluovutukseen?	35
Liite 7. Kehitysehdotukset ja palaute Suomen Punaisen ristin Veripalvelulle	36

Taulukot

Taulukko 1. Esimerkki kategorioiden muodostamisesta.	14
Taulukko 2. Sukupuolijakauma luovutuskertojen mukaan	15
Taulukko 3. Ikäjakauma sukupuolittain	15

Kuviot

Kuvio 1. Verenluovuttajien ikäjakauma (Veripalvelun vuosi 2015).	3
---	---

1 Johdanto

Suomessa hoitoa verivalmisteilla saa vuosittain noin 50 000 potilasta. Tällä hetkellä vapaaehtoisia verenluovuttajia on noin 127 000. Päivittäin luovuttajia tarvitaan noin tuhat, jotta verivalmisteita riittäisi kaikille potilaille siirrettäväksi. Tämän takia uusia verenluovuttajia tarvitaan koko ajan (Ihalainen, Lauronen & Syrjälä 2016). Vuonna 2015 uusia verenluovuttajia oli kaikista verenluovuttajista lähes 14 prosenttia (Veripalvelun vuosi 2015).

Verenluovuttajien vähenemisestä ja aktiivisten luovuttajien ikääntymisestä on keskusteltu medioissa. Suomessa 65-69-vuotiaita on eniten ikäjakauman mukaan (Väestö 2015) ja tämän takia vuonna 2014 luovuttajien yläikäraja on nostettu 65-ikävuodesta 70: een (Veripalvelun vuosi 2015). Myös lääkealan turvallisuus- ja kehittämiskeskus Fimean mukaan luovuttajien määrä on laskemassa (Laakso 2012).

Kuten verenluovuttajien ikäjakaumasta (katso alta kuvio 1) voidaan huomata, on suuri osa luovuttajista ikääntymässä ja poistumassa luovuttamisen piiristä. Tämän vuoksi uusia nuoria luovuttajia kaivataan sitoutumaan säännölliseen verenluovutukseen. On myös huomattavissa, että nuorten miesten verenluovutus keskittyy 20 ikävuoteen, jonka jälkeen heidän osuutensa luovuttajista laskee radikaalisti.



Kuvio 1. Verenluovuttajien ikäjakauma (Veripalvelun vuosi 2015).

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää, mikä motivoi nuoria aikuisia jatkamaan vapaaehtoista verenluovutusta. Samalla kartoitetaan nuorten tietämystä verituotteiden käytöstä ja verenluovutuksesta yleisesti. Tavoitteena on tuottaa Suomen Punaisen

Ristin Veripalvelulle (myöhemmin Veripalvelu) konkreettisia kehitysehdotuksia verenluovutustoimintaan ja tietoa siitä, miten he voivat parantaa verenluovutuskokemusta.

Myös aikaisemmissa nuorten verenluovutusmotivaatiota tutkivissa töissä on ilmennyt tarve lisätutkimukselle. Lisätutkimusta toivottiin erityisesti siitä, mikä saa nuoria jatkamaan verenluovutusta (Pöyry 2013).

2 Veripalvelun toiminta Suomessa

Verenluovutustoiminta Suomessa on aina perustunut vapaaehtoisuuteen ja maksuttomuuteen. Partiolaiset toivat tuon vapaaehtoisuuteen perustuvan aatteen Suomeen 1930-luvulla ja perustivat Partiolaisten Veriliiton, joka vastasi alun perin Suomen verenluovutustoiminnasta. Veripalvelu aloitti toimintansa vuonna 1948 ja veripalvelutoimistoja alettiin rakentaa sairaaloiden yhteyteen (Verensiirtojen historia 2015).

Veripalvelu vastaa koko Suomen verivalmistehuollosta. Tähän kuuluu verenluovuttajien rekrytointi, verenluovutusten järjestäminen, veren keräys sekä luovutetun veren testaus ja verivalmisteiden tuotanto sekä tutkimus- ja tuotekehittely. Myös verivalmisteiden varastointi ja jakelu sairaaloihin kuuluu Suomen Punaisen Ristin veripalvelun toimintaan (Mahdollisuus elämän pelastamiseen 2016).

Suomessa verta on mahdollista luovuttaa veripalvelutoimistoissa ympäri Suomea. Veripalvelu järjestää kaikille avoimia verenluovutustilaisuuksia niissä kaupungeissa, joissa ei omaa toimistoa ole. Veripalvelu järjestää myös verenluovutustilaisuuksia esimerkiksi suurilla työpaikoilla, varuskunnissa ja oppilaitoksissa. Verenluovutusrekisteri on valtakunnallinen, joten luovuttaja voi valita itselleen sopivimman luovutuspaikan (Missä voit luovuttaa? 2016).

Veripalvelun toimintaa ohjaa laki veripalvelutoiminnasta sekä Euroopan Unionin veriturvallisuusdirektiivi. Suomessa verenluovutus toimintaa valvoo Lääkealan turvallisuus- ja kehittämiskeskus Fimea (Mahdollisuus elämän pelastamiseen 2016). Veripalvelulaissa on määrätty, että veren ja sen osien luovutuksen tulee olla vapaaehtoista.

Rahallista korvausta tai minkäänlaista etuutta ei luovuttamisesta tule saada. Luovutuksen yhteydessä on kuitenkin sallittua tarjota arvoltaan vähäisiä tarjoiluja sekä lahjaesineitä (Veripalvelulaki 2005).

Verenluovutuksen perusedellytyksenä on, että luovuttaja on terve, yli 50 kg painava, 18-70 -vuotias. Ensimmäinen verenluovutus tulee tapahtua ennen 60. ikävuotta. Naisluovuttajilla hemoglobiinin on oltava 125-175 g/l ja miesluovuttajilla 135-195 g/l. Hemoglobiini mitataan paikan päällä ennen jokaista luovutuskertaa. Luovuttajaksi soveltuu henkilö, joka asuu pysyvästi Pohjoismaissa tai muussa EU tai Efta-maassa. Luovuttaja täyttää jokaisella verenluovutuskerralla terveydentilakyselyn, jolla kartoitetaan soveltuuko henkilö luovuttamaan verta (Voitko sinä luovuttaa? 2016).

Ennen verenluovutusta hoitaja arvioi luovutuskelpoisuuden täytetyn terveydentilakyselyn, mittaamansa hemoglobiinin ja käydyn keskustelun perusteella. Jos kaikki edellytykset täyttyvät, pääsee asiakas siirtymään luovutuspedille. Veri otetaan kyynärtaipeen laskimosta. Verta otetaan kerralla noin puoli litraa ja veripussi täyttyy 5-10 minuutissa. Jokaisesta luovutetusta verestä otetaan aluksi myös verinäytteet, joista tehdään veriryhmä- ja virustutkimukset. Luovutuksen jälkeen asiakas saa levätä rauhassa ja nauttia tarjoiluista (Miten verta luovutetaan 2015).

Naisilla kahden kokoverenluovutuksen välillä on oltava vähintään 91 vuorokautta ja miehillä vähintään 61 vuorokautta. Tällä varmistetaan, että luovuttajan keho ehtii palautua luovutuksesta (Voitko sinä luovuttaa? 2016).

Verivalmisteiden käyttö Suomessa

Vuonna 2015 potilaille siirrettiin 197 357 valkosolutonta punasoluvalmistetta ja 38 025 verihiutalevalmistetta (Veripalvelun vuosi 2015). Veripalvelun päätuotteet ovat valkosoluttomat punasolut, trombosyytit eli verihiutaleet ja plasmasta valmistettu jääplasmavalmiste. Veripalvelu myös huolehtii potilaiden erityisominaisuuksista johtuvien erilaisten verivalmisteiden saatavuudesta. Tällöin myös valmistetaan useita potilaskohtaisia erikoisvalmisteita esimerkiksi vastasyntyneille potilaille (Juvonen, Saraneva & Krusius 2013, 3227).

Luovutettuja punasoluja voidaan tarvita esimerkiksi lonkkaleikkauksissa, sydänleikkauksissa tai muissa suurissa leikkauksissa. Myös onnettomuuksien uhrien ja synnyttäneiden äitien hoidossa voidaan käyttää punasoluvalmisteita. Trombosyyttejä voidaan puolestaan käyttää verenvuotojen estämisessä ja hoidossa. Esimerkiksi verisyöpäpotilaat voivat saada trombosyyttejä, koska heidän oma luuydin ei tuota verihiutaleita rankkojen syöpähoitojen takia. Luovutettua plasmaa tarvitaan paljon verta menettäneiden hoidossa. Plasmaa tarvitaan myös hyytymistekijäpuutoksiin, vastasyntyneiden verenvaihtoihin ja syöpäpotilaiden hoitoon. Plasmasta voidaan myös erotella tarpeellisia ainesosia lääkkeiksi. Valkosoluja annetaan potilaille hoitona henkeä uhkaaviin tulehduksiin, joihin antibioottihoito ei tehoa (Verta tarvitaan joka päivä 2014).

