

# KIPUKOIRA TERVEYDEN TUKENA

**Laura Hautsalo**  
**Jukka Juvankoski**  
**Mira Repo**  
**Anuliina Vesanto**  
Diakonia-ammattikorkeakoulu  
Sairaanhoitaja AMK  
Opinnäytetyö, 2024

---

## TIIVISTELMÄ

Laura Hautsalo, Jukka Juvankoski, Mira Repo, Anuliina Vesanto  
Kipukoira terveyden tukena  
Sivut 44 ja liitteet 4  
Kevät 2024  
Diakonia-ammattikorkeakoulu, Helsinki  
Sosiaali- ja terveystalouden ammattikorkeakoulututkinto  
Sairaanhoitaja AMK

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuoda näkyväksi kipukoira-toimintaa Suomessa sekä luoda esite kipukoira-ryhmien kanssa toimimisesta terveydenhuoltoalan ammattilaisille. Esitteen avulla pyrittiin antamaan terveydenhuollon ammattilaisille ymmärrys kipukoira-ryhmien tehtävistä, hyödyistä ja niiden soveltamisesta käytännössä erityisesti kroonisesta kivusta kärsivien potilaiden hoidossa. Paperinen esite palveli työelämätahoa parhaiten, mutta se on saatavilla myös sähköisenä versiona.

Yhteistyökumppanina toimi InnoMediDogs, joka on Suomessa toimiva kipukoira-ryhmä. Yhdistyksen jäsenet ovat terveys-, sosiaali- ja kasvatustalouden ammattilaisia, jotka pyrkivät toiminnallaan edistämään terveyttä ja hyvinvointia hyödyntämällä koiran ja ihmisen välistä vuorovaikutusta.

Opinnäytetyö toteutettiin kehittämispainotteisena opinnäytetyönä ja tiedonkeruumenetelminä käytettiin yksilöhaastatteluja sekä virallista tietokantaa. Haastattelumenetelmänä käytettiin avointa haastattelua. Esitteen visuaaliseen ilmeeseen hyödynnettiin modernia tekoälyä.

Teoriatiedon pohjalta syntyi esite kipukoira-toiminnasta terveydenhuoltoalan ammattilaisille. Esite on kehitetty yhteistyökumppanin tarpeita vastaavaksi ja sen visuaalinen ilme ja sisältö on monivaiheisen suunnittelutyön tulos. Yhteistyökumppanin palaute on ollut positiivista.

Tulevaisuudessa InnoMediDogsin toiminta tuo näkyvämmäksi tämän tärkeän hoitotyön menetelmän, jossa koiran ja potilaan vuorovaikutussuhdetta hyödynnetään kivunhoidossa. Esite tuo tätä toimintaa tutuksi sekä terveydenhuoltoalan ammattihenkilöille että kroonisesta kivusta kärsiville potilaille.

Asiasanat: eläinavusteinen terapia, kivunhoito, krooninen kipu

## ABSTRACT

Laura Hautsalo, Jukka Juvankoski, Mira Repo, Anuliina Vesanto

Pain dog as a support for health

44 p., 4 appendices

Spring 2024

Diaconia University of Applied Sciences

Bachelor`s Degree in Health Care

Registered Nurse

The purpose of the thesis was to highlight the activities of pain dogs in Finland and to create a brochure about the activities of pain dogs for healthcare professionals. The brochure aims to provide healthcare professionals with an understanding of the role, benefits, and practical application of pain dogs, especially in the treatment of patients suffering from chronic pain. The paper brochure serves the needs of the professional environment best, but it is also available as an electronic version. The collaboration partner was InnoMediDogs, a pain dog association operating in Finland.

The members of the association are professionals in the health, social, and educational sectors, who aim to promote health and well-being by utilizing the interaction between dogs and humans.

The thesis was development-oriented, and the data collection methods included individual interviews and searching official databases. An open interview was used as the interview method. Modern artificial intelligence was employed in creating the visual appearance of the brochure.

Based on theoretical knowledge, the brochure on the activities of pain dogs for the healthcare professionals was created. The brochure was developed to meet the needs of the collaboration partner, and its visual appearance and content are the results of a multi-stage design process. The feedback from the collaboration partner has been positive.

In the future, InnoMediDog`s activities will bring visibility to this important nursing method, in which the interaction between the dog and the patient is utilized in pain management. The brochure highlights this activity for healthcare professionals as well as patients suffering from chronic pain.

Keywords: animal-assisted therapy, pain management, chronic pain

JOHDANTO.....	4
2 KÄSITTEET JA TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT.....	5
2.1 Kipu käsitteenä.....	5
2.2 Kipuoireyhtymät.....	5
2.3 Kivun arviointi ja hoito.....	7
2.4 Eläimen fysiologinen vaikutus ja eläinavusteinen hoitotyö.....	7
2.5 Hyötykoirat suomalaisessa yhteiskunnassa.....	8
2.6 Eläinavusteinen toiminta.....	10
3 KIPUKOIRA.....	10
3.1 Mikä kipukoira on?.....	11
3.2 Miten kipukoira aistii ihmisen kivun?.....	11
3.3 Kipukoiran koulutus.....	11
3.4 Koira toimintakyvyn ylläpitäjänä.....	12
3.5 Koiran terveyttä edistävä vaikutus.....	14
3.6 Koirat aistivat ihmisen stressin.....	16
3.7 InnoMediDogs.....	19
4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET.....	20
5 PROSESSIN KUVAUS.....	20
5.1 Alkutilanne.....	20
5.2 Prosessin vaiheet.....	21
5.3 Haastattelu kehittämistyön tutkimusmenetelmänä.....	23
5.4 Haastattelukysymykset.....	24
5.5 InnoMediDogsin fysioterapeutin haastattelu.....	25
6 KIPUKOIRAESITTEEN KUVAUS JA TEKOPROSESSI.....	27
7 EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS.....	30
7.1 Eettisyys.....	30
7.2 Luotettavuus.....	33
8 POHDINTA.....	34

LÄHTEET .....	37
LIITE 1 .....	40
Kipukoiraesite .....	40
LIITE 2 .....	41
Haastattelukysymykset.....	41
LIITE 3 .....	42
Informointilomake .....	42
LIITE 4 .....	44
Suostumuslomake .....	44

## JOHDANTO

Tässä työssä tarkastelemme koiran avustaman terapian käyttöä hoitotyössä erityisesti kipupotilaiden hoidossa. Kipua ilmaisevat koirat voivat toimia tärkeänä resurssina kipupotilaiden hoitotyössä, ja niiden rooli terapeuttisessa ympäristössä voi olla merkittävä. Tutkimme, miten koiran läsnäolo ja sen tarjoama emotionaalinen tuki voivat vaikuttaa potilaiden kipukokemuksiin ja fysioterapian tehokkuuteen. Tavoitteena oli tuoda uutta tietoa koiran avustaman terapian mahdollisuuksista ja haasteista fysioterapeuttisessa kontekstissa. Lisäksi pyrimme tarjoamaan käytännön suosituksia terveysalan ammattilaisille mahdollisuuksista koirien integroimisesta osaksi hoitotyötä. Opinnäytetyö oli kehittämispainotteinen ja sen aiheena oli kipukoira terveyden tukena. Ryhmämme suunnitteli ja toteutti yhdistykselle esitteen, joka avaa koiran käyttöä terveydenhuollon ammattilaisille kipupotilaan näkökulmasta. Esitteessä käsitellään kipukoirien valintaa, koulutusta ja käyttöä terveydenhuollossa sekä tulevaisuuden näkymiä kipukoirien statuksen parantamiseksi. Esite julkaistaan niin painettuna kuin myös tulostettavana pdf-versiona.

