

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

Huom! Tämä on rinnakkaistalenne.

To cite this Article / Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä:

Palonen, S., Reunamäki, A. & Botha, E. (2023) Traumasensitiivisyyttä kättilötyöhön. Kätilölehti, 128(5), 17-18.

Traumasensitiivisyyttä kätilötyöhön

Traumoja kokeneet voivat tuntea haavoittuvuutta, voimattomuutta ja kontrollinpuutteen tunnetta raskausaikana, synnytyksen yhteydessä ja synnytyksen jälkeisessä hoidossa. Kun kätilö huomioi potilaan aiempia traumoja, vähennetään traumataustaisten henkilöiden uudelleen traumatisoitumista ja edistetään hyvää hoitoa.

Jokainen kärsii psyykkisestä traumasta jossain vaiheessa elämäänsä ja psyykkisellä traumalla on usein pitkäaikaisia vaikutuksia. Ennen synnytystä, synnytyksen aikaisessa ja sen jälkeen tapahtuvassa hoidossa saatetaan joutua rikkomaan naisen kehon ja itsemääräämisen rajoja, mikä saattaa traumatisoida etenkin traumataustaisia synnyttäjiä. Ahdistuksen, masennuksen ja uudelleen traumatisoitumisen riskin pienentämiseksi kätilöt voivat tarjota potilaskeskeistä, traumasensitiivistä hoitoa. Traumatietoiset toimintatavat ja potilaskeskeisyys luovat psykologista turvallisuuden tunnetta ja parantavat hoidon laatua.

Tehokas hoito edellyttää aiempien kokemusten ymmärtämistä

Tutkimusten mukaan traumasensitiivisyys tarkoittaa työskentelytapaa, joka ottaa huomioon ihmisen menneisyyden. Tämä tarkoittaa trauman roolin tunnistamista elämässä sekä traumaoireiden huomioimista hoidossa. Traumasensitiivisyyden avulla voidaan tunnistaa trauman merkit ja ymmärtää trauman mahdollisesti laajakin rooli potilaan elämässä. Traumasensitiivisyys tukee hoidettavan psyykkistä selviytymiskykyä, se kuvaa toimia, joilla voidaan reagoida traumaattisiin tapahtumiin sekä vähentää uudelleen traumatisoitumista. Traumasensitiivisen hoidon pääperiaatteita ovat voimaantumisen, turvallisuuden ja luotettavuuden.

Traumasensitiivisyys kätilötyössä koostuu traumojen tunnistamisesta, potilaskeskeisyydestä ja kätilön taidoista

Kun traumat tunnistetaan esimerkiksi kyselylomakkeiden avulla, voi kätilön olla helpompaa tiedostaa trauman vaikutukset potilaaseen ja huomioida ne kohtaamisessa. On tärkeää muistaa, etteivät kaikki kuitenkaan pysty kertomaan traumaistaan, minkä vuoksi on hyvä huomioida myös sanatonta viestintää ja merkkejä ahdistuneisuudesta.

Potilaskeskeisyys on keskeinen osa traumasensitiivisyyttä kätilötyössä. Synnyttäjän osallistaminen, kehon paljastamisen minimointi, uudelleen traumatisoitumisen välttäminen sekä yksilöllinen hoito ovat tärkeitä kätilön menetelmiä potilaskeskeisessä hoidossa.

Potilaan osallistaminen hoitonsa suunnitteluun on tärkeää, jotta hänellä pysyy hoidon aikana hallinnan tunne ja annettu hoito on mahdollisimman yksilöllistä. Kätilön on tärkeää osata arvioida, onko kyseinen toimenpide potilaan hoidon kannalta tarpeellinen vai ollaanko sitä tekemässä esimerkiksi vain rutiinin vuoksi. Jos hoitotoimenpide on välttämätön hoidon kannalta ja aiheuttaa potilaalle ahdistusta, kätilö voisi mahdollisuuksien mukaan tarjota

erilaisia vaihtoehtoja, joilla tilanteesta voitaisiin tehdä miellyttävämpi. Synnyttäjän voi esimerkiksi antaa hengittää ilokaasua sisätutkimuksen aikana, tutkimisasentoa voi varioida tai potilaan vartaloa voidaan suojata tutkimisen ajan.

Äkilliset muutokset voivat aiheuttaa synnyttäjän luottamuksen menetyksen ja kasvattaa riskiä uudelleen traumatisoitumiseen. Tämän vuoksi on tärkeää antaa tietoa selkeästi ja oikea-aikaisesti, sekä puhua välttämättömistä tutkimuksista, kuten sisätutkimuksista, etukäteen. Potilasta tulee muistuttaa siitä, että hän on tilanteessa hallinnassa ja voi keskeyttää tutkimuksen milloin tahansa.