Veripalvelulaitoksen tulee tutkia jokainen luovutettu veripussi tai veren osa turvallisuuden varmistamiseksi. Näin voidaan varmistua siitä, että verivalmisteiden käyttö olisi mahdollisimman turvallista. Veripalvelulla tulee myös olla järjestelmä, jolla voidaan jäljittää luovutettu veri luovuttajasta vastaanottajaan ja päinvastoin (Veripalvelulaki 2005).

3 Motivaatio verenluovutuksessa

Motivaatiosta lähtevä käytös perustuu useimmiten psykologiseen tarpeeseen tai haluun. Motivaatio voidaan jakaa sisäiseen ja ulkoiseen motivaatioon. Sisäisessä motivaatiossa ihmisen käytös ohjautuu heidän omien halujen mukaan. Ulkoisessa motivaatiossa käytös sen sijaan perustuu ulkopuolelta tuleviin palkkioihin tai rangaistuksiin. Motivaatio on mahdollista jakaa myös ensisijaisiin ja toissijaisiin motivaatioihin. Ensisijaisiksi motivaatioiksi luokitellaan perustarpeet, kuten esimerkiksi ruoka, vesi, turva tai halu. Toissijaiset ovat puolestaan opittuja haluja ympäristöstä, eivätkä varsinaisesti tyydytä perustarpeita (Brown 2007, 8).

Journal of transfusion lehdessä julkaistun tutkimuksen mukaan verenluovutukseen motivoivia tekijöitä ovat muun muassa altruismi (henkilö ei toimi omaksi parhaak-

seen vaan toimii parantaakseen jonkun toisen ihmisen tilannetta, jopa oman hyvinvoinnin kustannuksella.), sosiaalinen velvollisuudentunto, läheisten ja perheen vaikutus sekä tietoisuus verenluovutuksen tärkeydestä (Pule, Rachaba, Magafu & Habte 2014, 4). Myös kutsut luovuttamaan verta ja positiiviset luovutuskokemukset sekä luovutuksesta saatu hyvä mieli on todettu vaikuttavan positiivisesti luovutusmotivaatioon (Ferguson, France, Abraham, Ditto & Sheeran 2007, 2001).

Kielteisesti motivaatioon vaikuttavat tiedon puute, luovutuksen hankaluus (kuten luovutuspuutteen kaukainen sijainti), terveydelliset syyt sekä kiinnostuksen puute (Pule ym. 2014, 5). Myös negatiiviset tunneperäiset reaktiot, kuten pelot verenluovutusta kohtaan vaikuttavat kielteisesti motivaatioon. Yleisimpinä verenluovutukseen vaikuttavina pelkoina on todettu olevan pelko luovutuksen aiheuttamasta kivusta tai heikosta olost, neulakammo sekä veren näkemisen aiheuttama ahdistus (Masser, White, Hyde, Terry & Robinson 2009, 320-329).

Perheen ja läheisten vaikutus verenluovutukseen on olennaista eteenkin nuorien ensiluovuttajien motivoivana tekijänä (Giles, McClenahan, Cairns & Mallet 2004, 385). Kehityspsykologian mukaan myöhäisnuoruudessa (19-25v.) nuori pohtii arvoja ja asenteitaan sekä eettisiä ja moraalisia kysymyksiä. Nuori pyrkii tekemään valintoja omaa harkintaa käyttäen, mutta nuorista valtaosa jakaa vanhempiensa arvot ja rakentavat niistä oman arvomaailmansa perustan (Nurmiranta, Leppämäki & Horppu 2009).

Myös ulkoisilla palkkioilla, kuten pienet lahjat ja tarjoilut, on todettu olevan suurempi merkitys nuorille verenluovuttajille. Myös ensikertaa vertaluovuttavista nuoret mainitsivat tarjotuilla palkkiolla olevan motivoiva vaikutus (Simon, Snyder, Solheim, Strauss & Petrides 2009, 34).

3.1 Tiedon vaikutus motivaatioon

Tutkimukset kertovat, että yksinkertaiset tietoa lisäävät luovuttajien rekrytointimenetelmät eivät ole riittäviä tuodakseen uusia luovuttajia. On todettu, että tietoa kannattaa antaa eniten jännityksestä, asenteista ja muista luovuttamiseen liittyvistä

käyttäytymisen tekijöistä. Tutkimuksissa tietoa ei niinkään kaivattu itse luovutustilanteesta vaan siitä, miten kohdata luovutustilanne, jos jännittää tai on huono asenne luovuttamista kohtaan. Yhdysvaltalaisessa tutkimuksessa todettiin, että juuri verenluovutuksesta kertovat lehtiset, joissa kerrotaan verenluovutuksesta, asenteista ja minä pystyvyydestä, lisäävät merkittävästi aikomusta mennä luovuttamaan verta. Lehtiset myös vähentävät jännitystä ja lisäävät mahdollisuutta estää verenluovutuksesta mahdollisesti johtuvia oireita, kuten huimausta (France, Montalva, France & Trost 2008, 528).

Intialaisessa tutkimuksessa kohderyhmänä olivat yliopistoikäiset nuoret, joille vapaaehtoinen verenluovutus ei ollut tuttu käsite. Heidän kohdallaan oli selkeästi havaittavissa, että he jotka olivat jo joskus luovuttaneet verta ja saaneet tietoutta verenluovutuksesta, olivat huomattavasti kiinnostuneempia vapaaehtoisesta verenluovutuksesta. Tutkimuksen kohdehenkilöistä suurimmalla osalla oli kuitenkin väriä mielikuvia verenluovutuksesta tai sen vaikutuksista kehoon. Tutkimuksessa myös todettiin, että vapaaehtoista verenluovutusta lisätäkseen heidän tulisi aloittaa systemaattinen informaation jakaminen. Tällä tavoin oikeaa tietoutta verenluovutuksesta voitaisiin levittää koko maahan, mahdollisimman monelle henkilölle (Kumar, Sachdev, Marwaha & Avasthi 2016, 20).

Australialaisessa tutkimuksessa tutkittiin tiedon vaikutusta napanuoraveren luovuttamiseen. Tutkimuksessa todettiin, että luovuttajien määrä kasvoi yli 50% sen jälkeen, kun he olivat saaneet tietoa luovuttamisesta. Tiedon saaminen sai epävarmat luovuttajat harkitsemaan luovuttamista uudelleen ja vain kolme prosenttia sanoi, ettei aio harkita luovuttamista. Tutkimuksessa myös huomattiin, että niistä jotka olivat jo päättäneet, etteivät tule luovuttamaan napanuoravertaa, noin puolet alkoivat uudestaan harkita luovuttamista. Vain 6,4% kieltäytyi kokonaan luovuttamisesta (Jordens, Kerridge, Stewart, O'Brien, Samuel, Porter, O'Connor & Nassar 2014, 365).

3.2 Altruismi

Altruismi tarkoittaa sitä, että henkilö ei toimi omaksi parhaakseen, vaan toimii parantaakseen jonkun toisen ihmisen tilannetta. Altruismissa oma hyöty saattaa jopa kärsiä tavoitellessa toiselle hyvää (What is altruism 2016). Altruistinen persoona ei toimi ainoastaan muiden hyväksi, vaan pitää myös muiden hyvää oman toiminnan lopullisena päämääränä. Altruisti siis tavoittelee muiden ihmisten etua ennen omaansa, ainakin tietyissä tilanteissa. Altruistisen käytöksen taustalla on aina motiiveja eli haluja, jotka kohdistuvat teon seuraukseen ja näin saavat yksilön tekemään kyseisen teon. (Anttila 2013, 15)

Yleisesti ajatellaan, että verenluovuttaminen on altruismista lähtöisin. Monissa tutkimuksissa luovuttajat ovat ilmaisseet, että heitä motivoi verenluovutukseen juuri toisten auttaminen. Altruismia on kuitenkin vaikea mitata tarkasti tutkimuksissa toistuvasti samalla lailla, joten altruismin todellista vaikutusta verenluovutukseen on vaikea arvioida (Steele, Schreiber, Guiltinan, Nass, Glynn, Wright, Kessler, Shlumpf, Tu, Smith & Garraty 2008, 44).