Työelämän yhteistyökumppaninamme toimi InnoMediDogs ry, joka on koiraavusteiseen hoito- ja kuntoutustyöhön perehtynyt aatteellinen yhdistys. Aatteellinen yhdistys on vähintään kolmen jäsenen perustama organisaatio, joka rekisteröidään Patentti- ja rekisterihallituksen yhdistysrekisteriin. Sen tavoitteena ei ole jäsenten taloudellinen hyöty vaan aatteen edistäminen. Yhdistyksellä oli kasvava tarve konkreettiselle, laadukkaalle ja ajantasaiselle tietopakettile. InnoMediDogs on koiratyön yhteisö, joka kokeilee, tutkii ja selvittää koiran mahdollisuuksia olla terveyden tukena arjessa. Yhdistyksen jäsenet koostuvat terveydenhuolto-, -sosiaali- ja kasvatusalan ammattilaisista, ja yhdistyksen tavoite on hyvinvoinnin edistäminen tukemalla koiran ja ihmisen vuorovaikutusta, InnoMediDogs on perustettu selvittämään millä eri tavoin koiran aisteja voi käyttää palvelemaan terveys-, -sosiaali- ja hoitotyön tukena.

## 2 KÄSITTEET JA TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT

### 2.1 Kipu käsitteenä

Kipua kuvaillaan epämiellyttäväksi kokemukseksi, joka liittyy kudonvaurioon tai sen uhkaan tai jota kuvataan kudonvaurion käsittein (Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecim, Suomen anestesiologiyhdistyksen ja Suomen yleislääketieteen yhdistyksen asettama työryhmä, 2017).

Kipua on erityyppistä ja se on subjektiivinen kokemus, jolloin jokainen ihminen kokee sen yksilöllisesti.

Kipu määritellään krooniseksi, kun se on kestänyt yli 3 kuukautta tai ylittänyt kudonvaurion normaalin paranemisajan. Krooninen kipu määritellään useaan eri tyyppiin, joista muutamia ovat mm. Puhtaasti kudonvauriosta johtuva kipu (nositio = aistimus kudonvauriosta), iskeeminen kipu, tulehduskipu, perifeerinen hermovaurio ja diabeettinen neuropatia, jotka molemmat luetaan neuropaattiseksi kivuksi. Aavesärky, MS-taudin aiheuttamat neuropaattiset kivut ja aivoverenkiertohäiriöiden jälkeiset, toispuoleiset kivut. Krooniseen kipuun liittyy usein masennusta, kärsimystä ja hätää ja se voi heikentää elämänlaatua merkittävästi. Potilaan psykososiaalinen tilanne huomioidaan hoidossa ja kuntoutuksessa. (Duodecim, 2010.)

### 2.2 Kipuoireyhtymät

Kerromme lyhyesti kahdesta kipuoireyhtymästä, joiden hoitoon yhteistyökumppanimme käyttää kipukoiria. Nämä ovat haastattelujen perusteella kaksi yleisintä oireyhtymää, joiden hoitoon potilaat käyttävät kipukoiria.

CRPS-kipuoireyhtymällä tarkoitetaan paikallista (usein ylä- tai- alaraajan) kiputilaa, joka syntyy kivuliaan tapaturman esim. murtuman tai voimakkaan rasituksen jälkeen. Kivut ovat suhteettoman kovat ja monimuotoiset laukaisevan tapahtuman seurauksiksi, kestävät odotettua pidempään ja voivat aiheuttaa monenlaista

haittaa. Oireilevan raajan käyttö voi olla vaikeasti rajoittunutta kivun, voimattomuuden ja kömpelyyden takia.

CRPS:n oireiksi kuvataan mm. vaikea polttava kipua, patologisia muutoksia luun ja ihon pinnalla, kudoksen turvotus ja punoitus, raajan virheasento ja kuumotus (suomencrps, i.a.).

CRPS jaetaan kahteen eri tyyppiin; CRPS tyyppi I on monimuotoinen paikallinen kipuoireyhtymä, jossa hermovauriota ei voida osoittaa ja tyyppi II, jossa hermovaurio voidaan osoittaa. CRPS vaikuttaa elämänlaatuun merkittävän negatiivisesti. Usein sen hoito koostuu lääkäriin/sairaanhoitajan/psykologin ja fysioterapeutin moniammatillisesta työstä. (Duodecim, 2016.)

Ehlers-Danlosin oireyhtymä eli EDS on joukko perinnöllisiä monimuotoisia tukikudoksen sairauksia, joille on ominaista sidekudoksen rakennevika ja hauraus eri kudoksissa. Tämä ilmenee mm. nivelten löysyytenä, ns. yliliikkuvuutena tai helppoina sijoiltaan menoina sekä ihon lisääntyneenä elastisuutena, venymisenä. Tätä ominaisuutta voidaan arvioida ja käyttää näiden sairauksien yhtenä luokittelukriteerinä.

EDS luokitellaan oireiden perusteella kuuteen päätyyppiin. Kolme yleisintä EDS:n muotoa ovat hypermobiili, klassinen ja vaskulaarinen muoto.

Hypermobiili muoto on näistä yleisin ja sen pääoireena on erittäin yliliikkuvat nivelet. Suomessa on useita satoja hypermobiilia EDS:ää sairastavia potilaita, heidän sairauskohtainen vaikeusasteensa vaihtelee. Nivelkivut ovat yleisiä ja usein myös voimakkaita, kipuoireet ovat lihaksissa ja pehmytkudoksissa laaja-alaisia.

Klassisessa muodossa korostuu hypermobiiliin muotoon verrattuna hyvin elastinen, joustava samettinen iho. Siihen tulee helposti mustelmia ja ruhjeita, jotka paranevat hitaasti, myös arpikudosta voi muodostua. Kudosten venymisestä ja hauraudesta kertovat erilaiset kudosten repeämät ja tyrät, jotka kaikki osaltaan heikentävät elämänlaatua.

Vaskulaarinen eli verisuoniperäinen muoto on vakavin näistä kolmesta yleisimmistä muodosta, joskin myös harvinaisempi kuin kaksi edeltävää.

Tähän tautimuotoon liittyy verisuoni- ja kudosten repeämiä, joita ei tavallisesti ole muissa EDS-muodoissa.

Verisuonikomplikaatioita tavataan etenkin suurissa ja keskisuurissa valtimoissa esim. nikama- ja kaulavaltimoiden seinämien repeämiä. Lisäksi potilaalla voi esiintyä jänne- ja lihasrevähdyksiä sekä nivelten löysyyttä ja sijoiltaan menoa. (Reumaliitto, 2023.)

### 2.3 Kivun arviointi ja hoito

Kivun arvioinnin lähtökohta on potilaan oma arvio kivustaan.

Kipupotilas haastatellaan ja tutkitaan huolellisesti, ja hänen kipunsa ja toimintakykynsä arvioidaan ja kirjataan jokaisella kivun vuoksi tapahtuneella vastaanotokäynnillä.

Kivun voimakkuus voidaan arvioida esimerkiksi jollakin yleisesti käytetyllä mittarilla, kuten kipujanalla esim. VAS, numeerisella asteikolla 0–10 esim. NRS, sanallisella arviolla esim. VRS tai kasvokuvilla.

Lisäksi arvioidaan sensoriset, motoriset ja muut oireet.

Potilaan kivun synnyn, kokemisen tai sen hoidon kannalta merkittävien sairauksien ja lääkitysten kartoittaminen on tärkeää.

Syyn mukainen kivunhoito toteutetaan viipymättä.

