

Please note! This is a self-archived version of the original article.

Huom! Tämä on rinnakkaistalenne.

To cite this Article / Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä: Tuomi, J. (2017). Ras-
kaustesti +, tiedon tarve heti nyt 24/7. Teoksessa Jouni Tuomi & Anna-Mari Äimälä (toim.)
Viisaat valinnat – tietoa, tukea, ohjausta. Tampere: Tampereen ammattikorkeakoulu. Tampe-
reen ammattikorkeakoulun julkaisuja. Sarja B. Raportteja 93, 45-52.

URL:

<http://julkaisut.tamk.fi/PDF-tiedostot-web/B/93-Viisaat-valinnat-tietoa-tukea-ohjausta.pdf>

6 RASKAUSTESTI +, TIEDON TARVE HETI NYT 24/7

Jouni Tuomi, FT, yliopettaja, terveyden edistäminen, Tampereen ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

TÄSSÄ ARTIKKELISSA TARKASTEELLAAN kahta selvitystä, joissa on kuvailtu raskauteen ja synnytykseen liittyvää internet-keskustelua. Toisessa keskityttiin kätilöille esitettyihin kysymyksiin ja toinen liittyi yleisiin aiheita koskeviin keskustelupalstoihin.

Tulosten mukaan ammattilaisilta kysyttiin pääasiassa samoja asioita kuin maallikoilta. Keskeiseksi muodostui havainto siitä, että tietoa haettiin 24/7 ja tiedon tarve oli tässä ja heti nyt.

Tulosten pohjalta ViVa-sivustoille luotiin tiedosto "Raskaustesti +", josta löytyy vastauksia alkuraskauden yleisimpiin kysymyksiin. Myös ViVa-hankkeessa aloitettu "Kysy kätilöltä" -palvelu jatkaa toimintaansa Taysin nettisivuilla.

ABSTRACT

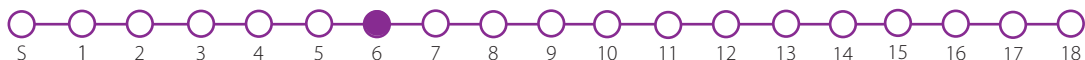
In this article I studied two reports describing internet discussions about pregnancy and child birth. The first analyzed the questions sent to the midwives and the other focused on general discussion forums related to the topic.

According to the results, people wrote principally the same questions to the professionals and to discussion forums. The most important discovery was that people search information 24/7 and the need for information is just here and right now.

Based on the results, a file called "Raskaustesti +" ("Pregnancy test +") was created to ViVa sites. It contains answers to the most common questions about early pregnancy. "Kysy kätilöltä" ("Ask the midwife") -service, also created in the ViVa project, is continuing operating in Tays web pages.

JOHDANTO

Raskausaika on sopeutumisen ja valmistautumisen aikaa vanhemmuuteen. Tässä muutosvaiheessa perheet tarvitsevat voimavaroja, mutta mistä he saisivat näitä voimavaroja? Kaljusen ym. (2006) tutkimuksen mukaan nämä voimavarat ovat paljolti samoja, mitä CDC (Centers for Diseases Control and Prevention, 2006; Välimaa & Tuomi 2017) esittää lisääntymisterveyden



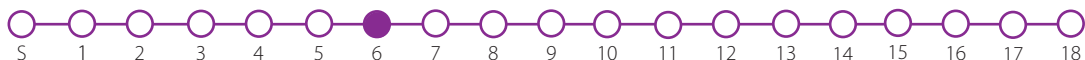
suojelemiseksi: Väkivallaton parisuhde, sosiaalinen tuki, hyvä terveydentila, positiivinen kehityshistoria ym.

Suurin osa raskauden aikaisista tunteista on epämiellyttäviä, kuten hämmennys, epävarmuus, pelko, huoli, negatiiviset odotukset ym., mutta ne voidaan nähdä yhtenä tapana valmistautua tulevaan muutokseen. (Vuokola 2011.) Huolien ja pelkojen aiheet vaihtelevat raskauden eri vaiheissa. Alkuraskaudessa naiset ovat huolissaan fyysisistä oireista, ulkonäön muuttumisesta ja painon lisääntymisestä. Myös ympäröivän yhteisön suhtautuminen raskauteen sekä taloudelliset asiat huolestuttavat heitä. Raskauden edetessä pelot ja huolet siirtyvät lapseen ja synnytykseen: Lapsen mahdollinen vammaisuus, sairaudet tai vahingoittuminen synnytyksessä, synnytyksen komplikaatiot ja kivut. Myös oma avuttomuuden tunne ja hallinnan menettäminen synnytyksessä huolestuttavat. (Rutanen 2000.) Osalle naisista nämä huolenaiheet saattavat voimistua elämää haittaaviksi pelkotiloiksi. (Rutanen 2000; Kjaergaarda ym. 2008; Saisto ym. 2014.) Myöskään monet äidit eivät tiedä riittävästi normaalista synnytyksestä (Saisto ym. 2014). Raskausaikana neuvola, erilaiset valmennukset, ystävät ja internet ovat merkittäviä terveystiedon lähteitä (Seppänen ym. 2017).