Yhdysvaltalaisessa tutkimuksessa todettiin, että vanhemmilla luovuttajilla oli suurempi altruistinen motivaatio verenluovutukseen, kuin nuoremmilla luovuttajilla. Tämän ajateltiin johtuvan siitä, että altruismi kehittyy iän ja elämäkokemuksen myötä. Tutkimuksessa myös todettiin, että luovuttamisen lopettaneilla henkilöillä ja säännöllisesti luovuttavilla henkilöillä on edelleen hyvin samanlainen altruistinen ajattelumalli. Useasti luovuttamisen lopettaneet henkilöt olivat lopettaneet luovuttamisen itsestä riippumattomista syistä ja siirtäneet altruistisen käytöksensä toisenlaiseen hyväntekeväisyyteen (Steele ym. 2008, 50).

Toisessa yliopistoikäisistä tehdyssä Yhdysvaltalaisessa tutkimuksessa todettiin, että altruismi on suurin nuoria verenluovutukseen motivoiva tekijä, riippumatta iästä, sukupuolesta tai etnisestä taustasta. Tutkimuksessa myös todettiin, että palkintojen puuttuminen on pienin verenluovutusta estävä tekijä nuorten aikuisten keskuudessa (Yuan, Hoffman, Lu, Goldfinger & Ziman 2011, 2438).

3.3 Sitoutuminen verenluovutukseen

Sitoutuminen määritellään usein omistautumiseksi, kiintymiseksi tai asennoitumiseksi johonkin tiettyyn asiaan. Sitoutumista voidaan kuvata eri tahojen välisenä vuorovaikutussuhteena. Kyseessä on hitaasti kehittyvä prosessi, jonka vahvuus vaihtelee prosessin eri vaiheissa. Sitoutumista vahvistavat positiiviset tunteet sitoututtavaan tahoon ja halu sitoutua puolestaan vahvistaa tätä kyseistä tunnetta (Manion 2004, 170). Tunnetuimpia sitoutumista määritteleviä malleja on Allenin ja Meyerin affektiivinen (tunneperäinen) sitoutumisen malli, jonka mukaan sitoutuminen ilmenee tunnetasolla, jonka pohjalta ihminen kokee kuuluvansa johonkin tiettyyn yhteisöön (Kuosmanen 2004, 43).

Vapaaehtoisuuteen perustavan verenluovutuksen haasteena on uusien luovuttajien rekrytoimisen lisäksi jo aiemmin luovuttaneiden sitoutuminen säännölliseen verenluovutukseen (Masser ym. 2009, 320-329). Luovuttajien sitoutuminen säännölliseen verenluovutukseen on olennaista, jotta pystytään takaamaan tarvittava veren saanti. Verenluovutukseen sitoutumiseen edistäviä tekijöitä on todettu olevan demografiset ja psykososiaaliset tekijät, altruismi, sosiaalinen velvollisuuden tunto, aiempi säännöllinen verenluovutus sekä aiemmat positiiviset verenluovutuskokemukset (Pule ym. 2014, 5). Queenslandin yliopiston tutkimuksessa todettiin tärkeäksi sitoutumisen vaikuttavaksi tekijäksi luovuttajan identifioituminen verenluovuttajaksi ja näin ollen verenluovutuksesta tulee tapa, itsestään selvä osa elämää. (Masser ym. 2009, 320-329).

Kanadalaisessa tutkimuksessa henkilöt, jotka eivät olleet jatkaneet säännöllistä verenluovutusta, antoivat yleisimmäksi syyksi luovutuksen päättymiselle terveydelliset syyt ja terveydentilan muutokset sekä tiedon puutteen. Moni kyselyyn vastanneista kertoi myös ajan puutteen ja luovutuksesta aiheutuneen vaivan, olevan vaikuttavia tekijöitä verenluovutuksen lopettamiseen (Charbonneau & Smith 2016, 110). Myös huono luovutuskokemus ja heikko olo luovutuksen yhteydessä tai sen jälkeen vaikuttivat henkilöiden palaamiseen verenluovutukseen (Ferguson ym. 2007, 2003).

Ulsterin yliopiston toteuttamassa tutkimuksessa todettiin miellyttävän luovutuskokemuksen olevan avain ensiluovuttajien sitoutumiseen. Verenluovutuksen järjestäjän

tulisi kiinnittää erityistä huomiota luovutustilanteiden sujuvuuteen ja hyvään asiakaspalveluun (Giles ym. 2004, 382). Henkilökunnan korkea ammattitaito sekä luovuttajan kokemukset siitä, että hänestä pidetään hyvää huolta luovutuksen aikana ja sen jälkeen, vaikuttavat luovutuskokemuksen miellyttävyyteen ja lisäävät todennäköisyyttä uuteen luovutuskertaan (Simon ym. 2009, 34).

4 Opinnäytetyön tarkoitus ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää, mikä motivoi nuoria aikuisia jatkamaan vapaaehtoista verenluovutusta. Samalla kartoitetaan nuorten tietämystä verituotteiden käytöstä ja verenluovutuksesta yleisesti. Tavoitteena on tuottaa Suomen Punaisen Ristin Veripalvelulle konkreettisia kehitysehdotuksia verenluovutustoimintaan ja tietoa siitä, miten he voivat parantaa verenluovutuskokemusta.

Tutkimuskysymykset ovat:

1. Mitkä tekijät motivoivat nuoria aloittamaan verenluovutuksen?
2. Mitkä tekijät saavat nuoren jatkamaan verenluovutusta?

5 Opinnäytetyön toteutus

5.1 Laadullinen tutkimus

Laadullisessa tutkimuksessa tarkoituksena on saada kokonaisvaltaista tietoa tutkimuksen aiheesta ja aineisto kootaan luonnollisissa ja todellisissa tilanteissa. Tavoitteena on ymmärtää tutkittavaa kohdetta. Laadullisessa tutkimuksessa tiedonkeruumenetelminä suositetaan metodeja, joissa tutkittavien ääni pääsee esille ja heidän näkökulmansa ovat esillä (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2013,161).

Laadullisessa tutkimuksessa kohdejoukko valitaan tarkoituksenmukaisesti ja tarkasti. Satunnaisotoksia ei laadullisessa tutkimuksessa käytetä. Aineiston koko voi tutkimuk-

nessa vaihdella vain yhdestä henkilöstä joukkoon yksilöhaastatteluja. Aineiston koko määräytyy tutkimuksen aiheen ja mahdollisen joukon mukaan (Hirsjärvi ym. 2013, 164).

Tässä tutkimuksessa on myös normaalia, että aineistoa aletaan kerätä niin, että aluksi ei ole päätetty kuinka paljon aineistoa kerätään. Tutkija tarkkailee tutkimuksen kuluessa sitä tuottavatko esimerkiksi uudet haastattelut enää tutkimuksen kannalta uutta, tarvittavaa tietoa. Aineistoa ei myöskään kerätä yleistettävyyttä ajatellen (Hirsjärvi ym. 2013, 268).

5.2 Kohderyhmä ja aineistonkeruu

Mukaanottokriteerit:

- Nuori aikuinen, 18-25-vuotias
- Luovuttanut verta 1-3 kertaa.

Aineistoksi muodostui 23 kriteerit täyttävää verenluovuttajaa. Seitsemän vastattua kyselylomaketta jouduttiin hylkäämään, koska kriteerit eivät täytyneet tai lomakkeet oli täytetty puutteellisesti.

Aineisto kerättiin Jyväskylän Veripalvelutoimiston henkilökunnan avulla. Henkilökunnalle annettiin kirjallinen ohjeistus mukaanottokriteereistä. Sen mukaan he jakoivat kohdejoukkoon sopiville luovuttajille saatekirjeen ja kyselylomakkeen. Vastaajat täyttivät kyselylomakkeen Jyväskylän veripalvelutoimiston tiloissa ja palauttivat lomakkeen ennen lähtöään henkilökunnalle.

Puoliavoin kyselylomake (liite 2) muodostettiin teorian tietoon pohjautuen. Kyselylomaketta esiteltiin kohdejoukkoon sopivilla henkilöillä ja sen perusteella sitä muokattiin neljä kertaa ennen sen jakoa vastaajille. Kyselylomakkeeseen liitettiin myös saatekirje (liite 1), jossa kerrottiin opinnäytetyön tarkoituksesta ja tutkimusluvista. Kyselylomakkeen alussa selvitetään vastaajien taustatietoja. Ensimmäiset kysymykset koskivat nuorten tietoutta verenluovutuksesta ja miten tietous voisi vaikuttaa veren-

luovutuskäyttäytymiseen. Seuraavat kysymykset käsittelevät motivaatiota ja sitoutumista verenluovutukseen. Lopuksi vastaajilla oli mahdollisuus antaa kehitysehdotuksia Jyväskylän Veripalvelutoimiston toimintaan (liite 7).