Pitkäkestoista kipua ei yleensä pystytä kokonaan poistamaan, mutta sitä voidaan lievittää ja potilaan selviytymistä tukea. Pitkäkestoisen kivun hoidossa ja kuntoutuksessa moniammatillinen lähestymistapa on tarpeen.

Lääkkeettömät hoidot ovat kivun hoidon perusta.

Lääkkeettömään hoitoon liitetään tarvittaessa lääkkeellinen hoito ja nämä usein tukevat toisiaan. (Haanpää, 2010.)

### 2.4 Eläimen fysiologinen vaikutus ja eläinavusteinen hoitotyö

Ei ole selvää näkemystä sille, miksi eläimet edistävät ihmisen hyvinvointia, mutta niitä on käytetty edistämään ihmisen hyvinvointia jo vuosikausia. Eläimen läsnäoloa on hyödynnetty mm. erilaisissa terapiatoiminnoissa, ja kuntoutumisessa ja onhan ihminen pitänyt lemmikkiä kotona vuosikymmeniä.

Viitaten Heimo Langinvainion Kennelliitolle tekemään tutkimukseen (2015), lemmikkien pito oli laajalle levinnyt ilmiö antiikin Roomassa ja Kreikassa Vanhin löydetty koiran hauta on peräisin neljänneltä vuosisadalta eKr. Koiraan liitettyjä mainesanoja olivat kauneus, nokkeluus, älykkyys, iloisuus ja uskollisuus.

Yleisin tunne joka hautakirjoituksista käy ilmi, oli keskinäinen kiintymys. Se ei siis ole ainoastaan nykyajalle ominainen piirre.

Yleisin syy lemmikin pitämiseen on kumppanuus ja monen omistajan mielestä on kyse jakamisesta, jossa toinen osapuoli eli eläin nähdään kumppanina.

Voimakkaita kiintymyksen tunteita ovat raportoineet sekä aikuiset että lapset.

Näyttöä on myös siitä, että lemmikkiin kohdistunut rakkaus muistuttaa ihmisten välistä kiintymystä. (Langinvainio, 2015; Hart, 1995.)

Tutkimuksissa on todettu, että eläinten tarkkailu ja niiden kuvien katseleminen tuottaa välittömän helpotuksen stressin aiheuttamiin fysiologisiin reaktioihin (Langinvainio 2015, Katcher et al, 1983).

Stressin helpottumisen lisäksi lemmikin katsominen voi vähentää myös kipua. Vielä tehokkaammin kipua lievittää lemmikin silittely.

Viitaten lääkäri ja kipututkija Helena Mirandan (2018) eläimen koskettaminen ja tai sen lähellä oleminen edistää ihmisen oksitosiinin, eli ns. onnellisuushormonin eritystä. Hänen mukaansa amerikkalaisella kipuklinikalla tehdyn tutkimuksen mukaan joukko kipuklinikan potilaita oli odotellessaan pääsyä lääkärille, silitelleet tai rapsutelleet terapiakoiraa 10-15min ajan. Vertailuryhmän potilaat taas eivät olleet silittäneet koiria. Tutkimus osoitti, että heillä, jotka olivat silittäneet koiraa ennen vastaanottoa, oli vähemmän kipuja, kuin heillä jotka eivät olleet.

## 2.5 Hyötykoirat suomalaisessa yhteiskunnassa

Erikoiskoulutettu henkilökohtainen hyötykoira huolehtii omalta osaltaan omistajansa terveydestä ja hyvinvoinnista. Opaskoiran tehtävä on auttaa näkövammaista liikkumaan ilman ulkopuolista apua, avustajakoira auttaa fyysisesti toimintarajoitteista ja kuulokoira kuulorajoitteista. Nämä koirat pääsevät seuraamaan

omistajaansa myös muuten koirilta kiellettyihin paikkoihin (Kinnunen & Nikkari, 2017).

Koirien erinomaista hajuaistia käytetään apuna ihmisten sairauksien ehkäisyssä ja terveyden ylläpitämisessä. Diabeetikon hypokoira pystyy erottamaan veren glukoosipitoisuuden vaihtelut ihmisen hengityksen tai ihon tuoksun perusteella. Syöpäkoira näyttää kykenevän erottamaan syöpäpositiiviset näytteet negatiivisista jo hyvin aikaisessa vaiheessa. Suomessa aloitettiin aiheesta monitieteinen tutkimus vuonna 2015. Homekoiran hajuaistia puolestaan käytetään homevaurioiden löytämiseen rakenteista niitä rikkomatta. Myös monien virkakoirien tehtävät perustuvat niiden hajuaistin käyttöön. Poliisin monitoimikoirat partioivat, jäljestävät ja etsivät henkilöitä. Erityistehtäviin koulutettuja poliisikoiria käytetään esimerkiksi huumeiden, räjähteiden tai huumeiden etsimiseen. Tullikoirat etsivät näiden lisäksi myös piilotettuja savukkeita ja rahaa. Rajavartiostolla on rajakoiria, jotka paikantavat ihmisiä ja huumeita maastosta. Sotakoirat toimivat puolustusvoimien palveluksessa sotilaspoliisien partio- ja räjähdekoirina. Rikosseuraamusvirastolla on vankilakoiria huumeiden etsintään. (Kinnunen & Nikkari, 2017.)

Koiran ja ihmisen välistä erityislaatuista suhdetta ja kommunikointia käytetään hyväksi monenlaisissa eläinavusteisissa toiminnoissa ja terapioissa. Koira onkin yleisimmin käytetty terapiaeläin. Sen läsnäoloa käyttävät apuna omassa työssään kasvatusta-, sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaiset. Terapiakoirat ovat joko työntekijöiden tai heidän työparinaan toimivan koira-alan osaajan omia. Tehtävässä toimivat koirat on todettu siihen soveltuviksi, koulutettu ja useimmiten myös testattu. Nämä koirat työskentelevät kouluissa, päiväkodeissa, vanhainkodeissa, kuntoutuskeskuksissa ja sairaaloissa. Kouluissa koiran läsnäolosta on hyötyä kaikille oppilaille, mutta erityisesti heille, joilla on haasteita aktiivisuuden ja keskittymisen kanssa. Lapsi, joka ei pysy paikoillaan paria sekuntia pidempään rauhoittuu koiran läsnä ollessa jopa viideksi minuutiksi. (Kinnunen & Nikkari, 2017.)

Koiria hyödynnetään yhä monipuolisemmin myös vapaaehtoistoiminnassa. Tällöin koirat vierailevat esimerkiksi laitoksissa, kouluissa, kerhoissa sekä lukukoirina kirjastoissa. Lukemaan opettelevan tai lukihäiriöstä kärsivän lapsen on helppo lukea lukukoiralle. Koira kiinnittää huomionsa lukijaan, mutta ei etsi virheitä eikä arvostele kuulemaansa. Myös lukijan keskittymiskyky paranee

lukukoiran avulla. Koiravierailutoiminta aloitettiin Suomessa 1990-luvulla, nykyään sitä järjestävät muun muassa Kennelliiton kaverikoirat sekä Suomen Karva-Kaverit. (Kinnunen & Nikkari, 2017.)

## 2.6 Eläinavusteinen toiminta

Eläinavusteinen toiminta, kuten kaverikoiratoiminta ja koira-avusteinen terapia, tarjoavat monipuolisia mahdollisuuksia erilaisiin terapeuttisiin tarkoituksiin. Kaverikoiratoiminnassa koiran läsnäolo ja positiivinen vuorovaikutus voivat tuoda iloa ja piristystä ihmisten arkeen erilaisissa ympäristöissä, kuten vanhainkodeissa, kouluissa tai sairaaloissa. Tämä voi auttaa esimerkiksi lievittämään yksinäisyyttä tai stressiä.