Tämä artikkeli perustuu kahden Ahtiainen ja Muola (2017) sekä Tuomi ja Äimälä (2016) selvityksen vertailevaan yhteenvetoon. Molemmissa selvitettiin, mitä raskauteen ja synnytykseen liittyen kysyttiin internetpalvelimissa. Ahtiainen ja Muola (2017) kohdistivat kiinnostuksensa internetin keskustelupalstoilla käytyihin keskusteluihin, kun Tuomi ja Äimälä (2016) internetissä kätilöille suunnattujen kysymysten arviointiin. Tämän artikkelin tutkimustehtävänä on kuvailla, kysytäänkö ammattilaisilta raskauteen ja synnytykseen liittyen eri kysymyksiä kuin ”maallikoilta”?

MIKSI RASKAANA OLEVAT HAKEVAT TIETOA INTERNETISTÄ?

Taulukko 1 on yhteenveto Ahtiainen ja Muola (2017) kokoamista syistä, miksi raskaana olevat hakevat tietoa internetistä. Taulukon listasta on pääteltävissä, että syyt mennä internettiin ovat moninaiset. Keskeistä on ainakin se, että suhde asiantuntijuuteen, ammattilaisten toimintaan ja vanhemmuuteen on muuttunut. Samalla internet on aina auki, mikä mahdollistaa tunteen siitä, että aina joku ”kuuntelee”; en ole yksin murheineni tai iloineni.



Taulukko 1. Miksi raskaan olevat menevät internettiin? (Ahtiainen & Muola 2017; muokattu yhteenveto)

- Ammattilaisilta saatu tieto ei ole selkeää
- Keskustelupalstoilta saatua tietoa halutaan verrata asiantuntijoilta saatuu tietoon
- Halutaan varmistaa olemassa oleva tietoa

- Ongelmat neuvolan toiminnassa
- Harvat raskauden aikaiset vastaanotot

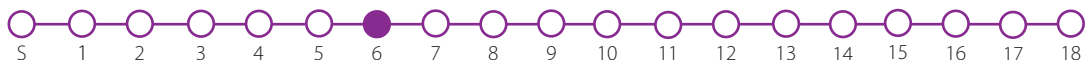
- Vanhemmuus muuttunut
- Riskitietoisuus lisääntynyt, samaan aikaan tuoreiden vanhempien tuki omilta vanhemmiltaan ja muilta läheisiltä on vähentynyt
- Tämän päivän nuoret (tulevat) äidit eivät luota vanhemmilta saamaansa kokemuseräiseen tietoon, vaan pitävät sitä vanhentuneena

- Kokemusten ja tuen tarve
- Halutaan vahvistusta tehdyille päätöksille
- Halutaan jakaa omia murheita ja iloja

- Jatkuva tiedon tarve
- Pienet arkipäiväiset ongelmat pitää saada ratkaistuksi
- Käytännön vinkkejä
- Huoli, pelko, muu voimakas tunne, joka ajaa ratkaisemaan ongelman nopeasti

- Internet on aina auki, helposti saatavilla ja hakutulokset tulevat sekunnin murto-osissa.

Kysymystä, miksi internettiin tartutaan kovin ripeästi, voisi spekuloida siitä näkökulmasta, että tiedetään, että ihminen ei ole täydellinen, vaan erehtyväinen. Toisaalta kone hipoo täydellisyyttä, ja koneen virheet ovat aina ihmisen tekemiä. Olisiko ehkä siten, että koska ammattilaiset, asiantuntijat ja vanhemmat ovat ihmisiä ja siten erehtyväisiä, heiltä saatu tieto on koettavissa virheelliseksi, koska internetistä löytyy toisenlaista tietoa. Samalla vahvistuu ajatus, että internet, joka tulee arjessa vastaan koneena, sisältää täydellistä tietoa, ja jos siellä on virheitä, se johtuu vain ihmisistä. Väite ei ole, että ihmiset ajattelisivat tietoisesti näin, mutta tämä edustaa teknologisen ajattelun ideaalia, jota yhteiskunnassa, mm. koulutuksessa tänä päivänä tuetaan.