5.3 Aineiston analysointi

Analysoinnissa on käytetty sisällönanalyysimenetelmää. Tarkoituksena on selvittää verenluovuttajien kokemuksia luovutustapahtumasta ja luovuttamisen motiiveista. Analyysin avulla luodaan teoreettinen kokonaisuus saaduista vastauksista. Tämä tuottaa aineistolähtöistä tietoa aiheesta, jolloin aikaisemmillä havainnoilla, tiedoilla tai teorioilla verenluovutuksesta ei ole mitään tekemistä analyysin lopputuloksen kanssa (Tuomi & Sarajärvi 2012, 108).

Analyysissä tekninen vaihe käynnistyy aineiston alkuperäisilmaisujen pelkistämisestä. Tällöin aineistolta kysellään tutkimusongelman mukaisia kysymyksiä. Tämä tuo esille asiat, joista juuri tässä tutkimuksessa ollaan kiinnostuneita. Nämä ilmaisut kerätään yhtäläisiin ryhmiin, jotka nimetään sisältöä kuvaavasti. Eri ryhmien muodostaminen jatkuu yhdistämällä saman sisältöisiä alakategorioita toisiinsa ja muodostamalla niistä yläkategorioita. Lopulta kaikki nämä kategoriat yhdistetään kaikkia kuvaavaksi yhdistäväksi kategoriaksi, jonka avulla saadaan vastaus tutkimusongelmaan (Tuomi & Sarajärvi 2012, 108-113).

Työssä aineisto muodostettiin taulukoiksi, joiden avulla saatiin luokiteltua vastaukset tarvittaviin kategorioihin. Taulukot ovat esillä liitteissä 3-6, kategoriat muodostettu seuraavalla tavalla:

Taulukko 1. Esimerkki kategorioiden muodostamisesta.

Alkuperäiset ilmaiset	Alakategoria	Yläkategoria	Yhdistävä kategoria
'Sairaudet'			
'Vakava sairaus'			
'Terveydelliset esteet ja muut terveydentilakyselyssä olevien kysymysten...'	Terveydelliset syyt		
'Terveydelliset haitat'		Verenluovutuskriteerit	
'Ulkomailla opiskelu/asuminen'			
'Luovutuksen estävät syyt'			
'Aina ei ole mahdollista luovuttaa verta..'	Elämäntilanne		
'Jos olisin sinkku niin sinä aikana en voisi sitoutua verenluovutukseen ja se harmittaisi paljon'			Sitoutumista estävät tekijät
'Elämäntilanteen muutokset'			
'Kiireinen elämäntilanne'			
'Arkikiireet'			
'Jos on pitkät jonot, on vaikea löytää sopivaa aikaa'	Kiire ja oma saamattomuus	Henkilökohtaiset tekijät	
'Saamattomuus'			
'Luovutuspaikka sijaitsisi hankalassa paikassa'			
'Veripalvelulla ei olisi kiinteää pistettä'			
'Luovutustapahtuman hankaluus'			
'Jos palvelu olisi huonoa'	Luovutustapahtuman ongelmat	Verenluovutustapahtumasta johtuva negatiivisuus	
'Henkilökunta olisi tyyliä'			
'Epäkohtelias ja tyyli henkilökunta'			
'Jos luovuttamisesta tulisi huono olo usein'	Huonot kokemukset		
'Huonot luovutuskokemukset'			

6 Tulokset

6.1 Taustatietoja

Kokonaisuudessaan vastauksia oli 30 kappaletta, mutta niistä seitsemän jouduttiin hylkäämään vastausten puutteellisuuden vuoksi. Vastanneiden sukupuolijakauma oli vahvasti naispainotteinen. Vastanneista naisia oli 20 ja miehiä 3. Vastanneet olivat luovuttaneet verta kaksi tai kolme kertaa (taulukko 1.). Yhden kerran luovuttaneita vastaajia ei aineistossa ollut yhtään.

Taulukko 2. Sukupuolijakauma luovutuskertojen mukaan

SUKUPUOLI	Luovutuskerrat	
	2	3
Nainen	8	12
Mies	0	3

Ikäjakauma vastanneiden kesken oli 18-24. Eniten vastaajia oli 21 vuotiaissa ja 23 vuotiaissa. Vastaajien ikien keskiarvo oli 21,7. Muuten ikäjakauma oli melko tasainen. Miehiä oli tasaisesti ikävuosissa 22-24 yksi jokaista vuotta kohden, nuorempia miehiä ei vastanneiden joukossa ollut (taulukko 2).

Taulukko 3. Ikäjakauma sukupuolittain

IKÄ	NAINEN	MIES
18	1	
19	2	
20	2	
21	5	
22	3	1
23	4	1
24	3	1

6.2 Nuorten tietämys verenluovutuksesta

Jokainen vastaaja tiesi oman veriryhmänsä. Suurin osa vastaajista osasi kertoa, että luovutettua verta käytetään verta menettäneiden potilaiden hoidossa. Tästä yleisimpinä esimerkkeinä olivat onnettomuus- ja leikkauspotilaat. Neljä vastaajaa osasi kertoa, että luovutetusta kokoverestä voidaan erotella erilaisia verivalmisteita. Kaksi

vastaajaa ilmaisi selkeästi, ettei heillä ole tietoa verivalmisteiden käytöstä. Selkeästi väärää tietoa tuli esille kahdessa vastauksessa.

”Annetaan sairaalassa sille, jolla on tarvetta. Tai lanssissa! Jos on hurjaa.”

Vastaajista kahdeksan oli sitä mieltä, että he eivät tarvitse mitään lisätietoa verenluovutuksesta tai verivalmisteiden käytöstä. Seitsemän oli taas sitä mieltä, että he kaipaavat lisätietoa juuri verivalmisteiden käyttötarkoituksista. Loput vastaajista halusivat yleisesti tietoa verenluovutuksesta, kuten esimerkiksi verenluovutustapahtumasta tai verenluovutuskriteereistä. Henkilöt, jotka kaipasivat lisätietoa toivoivat sen tulevan joko suoraan verenluovutustilanteessa henkilökunnalta tai internetistä. Vastauksissa tuotiin esille, että verivalmisteita saaneiden tarinoita voisi tuoda paremmin esille ja kertoa kuinka heidän luovuttamastaan verestä on joku potilas oikeasti hyötynyt.

Suurin osa vastaajista oli sitä mieltä, että lisätieto verenluovutuksesta ja verivalmisteiden käytöstä ei vaikuttaisi heidän verenluovutuskäyttäytymiseen mitenkään. Loput vastaajista kokevat, että tieto toisi lisämotivaatiota luovuttamiseen ja lisäisi tärkeyden tunnetta luovuttamisen yhteydessä.

”Nykyisellään vain vähän. Ennen ensimmäistä luovutusta varmaan enemmän.”

”Luovuttaisin yhtä aktiivisesti, mutta tieto motivoisi lisää ja lisäisi toiminnan mielekkyyttä ja tärkeyden tunnetta.”

6.3 Verenluovutuksen aloittamiseen motivoivat tekijät

Motivaatioon liittyvät tekijät (verenluovutuksen aloittaminen) jakautuivat neljään yläkategoriaan: Altruismi, läheisten vaikutus motivaatioon, henkilökohtainen motivaatio, veripalvelun toiminta.

Halu auttaa ja tehdä hyvää koettiin suurimmaksi motivoivaksi tekijäksi vastaajien keskuudessa. Myös ystävien ja tuttavien kannustus oli suuressa roolissa luovuttamisen aloittamisessa. Vanhempien malli säännöllisestä verenluovutuksesta osoittautui myös motivoivaksi tekijäksi monelle. Veripalvelun toiminta vaikuttaa verenluovutuksen aloittamiseen niin että luovuttaminen on helppoa ja luovutus piste nopeasti saatavissa. Yksittäisiä motivaatioon liittyviä tekijöitä oli tieto oman veriryhmän harvinaisuudesta, läheisen kokemus veren tarpeesta sekä se, ettei vastaajalla ole neulapelkoa tai muita pelkoja luovuttamista kohtaan.

”Äiti ja isä luovuttavat verta säännöllisesti, joten minäkin halusin lähteä luovuttamaan.”

”Haluan tehdä hyvää. Läheinen sai verta synnyttäessään, ilman sitä ei olisi enää hengissä.”

Motivaatiota lisäävät tekijät jakautuivat kuuteen yläkategoriaan: Altruismi, Tieto verenluovutuksesta, positiivinen kokemus, sosiaalinen malli, ulkoiset tekijät ja henkilökohtainen kiinnostus.

Vastaajat kertoivat, että halu tehdä hyvää ja tieto toisten auttamisesta olivat tekijöitä, jotka saivat heidät palaamaan luovuttamaan verta toistamiseen. Myös luovutuksesta aiheutuva vähäinen vaiva ja auttamisen helppous olivat vastaajille tärkeitä seikkoja.

”Tieto siitä, että verestä on joskus kova pula.”