Toisaalta koira-avusteisessa terapiassa koiran rooli on aktiivisempi ja suunnitelmallisempi, ja se toimii yhteistyössä ammattilaisen kanssa tavoitteellisesti asiakkaan hyvinvoinnin edistämiseksi. Terapiassa voidaan hyödyntää monenlaisia harjoituksia ja interventioita, jotka voivat parantaa esimerkiksi fyysistä kuntoa, sosiaalisia taitoja tai mielialaa. Eläimen läsnäolo voi myös auttaa rentoutumaan ja vähentämään stressiä, mikä voi olla hyödyllistä erityisesti esimerkiksi psykoterapiassa.

Eläinavusteisen toiminnan ja terapian tehokkuutta ja vaikutuksia on tutkittu monipuolisesti eri terapiamuodoissa, ja tulokset ovat olleet lupaavia. Erityisesti hoitosuhteen ja vuorovaikutuksen tehostuminen sekä asiakkaiden motivaation ja sitoutumisen lisääntyminen ovat näyttäneet olevan keskeisiä vaikutuksia. Tämä voi johtua esimerkiksi siitä, että eläin tuo tilanteeseen välittömyyttä ja luottamusta, mikä voi helpottaa terapiaprosessia.

Vaikuttavuuden arvioinnissa on tärkeää käyttää monipuolisia menetelmiä sekä seurata sekä laadullista että määrällistä tietoa toimintakyvyn ja elämänlaadun muutoksista. Tämä auttaa ymmärtämään paremmin eläinavusteisen toiminnan ja terapian merkitystä ja vaikutuksia asiakkaiden hyvinvointiin. (Vehmasto & Lippinen, 2021.)

### 3.1 Mikä kipukoira on?

Kipukoira on koira, joka on opetettu ilmoittamaan omistajansa pian alkavasta kipukohtauksesta. Koira voidaan kouluttaa ilmaisemaan kohtauksittain alkavia kipuja kuten migreeniä, lihaskipuja eli spasmeja, neuropaattisia kipuja, fatiikkiin eli uupumukseen liittyviä kipuja sekä CRPS:n eli kroonisen kipuoireyhtymän kipukohtauksia. (Vainuvoima, i.a)

Kovin energistä kipukoira ei voi laittaa todella rauhalliselle ihmiselle ja toisin päin. Temperamenttien ja energioiden tulee kohdata ja koiran sekä omistajan pitää tykätä toisistaan. Koulutetun kipukoiran työ eroaa muiden palveluskoirien työstä siinä, että niille on opetettu kivun haju. Samoin toimivat migreeni- ja hypokoirat, jotka ilmaisevat matalan verensokerin. Näille koirille niille opetettu haju on kaikista vahvin vihje. Ne osaavat toimia myös ilman sanallista vihjettä. Tärkeintä on, että ihminen osaa tulkita, mitä koira sille viestittää. (Turunen, 2024.)

### 3.2 Miten kipukoira aistii ihmisen kivun?

Kehomme kohtaa useita molekyyli-tason muutoksia, kun tunnemme kipua. Nämä muutokset johtuvat eri ärsykkeistä ja niitä säätelevät monenlaiset kipuvälittäjäaineet. Kipua tunnettaessa, proteiinit, hormonit, solut ja niiden komponentit osallistuvat aktiivisesti prosessiin, ja näiden merkkiaineiden läsnäoloa voidaan selvittää tutkimalla veri-, virtsa-, hiki- ja sylkinäytteitä. On havaittu, että kipua aistivat koirat osoittavat erityistä kiinnostusta ihmisen suualueeseen, mikä viittaa siihen, että ne kykenevät aistimaan tietyt muutokset merkkiaineissa, jotka voivat olla peräisin hengitysilmosta tai syljestä. Koirat saattavat haistaa suun alueelta aineita kuten kortisolia, tai serotoniinia, mutta myös muita aineita voi kerääntyä tähän alueeseen esimerkiksi kehon hajoamistuotteiden eliminointiprosessin seurauksena. (Borgström ym., 2023, s.6–11.)

### 3.3 Kipukoiran koulutus

On olennaista valita koulutettava koira huolellisesti kunkin asiakkaan tarpeiden mukaan. Koiran koulutus räätälöidään yksilöllisesti, ottaen huomioon sekä koiran

ominaisuudet että käyttäjän erityisvaatimukset, jotta koiran tehtävät voidaan muokata vastaamaan kunkin asiakkaan yksilöllisiä tarpeita. Koulutusmenetelmät vaihtelevat hajutunnistuksesta käytännönläheisiin harjoituksiin. Esimerkiksi migreenitutkimukset ovat osoittaneet, että koirat voivat spontaanisti ilmoittaa omistajalleen kivusta käyttäytymällä levottomasti, seuraamalla omistajaa tiiviisti, tuijottamalla, yrittämällä päästä syliin, nuolemalla, tai jopa estämällä omistajaa poistumasta kodista. Koulutuksen aikana koirille opetetaan erityisiä tapoja ilmaista tuleva kipukohtausta, jotka on suunniteltu yksilöllisesti ja jotka eroavat koiran normaalista käytöksestä. Tämä mahdollistaa koiran ilmaisun helpon tunnistamisen. Koulutusprosessissa korostetaan myös ilmaisutavan fyysistä turvallisuutta sekä koiralle että käyttäjälle, samalla kun arvioidaan muiden avustustehtävien hyödyllisyyttä kyseiselle käyttäjälle. (Borgström ym., 2023, s.6–11.)

Alkuvaiheessa kipukoiran saatuaan omistaja saattaa ensin tietämättömyyttään ohittaa koiran tekemän kivun ilmaisun tai merkkauksen. Ensimmäinen he saattavat paljasta koiran kivun osoittamisesta, mutta lopulta eivät kuitenkaan tee asialle mitään. Tästä voi seurata, ettei omistajan ja koiran suhde pääse heti syvenemään. Tämä on kuitenkin aina saatu korjattua ja toimimaan. Koiran ilmoittamaa asiaa ei saa sivuuttaa nenätyötä tehtäessä. (Turunen, 2024.)

### 3.4 Koira toimintakyvyn ylläpitäjänä

Koira-avusteinen-fysioterapia tukee ikäihmisten toimintakykyä -artikkeli, kertoo opinnäytetyöstä, joka tutki kuntoutujien kokemuksia koira-avusteisesta fysioterapiasta. Haastattelututkimukseen osallistui kuusi vapaaehtoista sattumanvaraisesti valittua Oulun kaupungin Hirosenkodin asukasta. Nuorin osallistujista oli 72- ja vanhin 82-vuotias.

Jokainen heistä koki koira-avusteisen fysioterapian positiiviseksi kokemukseksi, jota kuvattiin muun muassa mielenkiintoiseksi, mukavaksi, motivoivaksi ja mielekkääksi. Koiran läsnäolo toi kuntoutukseen hyvää mieltä ja iloa. Haastattelussa kerrottiin etenkin koiran läsnäolon ja sen kanssa yhdessä tekemisen olevan motivoivaa. Lähes kaikki tutkimukseen osallistuneet kuvailivat harjoittelun

tapahtuneen huomaamatta, eikä terapeutin erillistä motivointia ja perusteluita harjoitukselle tarvittu. (Mämmelä ym., 2019, s.106–107.)