Tutkimusten mukaan traumasensitiivisyyden yhtenä keskeisenä teemana on kätilön taidot. Traumataustaiset synnyttäjät toivoivat kätilön osoittavan käytöksellään myötätuntoa, kärsivällisyyttä, luotettavuutta, kunnioitusta ja ystävällisyyttä. Lisäksi turvallisuuden tunteen luomista, vaihtoehtojen tarjoamista, kuuntelemista ja hienovaraisuutta puheessa arvostettiin. Sanattomien viestien, katsekontaktin ja kehonkielen huomioiminen nousivat myös tärkeiksi taidoiksi traumasensitiivisyyden toteuttamisessa kätilötyössä.

Tämän opinnäytetyön integratiiviseen kirjallisuuskatsaukseen valikoitui 10 vertaisarvioitua kansainvälistä tutkimusartikkelia ja yksi muu kuin vertaisarvioitu julkaisu. Aineisto analysoitiin temaattisen analyysin avulla ja näiden tulosten pohjalta esitetään kootusti konkreettisia suosituksia kätilön työhön.

Suosituksat traumasensitiiviseen kätilötyöhön:

- Seulo raskaana olevilta PTSD:tä, ACE-kokemuksia, seksuaalisia traumoja, lähisuhdeväkivaltaa sekä yleistä traumahistoriaa kyselylomakkeiden avulla. Seulo synnytyksen jälkeen synnytyksen jälkeistä masennusta sekä seksuaalista hyväksikäyttöä. Toteuta seulontaa rutiininomaisesti ja yksityisessä tilassa. Normalisoi seulontaa potilaille. Mikäli seulonnan yhteydessä ilmenee traumoja, arvioi potilaan turvallisuutta ja tee turvallisuussuunnitelma potilaan kanssa.
- Huomioi potilaasi sanatonta viestintää, trauman merkkejä ja traumoja laukaisevia tekijöitä.
- Osallista potilastasi hoidon suunnitteluun ja toteutukseen.
- Mahdollista potilaalle tukihenkilö tai avustaja.
- Ohjeista lyhyesti ja selkeästi, anna tietoa oikea-aikaisesti, varsinkin suunnitelmien muuttuessa sekä kerro mitä tehdään ja minkä takia. Tuo selkeästi ilmi myös normaalit tutkimustulokset, koska niiden kuuleminen rauhoittaa.
- Keskustele välttämättömistä toimenpiteistä etukäteen potilaasi kanssa mahdollisuuksien mukaan. Arvioi jokaisen toimenpiteen tarpeellisuus erikseen.

- Huomioi potilaasi mahdollisuus päättää hoitavan tahon ominaisuuksista. Huomioi hoitavan tahon pysyvyys sekä hoidon jatkuvuus mahdollisuuksien mukaan.
- Käytä hyväksyvä ja avointa kehonkieltä. Ota katsekontakti potilaaseen, pidä kasvot potilasta kohden ja kädet näkyvillä. Pyri välttämään häiriötekijöitä antaessasi potilaalle huomiota. Vältä oviaukon peittämistä.
- Minimoi ylimääräinen koskettaminen ja muista kysyä aina lupa ennen koskettamista.
- Helpota sisätutkimusta erilaisin keinoin esimerkiksi sallimalla potilaan pitää jalat yhdessä. Ohjeista tutkimusasentoon asettautuminen ennemmin sanallisesti kuin koskettamalla. Pyri sisätutkimuksen aikana paljastamaan potilasta mahdollisimman vähän. Ilokaasua voi hyödyntää tutkimuksen aikana. Vältä ilmaisujen käyttämistä, jotka voivat uudelleen traumatisoida, kuten ”rauhoitu nyt vain”, ”se on kohta ohi” tai ”levitä jalkasi”.
- Muistuta potilasta, että minkä tahansa tutkimuksen voi aina keskeyttää.
- Kiinnitä erityistä huomiota tuen tarpeeseen traumoja kokeneiden kanssa, mutta muista tarjota tukea ja vertaistukea kaikille.

(Ajatuksenamme oli, että yllä olevat suositukset voisivat olla artikkelissa esimerkiksi jonkinlaisen ”muistilapun”, laatikon tai vastaavan sisällä, erillään muusta tekstistä. Suositukset ovat artikkelimme ”kohokohta”.)

Artikkeli pohjautuu Tampereen ammattikorkeakoulussa kuvailevana kirjallisuuskatsauksena toteutettuun opinnäytetyöhön (AMK), jossa kuvataan millaista traumasensitiivisyys on kätilötyössä.

Opinnäytetyö Traumasensitiivisyys kätilötyössä luettavissa kokonaisuudessaan osoitteessa <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2023052413825>

Sofia Palonen ja Anniina Reunamäki ovat kätilöopiskelijoita Tampereen ammattikorkeakoulusta.

Elina Botha on kätilö, TtT ja kätilötyön lehtori Tampereen ammattikorkeakoulussa.