”Tieto siitä, että voin pienellä teolla auttaa montaa ihmistä.”

Ensimmäisen luovutuskerran positiivinen kokemus ja onnistunut verenluovutus mainittiin motivoivana tekijänä. Tähän liittyviä tekijöitä olivat mukava ilmapiiri, tarjoilut ja hyvä henkilökunta. Myös sosiaalinen malli ja läheisten vaikutus koettiin motivoi-

viksi tekijöiksi. Veripalvelun toiminnassa erityisesti kutsusähköpostit koettiin motivaatiota lisääviksi ja se että pääsee seuraamaan omaa hemoglobiinia verenluovutus-käynneillä.

”Sairaanhoitajat olivat niin mukavia, että mielellään tuli uudestaan.”

”Jäi hyvä kokemus. On kiva olla hyödyllinen & ruoka.”

6.4 Verenluovutukseen sitoutumiseen liittyviä tekijöitä

Sitoutumiseen liittyvät tekijät jakautuivat neljä yläkategoriaan: Veripalvelun toiminta, altruismi, sisäinen motivaatio ja oma hyöty.

Veripalvelun toiminnassa muistutukset mahdollisuudesta luovuttaa verta ja veripalvelun informointi veritilanteesta lisäsivät sitoutumista luovuttamiseen kahdeksalla vastaajalla. Myös oma hyöty oli suurena sitoutumiseen vaikuttavana tekijänä. Verenluovutuksen vaivattomuus, tarjoilut ja erilaiset palkkiot edistivät sitoutumista noin puolella vastaajista. Erityisesti esiin nousivat lyhyet jonotusajat ja verenluovutuspaikan läheisyys sekä ilmainen ruoka.

”Muistuttaminen, sillä sitoudun kyllä jos vaan muistaisin tulla.”

”Ilmainen ruoka ja lyhyet jonotusajat. Ihan mielelläni käyn.”

Altruismi nousi sitoutumisessa myös monella esille. Tarpeellisuuden tunne ja vastuuntuntoisuus mainittiin monessa vastauksessa. Myös tarinat avun saajilta koettiin sitoutumista edistäväksi tekijäksi.

”Pelkkä mahdollisuus auttaa on tarpeeksi.”

”Tieto siitä, että verenluovutuksesta on hyötyä.”

Sitoutumista estävät tekijät jakautuivat kolmeen yläkategoriaan: verenluovutuskriteerit, henkilökohtaiset tekijät ja verenluovutustapahtumasta johtuva negatiivisuus.

Verenluovutuskriteerit koettiin merkittävimmäksi sitoutumista estäväksi tekijäksi. Tästä mainittiin erityisesti sairaudet, muut terveydelliset esteet ja elämäntilanteiden muutokset. Henkilökohtaisiksi estäviksi tekijöiksi mainittiin erityisesti kiire ja luovutuspaikan hankala sijainti. Myös oma saamattomuus mainittiin vastauksissa.

”Yllättävät tekijät, kuten sairastelut ym.”

”Arkikiireet, saamattomuus.. Vaikea sanoa..”

Vastaajat kokivat, että luovutustapahtuman ongelmat ja huonot kokemukset voisivat estää heitä sitoutumasta luovuttamiseen. Tästä esille nousivat erityisesti epäkohtelias henkilökunta ja huonot luovutuskokemukset.

”Jos luovuttamisesta tulisi huono olo usein.”

”Epäkohtelias ja tyly henkilökunta.”

7 Pohdinta

7.1 Tulosten tarkastelu

Opinnäytetyössä tavoitteena oli selvittää, mikä motivoi nuoria aikuisia jatkamaan vapaaehtoista verenluovutusta. Samalla kartoitettiin nuorten tietämystä verituotteiden käytöstä ja verenluovutuksesta yleisesti. Tarkoituksena oli tuottaa Suomen Punaisen Ristin Veripalvelulle konkreettisia kehitysehdotuksia verenluovutustoimintaan ja tietoa siitä, miten he voivat parantaa verenluovutuskokemusta.

Vastausten perusteella voitiin todeta, että vastaajilla oli vahva tietämys omasta veriryhmästä ja omista verenluovutusmahdollisuuksista. Vastaajilla oli yleinen tietämys siitä mihin luovutettua verta käytetään, mutta vain harva vastaaja osasi erotella käyttökohteet. Tuloksista tuli ilmi, että vastanneiden nuorten perustietämys verenluovutuksesta on hyvä. Australialaisessa tutkimuksessa on todettu, että verenluovuttajien määrä kasvoi huomattavasti, kun he olivat saaneet tietoa luovuttamisesta. (Jordens ym. 2014.) Tässä työssä oli kuitenkin huomattavissa, että tärkeämpää vastaajille oli tieto toisten auttamisesta, kuin tarkat tiedot luovutetun veren käyttötarkoituksista. Tämä viittaisi siihen, että nuoret verenluovuttajat kaipaavat konkreettista tietoa siitä, että heidän luovuttamallaan verellä tehdään hyvää ja se menee oikeaan tarkoitukseen.

Työssä suurimmaksi verenluovutuksen aloittamisen motivoivaksi tekijäksi nousi halu auttaa ja tehdä hyvää. Yhdysvaltalaisessa tutkimuksessa todettiin myös, että juuri altruismi on suurin motivoiva tekijä jokaisessa ikäluokassa (Steele ym. 2008). Altruismi koettiin myös suurimmaksi motivoivaksi tekijäksi, joka sai vastaajat palaamaan luovuttamaan verta toisen kerran. Yhdysvaltalaisen tutkimuksen tulokset tukevat saatuja vastauksia. Lähes yhtä suurina tekijöinä nimettiin myös läheisten kannustus tai vanhempien malli. Kehityopsykologia myös tukee näitä tuloksia, koska myöhäisnuoruudessa (19-25v.) nuoret ottavat mallia vanhemmistaan ja läheisistään rakentessaan arvomaailmaansa (Nurmiranta ym. 2009).

On todettu, että verenluovutukseen sitoutumista edistäviä tekijöitä ovat muun muassa demografiset ja psykososiaaliset tekijät, altruismi, sosiaalinen velvollisuuden tunto ja aiemmat positiiviset verenluovutuskokemukset (Pule ym. 2014). Tässä työssä demografisia tekijöitä ei tuotu kysymyksissä esille, kysyttiin vain ikä ja sukupuoli. Huomattavissa oli kuitenkin, että vastaajista miehiä on paljon vähemmän kuin naisia, joka on myös huomattavissa luovuttajien ikäjakaumassa (kuvio 1).

Kyselyyn vastanneiden mukaan halu tehdä hyvää ja tieto toisten auttamisesta saivat heidät palaamaan luovuttamaan verta ja sitoutumaan verenluovutukseen. Tässä myös luovutuksen helppous ja siitä aiheutuva vähäinen vaiva sekä oma hyöty luovuttamisesta, esimerkiksi palkkiot, olivat merkittävässä roolissa. Näihin tekijöihin veripalvelu pystyy omalla toiminnallaan vaikuttamaan ja toimintaansa näissä seikoissa

muuttamaan luovuttajia miellyttävämpään suuntaan. Veripalvelulaissa kuitenkin kielletään rahallisen korvauksen tai siihen rinnastettavan etuuden antaminen luovuttajalle. Tästä syystä palkkiot tulee olla arvoltaan vähäisiä, kuten tarjoilua tai pieniä lahjoja (Veripalvelulaki 2005).

Suurimpia sitoutumista estäviä tekijöitä olivat huonot luovutuskokemukset, verenluovutuskriteerit ja henkilökohtaiset tekijät kuten kiire ja saamattomuus. Kanadalaisessa tutkimuksessa todettiin, että yleisimpiä syitä verenluovutuksen lopettamiselle olivat terveydelliset syyt, ajan puute ja luovutuksesta aiheutuva vaiva (Charbonneau & Smith 2012). Opinnäytetyössä on huomattavissa, että verenluovutusta estävät tekijät jakautuvat selkeästi kahteen ryhmään. Toisena ryhmänä ovat itsestä riippumattomat tekijät kuten sairaudet tai terveydelliset esteet sekä luovutuspaikan hankala sijainti ja toisena ryhmänä motivaatio pohjaiset tekijät kuten saamattomuus ja asenne.

Opinnäytetyön tulosten mukaan halu auttaa ja tehdä hyvää on suurimmassa roolissa vastanneiden nuorten verenluovutuksen aloittamisessa, ja säännölliseen verenluovutukseen sitoutumisessa. Myös sosiaalinen tuki ja malli koettiin isoiksi motivoiviksi tekijöiksi. Kuitenkin toisaalta oma saamattomuus ja kiire saavat usein ihmisen lopettamaan säännöllisen verenluovutuksen. Myös tarkkaan rajatut verenluovutuskriteerit olivat monelle nuorelle säännöllistä verenluovutusta estävä tekijä.