Eläinavusteinen toiminta ja eläinavusteinen terapia ovat omia termejään, jotka eroavat jonkin verran toisistaan. Eläinavusteinen toiminta tarkoittaa kaverikoira-toimintaa, jolloin koiran kanssa käydään vierailmassa ihmisten luona vanhainkodeissa, kouluissa ja sairaaloissa tai kirjastoissa tapahtuvaa lukukoiratoimintaa. Eläinavusteisesta terapiasta puolestaan on kyse silloin, koira toimii työparina kasvatusta-, kuntoutus- tai sosiaalialan ammattilaiselle. Tällöin toiminnalle on laadittu selkeät tavoitteet, joiden toteutumista seurataan. Koira-avusteinen terapia aloitetaan aina alkukartoituksella, jossa voidaan hyödyntää asiakkaan lisäksi omaisten antamia tietoja. Koira-avusteinen terapia perustuu aina alkukartoitukseen, jossa voidaan asiakkaan lisäksi hyödyntää läheisiltä saatuja tietoja. Terapiamenetelmän tulee olla tavoitetta tukeva ja tarkoituksenmukainen. Koira-avusteisessa toiminnassa on aina tavoitteina asiakkaan yksilöllisyyden, osallisuuden ja vahvuuksien tukeminen sekä luottamuksen lisääntyminen. Pelkkä koiran silittäminenkin voi olla terapeutista, jos sillä saadaan asiakkaan ajatukset pois kivusta ja pystytään näin lievittämään kipua. Fysioterapiassa koira toimii ensisijaisesti työvälineenä. Sitä voidaan hyödyntää monella tavalla toiminnallisissa harjoituksissa. (Klemi, 2023.)

Seisontaharjoituksissa tasapainoa saadaan haastettua heittämällä palloa koiralle, joka sitten palauttaa sen heittäjälle. Koiran ja kuntoutujan kykyjä voidaan haastaa älyllisesti ja fyysisesti tekemällä erilaisia temppuja koiran kanssa. Koiran mukanaolo voi tuoda harjoitteiden tekemiseen paljon hyviä tunnekokemuksia, lisätä asiakkaan motivaatiota sekä sitoutumista kuntoutukseen. Koira voi tuoda harjoitteiden tekemiseen paljon hyviä tunnekokemuksia, lisätä asiakkaan motivaatiota sekä sitoutumista kuntoutukseen. Koiran kanssa harjoitteiden tekeminen ei tunnu suorittamiselta, vaan mukavalta vuorovaikutukselta. (Klemi, 2023.)

Eläinavusteisuudesta on saatu lupaavia tuloksia myös psykoterapeuttisessa, neurologisessa ja sosiaalisessa kuntoutuksessa. Näissäkin terapeutti yhdistää ammattitaitonsa eläinavusteisen menetelmän kanssa. Terapiaeläimen läsnäolo interventiossa voi aktivoida oksitosiinin tuotantoa ja vähentää stressiä.

Kuntoutuja saa välittömän palautteen eläimeltä, joka on myös aktiivisena toimijana interventiossa. Kuntoutuksen vaikuttavuutta elämänlaatuun ja toimintakykyyn seurataan laadullisen ja määrällisen tiedon perusteella. Tarve vaikuttavuuden todentamismenetelmien kehittämiseen sekä tieteellisen vaikuttavuustutkimukseen on ilmeinen. (Klemi, 2023.)

### 3.5 Koiran terveyttä edistävä vaikutus

Australialaiset tutkijat Jacqueline Perkins, Jacquie Rand, Helen Bartlett ja Catherine Travers (2008) kertovat tutkimuksessaan koirien vaikutuksesta laitoshoidossa asuvien muistisairaiden kanssa. Virallisia tutkimustuloksia ei vielä osata sanoa mutta tämän tutkimuksen perusteella voitiin todeta, että muistisairaiden sosiaalinen kanssakäyminen lisääntyi ja käytöshäiriöt vähentyivät, kun koiria käytettiin apuna (Perkins ym., 2008).

Hollannissa on tutkittu eläinavusteisen terapian vaikutusta autismikirjon häiriöiden kanssa elävien aikuisten stressiin, masennuksen ja ahdistuksen tunteisiin sekä sosiaaliseen kommunikointiin. Tässä valitussa artikkelissa tarkasteltiin erityisesti terapian soveltuvuutta laajempaan käyttöön kliinisessä työssä. Vaikutustutkimuksen rinnalla tehtiin myös prosessiarviointi, jonka tavoitteena oli saada tietoa tutkimuksen laadusta, intervention eli terapian merkityksestä ja käytettävyydestä, sekä mitä esteitä tai edistäjiä terapian implementoinnille on. (Wijker, Leontjevas, Spek, & Enders-Slegers, 2019.)

Artikkelissa on kuvattu tutkimusmenetelmää kattavasti, sekä osallistujien valitsemisprosessia. Tutkimukseen valittiin 53 osallistujaa, jotka täyttivät kriteerit, heistä 27 osallistujaa valittiin satunnaistettuun interventioryhmään ja he osallistuivat 10 viikkoa kestävään eläinavusteiseen terapiaan. Osallistujien rekrytointi on kuvattu olleen haastavaa. Terapeutteja oli kolme, heidän valinnalleen oli kriteerit. Terapiaeläimet olivat koiria, yhteensä 13 kappaletta. Tutkimusmenetelminä käytettiin kyselylomakkeita, puolistrukturoituja haastatteluja ja hoitoraportteja. Kyselylomakkeissa oli kysymyksiä, joissa käytettiin viisiportaista asteikkoa 1–5, sekä

avoimia kysymyksiä. Terapeuteille ja osallistujille oli omat lomakkeensa. (Wijker ym., 2019.)

Tutkimuksen tulokset osoittivat, että sekä osallistujat että terapeutit arvostivat eläinavusteista terapiaohjelmaa tyydyttävänä, toteutuskelpoisena ja merkityksellisenä aikuisille autismikirjon henkilöille. Positiivisen arvioinnin perusteluina mainittiin, että eläinavusteinen terapia auttoi parantamaan itsetuntemusta, toi iloa, rentoutumista ja fyysistä kontaktia terapiakoirien kanssa. Mahdollisia esteitä terapian toteuttamiselle nimettiin osallistujien asenteet yleisesti terapiaa kohtaan, osallistujien kontekstuaaliset tekijät heidän elämässään esimerkiksi stressaavat elämäntilanteet, sekä ongelmat opittujen käyttäytymistaitojen yleistämisessä. Myös sopivien terapiatilojen, -koirien ja terapeuttien puute saattaa aiheuttaa ongelmia terapiaprotokollan implementointiin. (Wijker ym., 2019.)

Tutkimuksessa naissukupuolen edustajat ja koiranomistajat olivat yliedustettuina, mikä vaikuttaa tulosten yleistämiseen ja siirrettävyyteen. Kuitenkin ottaen huomioon terapian vaikutukset ja terapian myönteisen arvioinnin osallistujien ja terapeuttien keskuudessa, eläinavusteista terapiaa voidaan pitää arvokkaana lisänä hoitomahdollisuuksiin stressin vähentämiseksi ja sosiaalisen kommunikation parantamiseksi aikuisilla, joilla on autismikirjon häiriö. (Wijker ym., 2019.)

Tutkimuksessa "Impact of an animal-assisted therapy programme on physiological and psychosocial variables of paediatric oncology patients" Osório ja Silva (2018) tarkastelivat eläinavusteisen terapian vaikutusta lapsisyöpäpotilaiden psykologisiin, fysiologisiin ja elämänlaadun mittareihin.