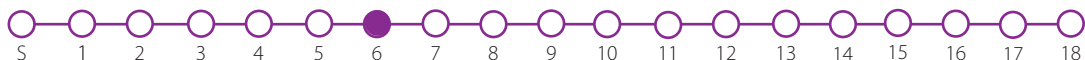


TULOKSET – MISTÄ AIHEISTA KYSYTTIIN?

Taulukossa 2 on tarkasteltu, mistä aiheista kysymykset muodostuivat. Su-luissa on ilmaistu, montako puheenvuoroa kustakin aiheesta käytettiin. Koska aineistot analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä (ja sisäl-lönerittelyllä), analyysien tulosten poikkeamat ovat ymmärrettäviä. Näi-den kahden aineiston perusero näyttäytyy siinä, että kättilöiltä kysyttiin suhteellisesti enemmän synnytykseen liittyviä kysymyksiä kuin yleisillä keskustelupalstoilla. Niillä puolestaan raskauteen liittyvät kysymykset oli-vat selvästi hallitsevia. Ahtiainen ja Muolan (2017) aineistossa tuli selkeästi esille pyynnöt vertaistukikeskusteluihin, mikä ei aineiston luonteen vuoksi tullut ilmi Tuomi ja Äimälän (2016) aineistossa.

Taulukko 2. Mistä aiheista kysyttiin?

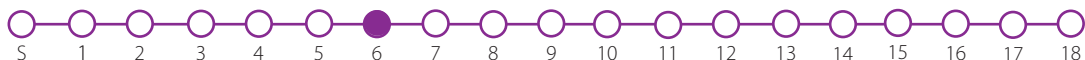
Kysymys/keskusteluaiheet	
Raskauden toteaminen ja perhesuunnittelu (18)	Raskauteen liittyvät kysymykset (85)
Raskausajan fyysiset oireet ja muutokset (19)	
Raskaudenajan psyykkiset muutokset (3)	
Raskauteen vaikuttavat tekijät (9)	
Sikiöön liittyvät kysymykset (10)	
Synnytykseen liittyvät kysymykset (7)	Synnytykseen liittyvät kysymykset (86)
Vertaistuki (13)	
	Synnytyksen jälkeiseen aikaan liittyvät kysymykset (31)
Käytännön asiat (4)	Muut kysymykset (13)
yht. 83	yht. 215
<i>Ahtiainen & Muola 2017</i>	<i>Tuomi & Äimälä 2016</i>



Taulukossa 3 on hieman tarkennettu, mitä kaikkea on kysytty. Molempia aineistoja pitäisi tarkentaa vielä yksityiskohtaisemmaksi, jotta aineistojen nyanssit tulisivat esille, mutta niistä tulisi suhteettoman pitkiä luetteloita. Voidaan kuitenkin todeta, että Tuomi ja Äimälän (201) aineistosta nousi kysymyksiä mm. raskauden mahdollisuudesta ja perhesuunnittelusta kuten Ahtiainen ja Muolan (2017) aineistostakin. Myös 'Raskausajan vaivat ja oireet sekä todetut riskit' ja 'Vuodot, loraukset ja limatulppa' pitivät sisälleen lähes kaiken saman kuin Ahtiainen ja Muolan (2017) raskausaikaan liittyvät kysymykset.

Taulukko 3. Tarkennusta kysytyihin aiheisiin

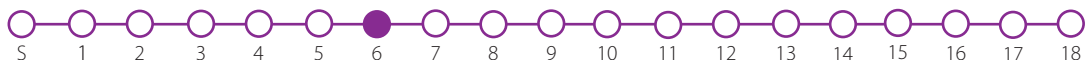
Kysymys/keskusteluaiheet	
Raskauden toteaminen ja perhesuunnittelu (18) Raskauden mahdollisuus Perhesuunnittelu	Raskauteen liittyvät kysymykset (85) Ennen raskautta ja alkuraskaus (23) Normaali neuvolaseurantaan liittyvä valistus (29) Raskausajan vaivat ja oireet sekä todetut riskit (20) Vuodot, loraukset ja limatulppa (8) Vauvan liikkeiden seuranta (5)
Raskausajan fyysiset oireet ja muutokset (19) Alkuraskauden oireet Vuoto raskausaikana Supistukset ja lapsivedenmeno Raskausdiabetes Raskausmyrkytys Vatsan kasvun aiheuttamat oireet	
Raskaudenajan psyykkiset muutokset (3) Negatiiviset tunteet raskausaikana Raskausajan mieliteot	
Raskauteen vaikuttavat tekijät (9) Haitalliset aineet raskausaikana Työ raskausaikana Ravitsemus Perussairaus raskausaikana	
Sikiöön liittyvät kysymykset (10) Sikiön vointiin liittyvät kysymykset Sikiöön kohdistuva fyysikaalinen vaikutus Syntyvän lapsen sukupuoli	