7.2 Johtopäätökset

Opinnäytetyön keskeisimmät tutkimustulokset koottiin kolmeen johtopäätökseen. Nämä muotoutuivat selkeimmin esiin nousevista motivaatiota ja sitoutumista edistävästä ja estävistä tekijöistä.

1. Opinnäytetyön perusteella verenluovutukseen liittyvän tiedon merkitys nuorten verenluovutukseen sitoutumiseen on pieni. Vastaajat kuitenkin kaipaavat tietoa veren käyttökohteista ja haluavat kuulla henkilökohtaisia tarinoita verta saaneilta potilailta. On huomattavissa, että luovuttajille on tärkeää saada kasvot auttamilleen potilaille. Tämä tekisi auttamisesta konkreettisempää. Tämän voisi tuoda verenluovuttajien tietoon erilaisin videoviestein tai

kirjoitetuin tarinoin. Tietoutta voisi olla sekä veripalvelutoimistoilla että internet-sivuilla, sekä uusia verenluovuttajia rekrytoitaessa erilaisilla sosiaalisen median kanavilla.

2. Selkeimmiksi nuorten motivaatiota ja sitoutumista edistäviksi tekijöiksi nousivat altruismi eli halu auttaa ja tehdä hyvää sekä vanhempien ja ystävien malli. Etenkin lähipiirin kautta tapahtuvaan luovuttajien rekrytointiin olisi hyvä panostaa. Esimerkiksi erilaiset ystävä- tai perhekampanjat, jotka kannustaisivat ottamaan uusia luovuttajia tai satunaisia kertoja luovuttaneita mukaan säännölliseen luovuttamiseen.
3. Vahvimiksi verenluovutusta estäviksi tekijöiksi nousivat verenluovutuskriteerit, huonot verenluovutuskokemukset ja henkilökohtaiset tekijät, kuten kiire ja saamattomuus. Huonoihin luovutuskokemuksiin tulisi henkilökunnan reagoida mahdollisimman hyvin jo heti luovutuskerran yhteydessä keskustelemalla tapahtuneesta ja kannustaen uusiin luovutusyrityksiin.

7.3 Tulosten eettisyys

Tutkimusetiikka sanelee lähtökohtia hyvälle tieteelliselle tutkimukselle. Tutkimustyössä tulee noudattaa rehellisyyttä, yleistä huolellisuutta ja tarkkuutta. Tutkimuksessa tulee käyttää eettisesti kestäviä tutkimus-, tiedonhankinta- ja arviointimenetelmiä. Tutkimusluvut tulee olla hankittuna ennen työn aloittamista. (Hyvä tieteellinen käytäntö 2014).

Opinnäytetyötä aloitettaessa tutkimusluvut haettiin Suomen Punaiselta Ristin Veripalvelulta. Samalla allekirjoitettiin salassapitosopimus tutkimukseen osallistuvien henkilötietojen turvaksi. Kyselylomaketta tehtäessä päädyttiin rajaamaan taustatietojen määrä ikään ja sukupuoleen, jotta turvattaisiin yksityisyyden suoja. Kyselyn kannalta ei myöskään ollut olennaista kysyä muita henkilökohtaisia tietoja.

Tiedon hankinnassa käytettiin eettisesti kestäviä tiedon hankinnan menetelmiä ja opinnäytetyössä lähteinä käytetyt tutkimukset ovat kansainvälisiä tutkimuksia tunnetuista julkaisuista. Tiedonhankinnassa on käytetty harkintaa ja tarkkuutta.

Opinnäytetyön kyselystä saadut vastaukset ovat luottamuksellista tietoa. Siksi on erityisen tärkeää turvata kyselyihin vastanneiden yksityisyyden suoja. Vastaukset säilytettiin lukollisessa tilassa niin, etteivät ulkopuoliset päässeet niitä käsittelemään.

Opinnäytetyön valmistuttua kyselyt hävitettiin asianmukaisella tavalla silppurissa, varmistaen, että vastanneiden henkilötiedot tai muu luottamuksellinen tieto ei joudu ulkopuolisten nähtäväksi (Yksityisyys ja tietosuojia 2013).

7.4 Tulosten luotettavuus

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arvioinnissa tarkoituksena on pohtia, onko tutkimuksessa tuotettu tieto totuudenmukaista. Tutkimuksen luotettavuuskriteereissä tuodaan esille tutkimuksen uskottavuus ja sen osoittaminen. Myös tutkimuksen toistettavuus lisää luotettavuutta. Luotettavuutta tulee arvioida koko tutkimuksen teon ajalta, aineiston keruusta raportointiin asti (Kylmä, Vehviläinen-Julkunen & Lähdevirta 2003).

Kyselylomaketta esiteltiin, jotta kysymykset ymmärretään oikein ja niihin saadaan luotettavat vastaukset. Vastauksista voidaan huomata, että kysymykset on ymmärretty oikein ja suurin osa vastauksista vastaa kysymykseen hyvin. Osa vastauksista on kuitenkin hyvin suppeita ja niiden laatu vaihtelee. Tästä syystä vastausten luotettavuus kärsii. Kolmestakymmenestä vastauksesta seitsemän jouduttiin hylkäämään, koska niissä olleet tiedot olivat puutteellisia tai vastaukset olivat selkeästi väärin tarkoituksin kirjoitettu.

Vastaajista suurin osa oli naisia ja näin ollen tulokset ovat hyvin yksipuolisesti naisukupuolen näkökulmasta. Tässä työssä kuitenkin otanta jäi miesten kohdalta hyvin pieneksi. Tutkimuksessa myös tarkoituksenmukaisesti tutkittiin vain nuoria aikuisia (18-25 vuotta), joten tulokset ovat luotettavia Jyväskylän alueen nuorten aikuisten joukosta. Otanta on myös pieni ja sen vuoksi tuloksista ei voida tehdä yleistyksiä.

Analyysi on tuotettu laadukkaasti ja tulokset tuovat hyvin vastaukset tutkimuskysymyksiin.

Tutkimusprosessi on kirjattu työhön tarkasti, jolloin toistettavuus helpottuu. Tästä esimerkkinä ovat vastausten analysoinnissa käytetty taulukointimenetelmä ja sen kuvaaminen selkeästi taulukoihin.

7.5 Jatkotutkimukset

Jatkotutkimusaiheeksi nousi nuorten (18-25-vuotta) miesten motivaatio ja sitoutuminen verenluovutukseen. Tämän työn vähäisten miesvastaajien takia olisi mielenkiintoista saada lisätietoa nuorten miesten verenluovutuskäyttäytymisestä ja siihen motivoivista tekijöistä. Lisäksi voisi olla tarpeellista nostaa esille konkreettisia keinoja motivoida nuoria verenluovutuksen piiriin.

Lähteet

- Anttila, A. 2013. Miksi epäitsekkyyttä kannattaa? Altruismin evolutiivinen kehittyminen. Itä-Suomen yliopisto. Pro gradu-tutkielma.
- Brown, L. 2007. Psychology of motivation. Nova science publishers, inc.
- Charbonneau, J. & Smith, A. 2016. Giving blood- the institutional making of altruism. Routledge. New York.
- Dongen, A., Abraham, C., Ruiters, R., Schaalma, H., de Kort, W., Dijkstra, A. & Veldhuizen, I. 2012. Are lapsed donors willing to resume blood donation, and what determines their motivation to do so? *Transfusion*, 52, 1296-1302. V
- Ferguson, E., France, C., Abraham, C., Ditto, B. & Sheeran, P. 2007. Improving blood donor recruitment and retention: integrating theoretical advances from social and behavioral science research agendas. *Transfusion*, 47, 1999-2007.
- France, C., Montalva, R., France, J. & Trost, Z. 2008. Enhancing attitudes and intentions in prospective blood donors: evaluation of a new donor recruitment brochure. *Transfusion*, 48, 526-530.
- Giles, M., McClenahan, C., Cairns, E. & Mallet, J. 2004. An application of the theory of planned behavior to blood donation: the importance of self-efficacy. *Health education research*. Vol. 19. No 4. 380-391
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2013. Tutki ja kirjoita. Tammi. Helsinki.
- Hyvä tieteellinen käytäntö. 2014. Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Viitattu 31.8.2016. www.tenk.fi/fi/htk-ohje/hyva-tieteellinen-kaytanto
- Ihalainen, J., Lauronen, J. & Syrjälä, M. 2016. Verivalmisteiden kulutuksen muutokset Suomessa vuosina 2007-2014. Duodecim. [http://www.duodecim-](http://www.duodecim-lehti.fi/web/guest/arkisto?p_p_id=Article_WAR_DL6_Articleportlet&p_p_action=1p_p_state=maximized&p_p_mode=view&p_p_col_id=coumn1&p_p_col_count=1&viewType=viewArticle&tunnus=duo13168)

Jordens, C., Kerridge, I., Stewart, C., O'Brien, T., Samuel, G., Porter, M., O'Connor, M. & Nassar, N. 2014. Knowledge, beliefs and decisions of pregnant Australian women concerning donation and storage of umbilical cord blood: a population based survey. *Birth*, 41, 4, 360-367.