Tutkimuksen otos koostui 24 lapsesta, jotka olivat saaneet leukemian tai kiinteiden kasvainten diagnoosin, he olivat avohoidon potilaina lasten syöpäsairaalassa. Heidän keski-ikänsä oli 8 vuotta ja 58 % oli tyttöjä. Osallistujien valinta sisäänotto – ja poissulkukriteereineen on kuvattu artikkelissa. Osallistumisen poissulkevia tekijöitä olivat muun muassa vakavat mielenterveyden ongelmat, kyvyttömyys vastata käytettyjen mittareiden kysymyksiin, allergia eläimille ja tietyt terveydelliset rajoitteet kuten leikkaushaavat, tulehdustilat tai vakavat infektiot. Tutkimuksessa arvioitiin sellaisia muuttujia kuin stressi, kipu, mieliala, ahdistus, masennus, elämänlaatu, syke ja verenpaine (Osório & Silva, 2020, s. 3).

Lapset osallistuivat eläinavusteiseen terapiaohjelmaan, joka sisälsi kolme 30 minuutin istuntoa avoimessa maksimissaan seitsemän hengen ryhmässä. Terapiassa käytettiin kahta koirarotua, joista toinen oli labradorinnoutaja ja toinen kultaennoutaja. Koirien valinnan sekä terapeuttien valinnan kriteerit on esitelty artikkelissa. Istunnoissa toteutettiin esimerkiksi aistien stimulointia, kävelyharjoittelua ja sosiaalistumista. Tutkimuksessa käytettiin kvaasikokeellista lähestymistapaa. Artikkelissa on kuvattu tutkimusmetodi sekä tutkimuksen rajoitteet, joita olivat esimerkiksi kontrolliryhmän puute sekä suhteellisen pieni otoskoko. Tutkimuksen valintakriteerit sekä hoitoprotokollat olivat riittävät ja tehokkaat syöpäpotilaiden kontekstissa (Osório & Silva, 2020, s. 5).

Tutkimuksen tulosten mukaan havaittiin kivun, ärtyneisyyden ja stressin vähenyneen. Masennusoireiden eivät parantuneet tilastollisesti merkittävästi. Lasten huoltajien osalta havaittiin parannuksia ahdistuksen kokemuksiin, mielen sekaannuksen ja jännityksen suhteen. Tutkimuksen tuloksena todettiin, että eläinavusteinen terapiaohjelma on tehokas avohoidossa oleville lapsille, huomioiden tutkimuksen rajoitteet (Osório & Silva, 2020, s. 7).

### 3.6 Koirat aistivat ihmisen stressin

Plos one (28.9.2022), on julkaissut sivuillaan artikkelin brittitutkimuksesta ”Dogs can discriminate between human baseline and psychological stress condition odours”. Artikkelissa keskitytään koirien kykyyn havaita ihmisten psykologisia tiloja hajuaistin avulla. Koirat voivat aistia ihmisen stressiä ja muutoksia fysiologiassa hajun avulla, mikä viittaa siihen, että hajumerkit voivat liittyä ihmisen emotionaalisiin ja psykologisiin tiloihin, kuten stressiin. Aiemmat tutkimukset ovat osoittaneet, että koirat voivat reagoida omistajiensa stressiin, mutta tarkkoja mekanismeja ei ole vielä tutkittu. (Wilson ym., 2022.)

Artikkelissa kerrotaan, että tutkimus osoitti koirien reagoivan eri tavoin hajun perusteella ihmisen ”positiivisiin” tai ”negatiivisiin” emotionaalisiin tiloihin. Tulokset viittaavat siihen, että koirat voivat havaita ihmisen psykologisia tiloja, pääasiassa

hajumerkkien perusteella. Tämä herättää kysymyksen siitä, pystyvätkö koirat erottamaan erilaisia ihmisen hajunäytteitä, jotka liittyvät erilaisiin psykologisiin tiloihin. (Wilson ym., 2022.)

Tutkimuksessa pyrittiin selvittämään, voivatko koulutetut koirat erottaa hengityksen ja hien yhdistettyjä näytteitä ihmisiltä, jotka ovat lähtötilanteessa tai kokevat kokeellisesti aiheutettua stressiä. Tarkoituksena oli selvittää, voiko koirien koulutettu kyky erottaa nämä näytteet ja tarjota lisätietoa siitä, että stressaantuneen ihmisen kehossa vapautuu hajumolekyylejä, jotka koirat voivat havaita. Tutkimuksessa käytettiin myös fysiologisia mittareita, kuten sykettä ja verenpainetta, varmistaakseen, että näytteet kerätään stressitilassa olevilta henkilöiltä. (Wilson ym., 2022.)

Tämä artikkeli pyrki syventämään ymmärrystämme koirien kyvystä havaita ihmisen psykologisia tiloja ja tarjoamaan uutta tietoa siitä, miten hajuaistin avulla voidaan tunnistaa ihmisen stressiä. Tutkimuksessa kerättiin ihmisten hengitysnäytteitä stressin tutkimiseksi. Koulutusvaiheessa kerättiin näytteitä tutkijoilta ja muilta, kun taas testausnäytteitä kerättiin osallistujilta, jotka rekrytoitiin sosiaalisen median ja yliopiston kautta. Osallistujilta vaadittiin, että he olivat tupakoimattomia ja he eivät olleet juoneet tai syöneet tuntiin ennen näytteiden ottamista. Tutkimuksessa oli kaksi protokollaa: etäprotokolla ja henkilökohtainen protokolla. Etäprotokollassa osallistujat keräsivät näytteensä kotonaan online-kokousohjelman avulla, kun taas henkilökohtainen protokolla tapahtui kampuksella, ja siihen sisältyi myös fysiologisten mittauksien suorittaminen. (Wilson ym., 2022.)

Tutkimuksessa käytettiin operanttia ehdollistamista, eli syy-seuraussuhteen oppimista ja positiivista vahvistusta kouluttaessa koiria hengitys- ja hikinäytteiden erotteluun. Koiria koulutettiin antamaan indikaatiokäyttäytymistä, kuten nenän pito-osoitus, kun ne tunnistivat halutun hajun. Koulutusvaiheessa käytettiin erityyppisiä vahvistimia, kuten ruokapalkkioita, ja koirat edistyivät vaiheittain tunnistukseen oikean hajun kahdesta tai kolmesta vaihtoehdosta. (Wilson ym., 2022.)

Ensimmäisessä vaiheessa koirille opetettiin kohdenäytteen tunnistaminen yhden henkilön hengitysnäytteestä verrattuna kahteen tyhjään näytteeseen. Toisessa

vaiheessa koirat jatkoivat kohdenäytteen tunnistamista, vaikka näytteeseen lisättiin toisen henkilön haju häiriötekijäksi. Koirien koulutuksessa käytettiin myös kaksissokkomenetelmää, jotta koirat eivät pystyneet havaitsemaan tutkijan antamia vihjeitä. (Wilson ym., 2022.)

Lopuksi koulutuksen loppuvaiheessa koirille opetettiin henkilökohtaisen hajun tunnistaminen saman henkilön hengitysnäytteistä eri vuorokauden aikoina. Koirien onnistuminen koulutuksessa arvioitiin, ja ne, jotka osoittivat tarvittavan tason taitoja, jatkoivat testaukseen.

Testauksen aikana koirille esiteltiin kunkin osallistujan näytteitä käyttäen aiemmin hahmoteltua kaksivaiheista menettelyä. Kohdenäyte oli yhdistetty hengitys ja hiki, joka otettiin välittömästi osallistujan suoritettua tehtävän, kun taas distraktori-näyte otettiin samalta osallistujalta lähtötilanteessa ennen tehtävään osallistumista. Jokainen istunto sisälsi 10 harjoituskokeen vaiheen yksi (kohde, tyhjä, tyhjä) ja 20 syrjäntäkokeen vaiheen kaksi (kohde, häiritsevä, tyhjä). Kaikki näytteet otettiin ja käytettiin kolmen tunnin kuluessa koirille esittämisestä ja säilytettiin huoneenlämmössä. Jokainen osallistujan näyte käytettiin vain yhden istunnon aikana ja hävitettiin sen jälkeen. Jos koira antoi väärän merkin, se kirjattiin, kutsuttiin pois laitteesta ja seuraava koe valmisteltiin. Koiria ei koskaan autettu tekemään oikeaa hälytystä, ja ohjaaja oli sokea kohteen sijainnille.