Kysymys/keskusteluaiheet	
Synnytykseen liittyvät kysymykset (7) Aikaisempi synnytys käsittelemättä ja aiheuttaa huolta Synnytyksen sujuminen pelosta huolimatta Synnytyksen kesto Perätilasynnytys Sektio	Synnytykseen liittyvät kysymykset (86) Aikaisempi synnytys on käsittelemättä ja aiheuttaa huolta (14) Tukihenkilö (12) Synnytyshrutiinit/-käytännöt/ -valinnat (29) Raskaudessa ollut ongelmia (riskiraskaus) (8) Synnyttämään lähtö (3) Synnytystila ja lääkkeetön kivunlievitys (20)
Vertaistuki (13)	Synnytyksen jälkeiseen aikaan liittyvät kysymykset (31) Hoitopaikka (12) Imetysasiat (5) Äidin ja lapsen oireet synnytyksen jälkeen (8) Muut kysymykset (6)
Käytännön asiat (4) Lapsiperheen tuet Neuvolassa täytettävät lomakkeet Äitiysvaatteiden hankinta Sairaalasta kotiuttaminen synnytyksen jälkeen	Muut kysymykset (13) Tekee etiikan tehtävää Byrokrania (10) Raskauden keskeytysasiat Toukkapussi
yht. 83	yht. 215
<i>Ahtiainen & Muola 2017</i>	<i>Tuomi & Äimälä 2016</i>

Tuomi ja Äimälän (2016) aineistossa 'Normaaliin neuvolaseurantaan liittyvä valistus' piti sisällään sen, että ammattilaiset ovat ikään kuin luvan antajia. Kysyttiin lupaa lähteä lomalle, matkustaa autolla, syödä tiettyjä ruoka-aineita ym. Ahtiainen ja Muolan (2016) aineistoa sen luonteesta johtuen ei voi tulkita "lupapyynnöiksi", vaan vertaistukikokemuksien hakemiseksi.

Synnytykseen liittyvissä kysymyksissä molemmissa aineistossa nousi esille aikaisempi käsittelemätön synnytyskokemus ja sen aiheuttama huoli. Sairaalakätilöille osoitetuista kysymyksistä johtuen Tuomi ja Äimälän (2016) aineistossa nousi keskeiselle sijalle sairaalan erilaiset mahdollisuu-



det, käytännöt ja rutiinit. Myös synnytyksen jälkeiseen aikaan liittyvät kysymykset koskivat paljolti sairaalan mahdollisuuksia ja rutiineja.

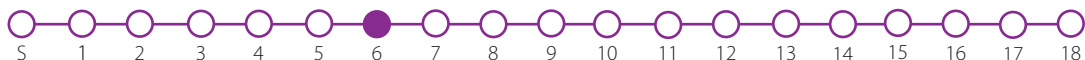
TULOSTEN ARVIOINTI

Yhteenvetona voidaan todeta, että pitkälti samoja asioita kysytään ammattilaisilta ja ”maallikoilta”. Kysymysten luonteessa on kuitenkin selkeä ero. Ammattilaisilta selkeytetään/varmistetaan (?) myös ammattilaisten vastauksia, ja ”maallikoilta” haetaan kokemustietoa. Kysy kättilöltä -palstan pulmana on aihealueiden heterogeenisuus suhteessa kättilön osaamiseen. Toisaalta voidaan sanoa, että yli 90 % kysymyksistä oli kättilön työn ytimessä – raskaus ja synnytys –, mutta kysymysten yksityiskohtien kirjo oli yllättävääkin. Kysymysten kokonaisuuden kannalta oli kiintoisaa, että huomattava osa kysymyksistä oli sellaisia, jotka Äitiysneuvolaoppaan (Klemetti & Hakulinen-Viitanen 2013) mukaan käsitellään äitiysneuvolakäynneillä.