Juvonen, E., Saraneva, I. & Krusius, T. 2013. Verivalmisteita täsmälliseen verensiirtotarpeeseen. *Lääkärilehti*, 68, 3227-3230. <http://www.laakarilehti.fi/tieteessa/katsausartikkeli/verivalmisteita-tasmalliseen-verensiirtotarpeeseen/>

Kumar, S., Sachdev, S., Marwaha, N. & Avasthi, A. 2016. Study of knowledge and attitude among college students toward voluntary blood donation from north India. *J Blood med* 7, 19-26.

Kuosmanen, A. 2004. Henkilöstön työssä kehittyminen ja psykologinen sopimus. Pro Gradu. Taloustieteiden tiedekunta. Jyväskylän Yliopisto.

Kylmä, J., Vehviläinen-Julkunen, K. & Lähdevirta, J. 2003. Laadullinen terveystutkimus- mitä, miten ja miksi? *Duodecim* 119, 609-615. <http://www.terveyskirjasto.fi/xmedia/duo/duo93495.pdf>

Laakso, A. 2012. Verenluovutuksen yläikärajaa yritetään nostaa. YLE. Viitattu 9.8.2016. http://yle.fi/uutiset/verenluovutuksen_ylaikarajaa_yritetaan_nostaa/6396993

Mahdollisuus elämän pelastamiseen. 2016. Suomen punainen risti. Veripalvelu. Viitattu 8.7.2016.

Manion, J. 2004. Strengthening organizational commitment. Understanding the concept as a basis for creating effective workforce retention strategies. *Article.The Health Care Manager* 23, 167 -176.

Masser, B., White, K., Hyde, M., Terry, D. & Robinson, N. 2009. Predicting blood donation intentions and behavior among Australian blood donors: Testing an extended theory of planned behavior model. *Transfusion*, 47, 320-329.

Missä voit luovuttaa. 2016. Suomen punainen risti. Veripalvelu. Viitattu 18.1.2016.

Miten verta luovutetaan. 2015. Suomen punainen risti. Veripalvelu. Viitattu 18.1.2016.

Nuoret ovat löytäneet verenluovutuksen. 2013. Suomen Punainen risti. Viitattu 18.1.2016.

Nurmiranta, H., Leppämäki, P. & Horppu, S. 2009. Kehityopsykologiaa lapsuudesta vanhuuteen. Kirjapaja. Helsinki.

Näin luovutat kokoverta. 2014. Suomen Punainen risti. Veripalvelu. Viitattu 18.1.2016.

Pule, I., Rachaba, B., Magafu, M. & Habte, D. 2014. Factors associated with intention to donate blood; Sociodemographic and past experience variables. Journal of blood transfusion. Volume 2014. Article ID 571678.

Pöyry, J. 2013. Opiskelijanuorten mielipiteitä verenluovutuksesta, verenluovutusta edistäviä ja estäviä tekijöitä Mikkelin ammattikorkeakoulun opiskelijoiden kokemana. Mikkelin ammattikorkeakoulu.

Simon, T., Snyder, E., Solheim, B., Stowell, C., Strauss, R. & Petrides, M. 2009. Rossi's principals of transfusion medicine. Blackwell publishing.

Steele, W., Schreiber, G., Gultinan, A., Nass, C., Glynn, S., Wright, D., Kessler, D., Shlumpf, K., Tu, y., Smith, J. & Garraty, G. 2008. The role of altruistic behavior, empathetic concern and social responsibility motivation in blood donation behavior. Transfusion, 48, 43-54.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2012. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Verenluovuttajan tietopaketti. 2014. Suomen punainen risti. Veripalvelu. Viitattu 18.1.2016.

Verenluovutuksen Historia. 2015. Suomen Punainen risti. Veripalvelu. Viitattu 11.2.2016.

Veripalvelulaki. 2005. Finlex. Viitattu 2.2.2016. <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2005/20050197>

Veripalvelun vuosi. 2015. Punainen risti. Viitattu 18.1.2016.

Verivalmisteiden käytön opas. 2013. Suomen punainen risti. Veripalvelu. Viitattu 2.2.2016.

Verta tarvitaan joka päivä. 2014. Suomen punainen risti. Veripalvelu. Viitattu 2.2.2016.

What is altruism. 2016. Berkeley. University of California. Viitattu 1.6.2016.

<http://greatergood.berkeley.edu/topic/altruism/definition>

Voitko sinä luovuttaa. 2016. Suomen Punainen Risti. Veripalvelu. Viitattu 18.1.2016.

Väestö. 2015. Tilastokeskus. Viitattu 9.8.2016.

http://tilastokeskus.fi/tup/suoluk/suoluk_vaesto.html

Yksityisyys ja tietosuoja. 2013. Tampereen yliopisto. Viitattu 26.1.2016.

<http://www.uta.fi/tutkimus/etiikka/periaatteet/yksit.html>

Yuan, S., Hoffman, M., Lu, Q., Goldfinger, D. & Ziman, A. 2011. Motivating factors and deterrents for blood donation among donors at a university campus-based collection center. *Transfusion*, 51, 2438-2444.

Liitteet

Liite 1. Saatekirje



Hyvä verenluovuttaja!

Olemme kaksi sairaanhoitajaopiskelijaa Jyväskylän ammattikorkeakoulusta ja teemme opinnäytetyötä, jossa selvitämme mikä motivoi nuoria luovuttamaan verta ja sitoutumaan verenluovuttajaksi.

Selvitämme myös nuorten tietoutta verenluovutuksesta. Tavoitteenamme on tuottaa Suomen Punaisen Ristin Veripalvelulle konkreettisia kehitysehdotuksia verenluovutustoimintaan ja tietoa siitä, miten he voivat parantaa verenluovutuskokemustasi. Olemme saaneet tutkimusluvan SPR Veripalvelulta x.x.2016. Kyselyä tehdään x.x.2016-x.x.2016.

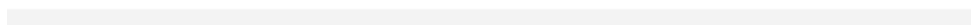
Pyytäisimme sinua vastaamaan alla oleviin kysymyksiin omin sanoin. Kysymyksiin vastaaminen tapahtuu nimettömänä, eikä henkilöllisyytesi paljastu missään vaiheessa. Vastaaminen on vapaaehtoista. Valmis opinnäytetyö tulee vuoden 2016 aikana nähtäville osoitteeseen theseus.fi.

Ystävällisin terveisin,

Leena Hautakangas & Riikka Karhu
H3091@student.jamk.fi

Opinnäytetyötä ohjaa,

Lehtori Leena ~~Seriola~~
leena.seriola@jamk.fi



Liite 2. Kyselylomake



Ikä:

Ympyröi sopiva vaihtoehto

Mies / Nainen

Luovutuskerrat: Ensikertalainen 2 kertaa 3 kertaa

Veriryhmä: O- O+ A- A+ B- B+ AB- AB+ En tiedä veriryhmääni

Kerro mihin tarkoituksiin luovuttamaasi verta käytetään?

Mitä lisätietoa tarvitsisit verivalmisteiden hyödyntämisestä? Mistä lähteistä toivoisit tiedon tulevan?

Miten lisätieto verivalmisteiden käytöstä vaikuttaisi verenluovutusaktiivisuuteesi?

Mitkä tekijät saivat sinut aloittamaan verenluovutuksen?

Mitkä tekijät saivat/saisivat sinut tulemaan uudelleen luovuttamaan verta?

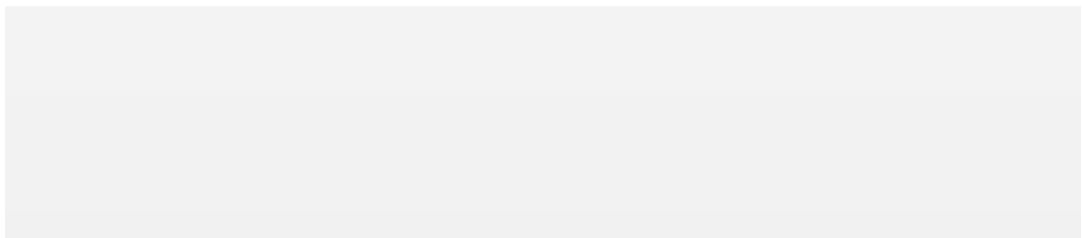
jamk.fi

Mitkä tekijät saivat sinut sitoutumaan säännölliseen (1-3 kertaa vuodessa) verenluovutukseen?