Tutkimuksen tulokset tukevat ajatusta siitä, että koirat voivat havaita ihmisen psykologisiin tiloihin liittyviä fysiologisia muutoksia pelkän hajun avulla. Lisäksi tutkimus osoittaa, että koirat eivät luottaneet ulkoisiin vihjeisiin näytteiden erottamisessa, mikä vahvistaa niiden kyvyn hajuerotteluun.

Vaikka tutkimus oli pieni ja keskittyi laboratoriopohjaiseen työhön, sen tuloksilla voi olla merkittäviä sovelluksia palvelukoirien koulutuksessa, erityisesti niiden, jotka on koulutettu reagoimaan omistajiensa stressiin. Tietäminen, että stressiin liittyy havaittava hajukomponentti, voi auttaa kehittämään uusia koulutusmenetelmiä näille koirille. Lisätutkimukset voivat laajentaa ymmärrystä koirien ja ihmisten välisestä suhteesta hajun perusteella sekä tarjota mahdollisuuksia kehittää uusia terapeuttisia sovelluksia koirien avulla ihmisen emotionaalisen hyvinvoinnin tukemiseksi. (Wilson ym., 2022.)

Koirat suorittivat testejä, joissa niiden tehtävänä oli erottaa stressinäytteet muista. Koirat suoriutuivat tehtävästä erittäin hyvin, havaiten stressinäytteet oikein 94,44 %:ssa ensimmäisistä kokeista. Jokainen koira suoriutui paremmin kuin satunnaisesti odotettaisiin, mikä osoittaa tehtävän vaativan tiedostamista ja havainnointikykyä. (Wilson ym., 2022.)

Helsingin yliopiston, InnomediDogsin ja yksityissairaala Ortonin yhteisessä meillä olevassa tutkimuksessa kipukoirien vaikuttavuudesta kivunhoitoon on tehty samansuuntaisia havaintoja. Tutkimuksessa on havaittu muutaman mukana olevan koiran osaavan erotella ihmiseltä kivun lisäksi stressin. Kipu on stressireaktio, mutta varsinkin pitkittyneessä kivussa kaikki epämiellyttävät tunteukset saatetaan aistia kipua. Ihmiset ovat tajunneet, että koira ilmaiseekin tällöin stressiä, eikä kipua. (Turunen, 2024.)

### 3.7 InnoMediDogs

InnoMediDogs edustaa uudenaikaista lähestymistapaa koiran hyödyntämisessä päivittäisessä terveydenhuollossa, tutkien ja kehittämällä tapoja, joilla koirat voivat tukea ihmisten terveyttä ja hyvinvointia. Yhteisön jäsenet työskentelevät eri terveys-, sosiaali- ja kasvatuseroilla, ja heidän päämääränään on edistää terveyttä ja hyvinvointia vahvistamalla ihmisen ja koiran välistä suhdetta. Yhdistys tutkii erityisesti, miten koirien aistit voidaan ottaa avuksi terveys-, sosiaali- ja hoitoalalla. Erityisen huomion kohteena InnoMediDogsilla on kipukoirien koulutuksen sekä siihen liittyvän tutkimustyön edistäminen. Yhdistys on hakenut ja saanut rahoitusta koirien hankintaan ja koulutukseen Johan Starck -säätiöltä. (InnoMediDogs, i.a.)

## 4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Tämä opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä InnoMediDogs-yhdistyksen kanssa. Työn tavoitteena oli kehittää materiaali, joka selventää terveydenhuollon ammattilaisille, mitä kipukoira on ja miten sen hyödyt voidaan integroida potilaan hoitoon. Yhteistyö sai alkunsa tunnistetusta tarpeesta lisätä tietoisuutta kipukoirien roolista terveydenhuollossa.

Tämän kehittämistyön tarkoituksena oli tuottaa esite (Liite 1) terveydenhuollon ammattilaisille, joka on selkeä ja informatiivinen.

Esitteen avulla pyrittiin antamaan terveydenhuollon ammattilaisille ytimekäs mutta kattava ymmärrys kipukoiran tehtävistä, hyödyistä ja käytännön soveltamisesta potilaiden hoidossa. Tämä materiaali lisää hoitoalan ammattilaisen ymmärrystä kipukoiran toiminnasta sekä sen terveyttä edistävästä vaikutuksista. Esite tukee myös potilaiden ja terveydenhuollon ammattilaisten välistä kommunikointia.

## 5 PROSESSIN KUVAUS

### 5.1 Alkutilanne

Yhdistyksessä toimiva fysioterapeutti kertoi yhdistyksen kokouksessa muille jäsenille mahdollisuudesta alkaa yhteistyöhön sairaanhoitajaopiskelijoiden kanssa, jotka etsivät aihetta ja yhteistyökumppania opinnäytetyötään varten. Yhdistyksen jäsenet olivat käsitelleet ja ideoineet asiaa yhtiökokouksessa. He päätyivät siihen tulokseen, että tällä hetkellä yhdistystä hyödyttäisi eniten paperinen lähinnä terveydenhuollon ammattilaisille suunnattu esite (Liite 1), jossa avataan kipukoiran käsitettä sekä hyötyjä kipupotilaan hoidossa. Uudenlaisesta esitteestä olisi monenlaista hyötyä kipukoiran kanssa toimijalle; hänen ei tarvitsisi joka kerta

mennessään tuntemattoman ihmisen vastaanotolle kertomaan alusta saakka, miksi hänellä on koira mukanaan. Yhdistykselle hyvin graafisesti suunniteltu esite toisi uskottavuutta sekä uutta materiaalia messuilla ja muissa tapahtumissa jaettavaksi.

Ihanteellisinta olisi, jos terveydenhuollon ammattilainen saisi esitteen luettavakseen ennen vastaanottoa tai perehtyisi siihen etukäteen yhdistyksen kotisivuilla Tiedon keräämiseen käytettiin sekä teorialähteitä että haastattelututkimusta. Teorialähteiden kautta varmistettiin, että esitteessä käytetty tieto on ajankohtaista ja luotettavaa. Haastattelututkimuksella pyrittiin keräämään käytännön kokemuksia ja näkemyksiä suoraan kipukoirien käyttäjiltä ja terveydenhuollon ammattilaisilta, varmistaen näin materiaalien relevanssin.

Opinnäytetyön toteutus tapahtui tiiviissä yhteistyössä InnoMediDogs yhdistyksen kanssa. Yhdistyksen asiantuntemus ja kokemus kipukoiratoiminnasta olivat keskeisessä roolissa materiaalien kehittämisessä. Lisäksi projektissa hyödynnettiin yhdistyksen verkostoja terveydenhuollon ammattilaisten ja kipukoira-käyttäjien keskuudessa. Projekti liittyi InnoMediDogs yhdistyksen laajempaan pyrkimykseen edistää kipukoiratoiminnan tietämystä ja hyväksyntää yhteiskunnassa. Työmme tukee yhdistyksen tavoitteita tarjota tietoa kipukoirista sekä parantaa näiden ainutlaatuisten avustajien näkyvyyttä ja saamaan niille tunnustusta.