Se, että neuvolakäynti on vasta viikon kuluttua, saattaa olla auttamattomasti liian kaukana, jos yksilön huoli, pelko tai muu voimakas tunne, ajaa hakemaan ongelmaan ratkaisua nopeasti. Tällöin internet on kätevä väline. Sieltä voi löytää vastauksen tai joku ”kuuntelee”. Osin kyse saattaa olla myös malttamattomuudesta. Ei malteta odottaa. Vastauksia pitää joka tapauksessa saada 24/7 ’tässä ja heti’. Malttamattomuus on tämän päivän piirre, jonka muuttaminen ei taida onnistua, joten siihen pitäisi pyrkiä palveluilla vastaamaan

JA TÄSTÄ ETEENPÄIN

Vaikka ViVa-hankkeessa ei haluta aliarvioida kokemuksen merkitystä, eikä väittää, että raskaus tai synnytys sujuisi kirjojen mukaan (Seppänen ym. 2017), hankkeessa haluttiin luoda tiedosto, jossa oli yksittäistä kokemusta yleisempää ja luotettavaa tietoa raskaudesta ja synnytyksestä. Samalla haluttiin vastata esiin tulleeseen tarpeeseen, että raskaana olevat kaipaavat vastauksia jo ennen ensimmäistä neuvolakäyntiä. Tätä silmällä pitäen ViVa-sivuille luotiin ”Raskaustesti +” -tiedosto, joka sisältää vastauksia toistuviin alkuraskaudessa huolettaviin kysymyksiin. Näille ViVan sivuille (viva.tamk.fi) voi ohjata jokaisen, erityisesti hänet, ken kyselee ensimmäistä



neuvola-aikaa. Toisaalta ViVa-hankkeessa aloitettu Kysy kättilöltä -palvelu, johon liittyy myös Chat mahdollisuus, jatkaa toimintaansa Taysin synnytyssivuilla (Kukko ym. 2017a; 2017b).

LÄHTEET

- Ahtiainen, H. & Muola, M.** 2017. "Mietin mistä tämä johtuu??" Internetin keskustelupalstoilla esitetyt kysymykset raskauteen ja synnytykseen liittyen. TAMK, opinnäytetyö (terveydenhoitaja; AMK) www.theseus.fi
- CDC (Centers for Diseases Control and Prevention)** 2006. Recommendations to improve preconception health and health care—United States. MMWR Recommendations and Reports. 2006;55 (RR-06):1–23. Luettu 2.2. 2016.
- Kaljunen, L., Pelkonen, M. & Hakulinen-Viitanen, T.** 2006. Voimavaralomakkeen kehittäminen ensimmäistä lastaan odottavan perheen voimavaraisuuden tukemiseksi. *Hoitotiede* 18 (3), 131–140.
- Kjaergaard, H., Wijmab, K., Dykesc, A-K. & Alehagend, S.** 2008. Fear of childbirth in obstetrically low-risk nulliparous women in Sweden and Denmark. *Journal of Reproductive and infant Psychology* 26 (4), 340–350.
- Klementti, R. & Hakulinen-Viitanen, T.** (toim.) 2013. Äitiysneuvolaopas. Suosituksia äitiysneuvolatoimintaan. Opas 29. Helsinki: THL.
- Kukko, S-K., Anttila, J. & Tuomi, J.** 2017a. Kysy kättilöltä -nettupalvelu. *Kättilölehti* 122 (5), 19–21.
- Kukko, S-K., Anttila, J. & Tuomi, J.** 2017b. Kysy kättilöltä – nettipalvelun kehittäminen, kuvaus ja arviointi. (tässä julkaisussa).
- Rutanen, E-M.** 2000. Raskaudenaikaiset pelot. *Duodecim* 116 (14), 1473–1475.
- Saisto, T., Lindbohm, P., Stenbäck, P. & Toivanen, R.** 2014. Synnytyspelon hoito neuvolassa. *Suomen Lääkärilehti* 69 (16–) 1221–1225.
- Seppänen, S., Äimälä, A-M. & Tuomi, J.** 2017. "Varaudu yllätyksiin" -synnytykseen valmentautuminen. Selvitys yksityisen kättilöpalvelun asiakkaiden synnytyksvalmennuskokemuksista. (tässä julkaisussa).
- Tuomi, J. & Äimälä, A-M.** 2016. Kysy kättilöltä kysyttyä. Selvitys Kysy kättilöltä -internetin käytöstä palvelun ensimmäisten kuukausien aikana. (PowerPoint-esitys) viva.tamk.fi
- Vuokola, T.** 2011. Matkalla äidiksi elämänkulun eri vaiheissa. Ensisynnyttäjän kokemuksia äitiyteen kasvamisesta. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteen yksikkö. Pro gradu -tutkielma.
- Välimaa, M. & Tuomi, J.** 2017. Preconception health and care -käsitteen tarkastelu. Teoksessa J. Tuomi & A-M. Äimälä (toim.) Viisaat valinnan – terveenä raskaaksi, hyvä synnytys. Tampereen ammattikorkeakoulun julkaisuja. Sarja A. Tutkimuksia 21. TAMK, 33–42.