Mitkä tekijät saattaisivat estää sinua sitoutumasta säännölliseen (1-3 kertaa vuodessa) verenluovutukseen?

Kehitysehdotuksia Veripalvelulle:

Kiitos vastauksestasi!



Liite 3. Mitkä tekijät saivat sinut aloittamaan verenluovutuksen?

Alkuperäiset ilmaisut	Alakategoria	Yläkategoriat	Yhdistävä kategoria
'Halu auttaa"			
'Haluan tehdä hyvää"	Halu tehdä hyvää	Altruismi	
'Halu olla hyödyksi"			
'Kaverien kannustus"			
'Vanhempien malli"			
'Perheessäni on luovutettu verta aktiivisesti, joten se oli tavallaan itsestään selvää, että alan myös"	Perheen, ystävien ja tuttavien kannustus	Läheisten vaikutus motivaatioon	Motivaatioon vaikuttavat tekijät
'Tätini ylipuhui minut mukaan ekan kerran"			
'Kävin ensin kaverin kanssa ja se jäi tavaksi"			
'Monet kaverit ovat käyneet, niin se saanut innostumaan"			
'Ainejärjestöni yliopistolla lähti porukalla"			
'Läheinen sai verta synnyttäessään, ilman sitä ei olisi enää hengissä"	Kokemukset ja oma-kohtainen merkitys	Henkilökoht. motivaatio	
"... tiesin veriryhmäni olevan harvinaisempi kuin muut"			
'Tarpeellisuuden tunne"			
'Ei ole neulakamoa"			
'Tieto, että voi joskus itsekin tarvita verta"			
'Helppous"		Veripalvelun toiminta	
'Luovutuspaikka oli lähellä"	Luovutuskokemus		

Liite 4. Mitkä tekijät saivat/saisivat sinut tulemaan uudelleen luovuttamaan verta?

Alkuperäiset ilmaiset	Alakategoria	Yläkategoria	Yhdistävä kategoria
'Auttamisen halu"			
'On kiva olla hyödyllinen"			
'Koen sen tärkeäksi ja hyödylliseksi"			
'Velvollisuudentunto"	Halu tehdä hyvää	Altruismi	
'Tieto luovutuksen tärkeydestä"			
'Kai se on joku sisäinen halu tai velvollisuudentunto auttaa"			
'Eryteisesti verityypin harvinaisuus.."			
'Tarve ei lopu"	Tieto tarpeesta	Tieto	
'Tieto siitä, että verestä on kova pula"		verenluovutuksesta	
'Hyvä tapa/rutiini"			
'Osittain tavan vuoksi"	Luovutuksesta aiheutuva vähäinen		
'Verenluovutuksen helppous"	vaiva		
'Luovutusaste oli lähellä"			
'Auttamisen helppous"		Positiivinen kokemus	Motivaatiota lisäävät
'Jäi hyvä kokemus"			sisäiset ja ulkoiset tekijät
'Ystävällinen henkilökunta"			
'Sairaanhoidajat olivat niin mukavia, että mielellään tuli uudestaan"	Mielekäs luovutus-tilanne		
'Hyvin sujuneet luovutukset"			
'Verenluovutuksesta tulee hyvä mieli"			
'Ei jäänyt huonoa fiilistä.."			
'Luovuttaminen on kivaa"			
'Ruoka"	Palkkio		
'Ryhmän paine"			
'Vanhempien malli"	Läheisten vaikutus	Sosiaalinen malli	
'Ystävät"			
'Kristinusko kannustaa auttamaan"	Uskonto		
'Sain kutsusähköpostin"	Veripalvelun toiminta	Ulkoiset tekijät	
'Pääsee seuraamaan omaa hemoglobiinia"	Mielenkiinto omaan terveyteen	Henkilökohtainen kiinnostus	

Liite 5. Mitkä tekijät saivat sinut sitoutumaan säännölliseen (1-3 kertaa vuodessa) verenluovutukseen?

Alkuperäiset ilmaisut	Alakategoria	Yläkategoria	Yhdistävä kategoriat
'Ilmoitus aina kun on mahdollisuus luovuttaa'			
'Muistutukset luovutusajan lähestymisestä'	Muistutukset ja informointi	Veripalvelun toiminta	
'Muistuttaminen, sillä sitoudun kyllä mielelläni jos vaan muistaisin tulla'			
'Informointi veren tarpeesta'			
'Jos vain aikaa ja halua löytyy niin tulen kyllä säännöllisesti'	Motivaatio	Sisäinen motivaatio	
'Vastuuntuntoisuus'	tekijät		
'Oma motivaatio luovuttaa'			
'Tieto siitä,että luovuttamani veri menee tarpeeseen'			Sitoutumiseen vaikuttavat tekijät
'Tieto tarpeellisuudesta ja siitä, että on avuksi'	Tarpeellisuuden tunne	Altruismi	
'Tarinat avun saajilta'			
'Helppo käydä luovuttamassa'			
'Lyhyet jonotusajat'			
'Verenluovutuspaikan läheisyys'	Verenluovutusta-		
'Nyt luovutuspaikka lähellä, toivottavasti myös jatkossa'	pahtuman helppous		
'Hyvä ilmapiiri'		Oma hyöty	
'Ilmaiset kahvit on plussia'			
'Ilmainen ruoka'			
'Ilmainen ruoka on todella positiivinen seikka'	Tarjoilut		
'Tekisi mieli sanoa, että pieni palkinto jos käy 3 kertaa vuodessa..'	Palkkiot		
'Ehkä jonkinlaiset pinssit tiettyjen luovutuskertojen jälkeen'			

Liite 6. Mitkä tekijät saattaisivat estää sinua sitoutumasta säännölliseen (1-3 kertaa vuodessa) verenluovutukseen?

Alkuperäiset ilmaisut	Alakategoria	Yläkategoria	Yhdistävä kategoria
'Sairaudet'			
'Vakava sairaus'			
'Terveydelliset esteet ja muut terveydentilakyselyssä olevien kysymysten...'	Terveydelliset syyt		
'Terveydelliset haitat'		Verenluovutuskriteerit	
'Ulkomailla opiskelu/asuminen'			
'Luovutuksen estävät syyt'			
'Aina ei ole mahdollista luovuttaa verta..'	Elämäntilanne		
'Jos olisin sinkku niin sinä aikana en voisi sitoutua verenluovutukseen ja se harmittaisi paljon'			Sitoutumista estävät tekijät
'Elämäntilanteen muutokset'			
'Kiireinen elämäntilanne'			
'Arkikiireet'			
'Jos on pitkät jonot, on vaikea löytää sopivaa aikaa'	Kiire ja oma saamattomuus	Henkilökohtaiset tekijät	
'Saamattomuus'			
'Luovutuspaikka sijaitisi hankalassa paikassa'			
'Luovutustapahtuman hankaluus'			
'Veripalvelulla ei olisi kiinteää pistettä'			
'Jos palvelu olisi huonoa'	Luovutustapahtuman ongelmat	Verenluovutustapahtumasta johtuva negatiivisuus	
'Henkilökunta olisi tylä'			
'Epäkohtelias ja tylä henkilökunta'			
'Jos luovuttamisesta tulisi huono olo usein'	Huonot kokemukset		
'Huonot luovutuskokemukset'			

Liite 7. Kehitysehdotukset ja palaute Suomen Punaisen ristin Veripalvelulle

Kehitysehdotukset ja palaute:

- Palvelu on tosi sujuvaa, jatkakaa vain samaan malliin
- Kiva rento fiilis ja saa auttamisen ilon lisäksi kahvit päälle
- Olkaa aina yhtä iloisia!
- Lisää haalarimerkkejä opiskelijoille
- Sähköpostitse tietoa verenluovutuksesta ja verituotteiden käytöstä luovuttajille
- ”Ehkä jonkunlaiset pinssit tiettyjen luovutuskertojen jälkeen”
- Lisää ”kaverikampanjoita” -> kannustaa lähtemään kaverin kanssa luovuttamaan
- ”Kasvissyöjille tietoa siitä, mistä kasvispohjaista rautaa saisi ruokavaliossa”
- Kiertävien verenluovutuspisteiden pidempi viipyminen ja laajemmat aukiolot
- Luovuttamisen yhteydessä/aikana esim. televisiolla voisi pyöriä infovideo verenluovuttamisesta ja veren käytöstä.
- Tiedostusta verenluovutuksen tehokkuudesta lukuina
- Kouluille verenluovutuspäiviä
- Verta saaneiden tarinoita enemmän esille