Yhteenvetona voidaan sanoa, että opinnäytetyömme keskittyy tietoisuuden lisäämiseen kipukoirista sekä niiden merkityksestä terveydenhuollossa. Tavoitteena oli luoda konkreettinen materiaali, joka palvelee sekä terveydenhuollon ammattilaisia että laajempaa yleisöä, edistäen näin kipukoirien roolia ja hyötyjä yhteiskunnassa.

## 5.2 Prosessin vaiheet

Loimme opinnäytetyöryhmän oppilaitoksen kurssialustalla tammikuussa 2023. Perustimme yhteisen WhatsApp-ryhmän, joka on toiminut ensisijaisena viestintävälineenä opinnäytetyön loppuvaiheisiin saakka.

Melko pian ryhmän perustamisen jälkeen yksi ryhmän jäsen toi esiin ehdotuksen tehdä opinnäytetyö kipukoirista. Ajatus tälle oli syntynyt arkisesti iltalenkillä tuttavien kanssa, joka oli tuonut ilmi, että kipukoiria koulutetaan Suomessa.

Aihe oli kaikille ryhmän jäsenille täysin vieras, joten suurella mielenkiinnolla lähdimme tätä ajatusta työstämään. Heti heräsi runsaasti kysymyksiä mm. onko aiheesta riittävästi tutkimustietoa olemassa? Mikä on kipukoira? Miten se koulutetaan?

Yksi ryhmän jäsen otti tehtäväkseen työelämätahon etsimisen. Taholla tuli olla tarve tämänkaltaiselle opinnäytetyölle. Naapurinsa kautta hän sai yhteyden InnoMediDogsiin, joka on Suomessa toimiva kipukoira yhdistys. Naapuri oli mukana tässä yhdistyksessä ja toi ilmi tarpeen kehittämispainotteiselle opinnäytetyölle. Ajatukseksi muovautui tehdä uudenlainen esite (Liite 1) tai infopaketti joko kipukoiran käyttäjille tai terveysalan henkilöstölle ja sen myötä lisätä tietoisuutta kipukoira toiminnasta.

Helmikuusta toukokuuhun kävimme aktiivista keskustelua ryhmässä aikataulutuksesta ja ideapaperin esittelystä, aikataulujen yhteensovittaminen on ollut suuri haaste koko opinnäytetyön prosessin ajan.

Toukokuussa palautimme ideapaperin ja esittelimme sen seminaarissa syksyllä 2023.

Syyskuussa 2023 kokoonnuimme jälleen ryhmän kanssa useita kertoja videopuheluiden, WhatsApp ryhmän ja Zoomin kautta yhteen ja kokosimme ajatuksia seuraavasta vaiheesta.

Esitteen (Liite 1) virallisesta sisällöstä käytiin keskustelu yhdistyksessä toimivan fysioterapeutin kanssa 9.9.2023. Keskustelimme yhdistyksen tarpeista ja toiveista opinnäytetyön sisällön suhteen.

Päädyimme yhteisymmärryksessä työelämätahon kanssa kehittämään heidän tarpeitaan vastaavan informatiivisen esitteen, jota terveydenhoitoalan henkilökunta voi hyödyntää työssään. Esitteen tavoite on tuoda esille kipukoira toimintaa Suomessa ja siihen on koottuna keskeiset käsitteet aiheesta.

Seuraavaksi koko ryhmämme haastatteli fysioterapeuttia 6.11.2023 ryhmäpuhelun välityksellä. Haastattelussa saimme tarpeellista lisätietoa kipukoiran koulutuksesta, miten koira aistii ja ilmaisee kivun, eri kipuoireyhtymistä, joissa koira käytetään apuna, sekä siitä miten koira voi parantaa kipupotilaan elämänlaatua. Haimme tietoa mm. InnoMediDogsin ja kipuklinikka Ortonin kotisivuilta. Kirjallisuushakuna käytimme Diakin Libguidesia.

Lähdimme työstämään työnjakoa niin että hyödynsimme ryhmän jäsenten luontaisia vahvuuksia, näin työnjako oli sujuvampaa ja kunkin jäsenen oma osuus selkeämpi toteuttaa.

Lisäksi osallistuimme työpajoihin sekä varasimme ohjauskeskusteluajan ohjaavalta lehtorilta.

Esittelimme opinnäytetyön suunnitelman joulukuussa seminaarissa ja saimme arvokasta palautetta sen vahvuuksista sekä kehittämiskohteista. Suurta hämmennystä aiheutti kuitenkin lehtorin kommentti työn laajuudesta; aiemmin olimme saaneet tiedon, että jotta työn laajuus riittää täyttämään opinnäytetyön kriteerit, meidän pitää kehittää sekä esite että video. Nyt seminaarissa kuitenkin tuli ilmi, että on suositeltavaa tehdä vain jompikumpi. Tämä aiheutti pettymystä siltä osin, että paljon arvokasta työtä meni hukkaan.

Seminaarin jälkeen kokoonnuimme jälleen Zoomin äärelle pohtimaan seuraavaa vaihetta, joka olisi käsikirjoitus vaihe. Tämä vaihe oli selkeästi työläin ja haastavin vaihe koko opinnäytetyön prosessissa.

Tammikuussa 2024 lähdimme laatimaan haastattelukysymyksiä sekä tarvittavia dokumentteja, jotta opinnäytetyö on juridisesti relevantti. Työelämätahon toiveet olivat kaikessa toiminnassa etusijalla ja heiltä aktiivisesti näitä asioita tiedusteltiin sähköpostin ja puhelimen välityksellä. Heidän toiveitaan mukailen, päädyimme lähettämään haastattelukysymykset (Liite 2) sekä tarvittavat suostumuslomake (Liite 4) ja informointilomakkeet (Liite 3) sähköpostilla ja annoimme heille aikarajan, johon mennessä vastausten ja allekirjoitettujen lomakkeiden tulisi olla valmiit. Esitteen ulkonäköä alettiin kehittämään ja lopulliseen versioon on tarkoitus tulla aidoista tilanteista otettuja valokuvia. Aikatauluhaasteiden vuoksi nykyisessä versiossa on tekoälyn avulla luodut kuvat, jotka on valittu yhdessä työelämätahon toiveiden sekä opinnäytetyön tekijöiden kesken. Yksi ryhmän jäsen oli nimetty vastuutekijänä tähän koska hänellä on tarvittava välineistö ja osaaminen työn tekemiseen.

### 5.3 Haastattelu kehittämistyön tutkimusmenetelmänä

Kehittämistyöllä tarkoitetaan tutkimuksen tuloksena ja/tai käytännön kokemuksen kautta saadun tiedon käyttämistä uusien tuotteiden, prosessien tai

menetelmien aikaansaamiseen tai olemassa olevien olennaiseen parantamiseen. Tavoitteena on jotakin olennaisesti uutta (Tilastokeskus, i.a).

Päädyimme käyttämään kehittämistyömme ensisijaisena tiedonhakumenetelmänä haastattelua koska virallista tutkimustietoa oli niin vähäisesti saatavilla. Näin pystyimme hyödyntämään luotettavaa tietoa suoraan työelämätahon kautta koska heillä on asiantuntemus aiheeseen.

Haastattelumenetelmänä käytimme avointa haastattelua, jossa haastattelija ja haastateltava ovat kielellisessä vuorovaikutuksessa keskenään ja haastattelija pyrkii luomaan tilanteesta mahdollisimman luontevan – ja avoimen. Avoin haastattelu muistuttaa tavallista keskustelua, jossa keskustelun etenemistä ei ole lyöty lukkoon vaan se etenee tietyn aihepiirin sisällä vapaasti ja paljolti haastateltavan ehdoilla. Haastattelussa on toki tarkoitus puhua tietyistä, tutkijan etukäteen pohjimista, teemoista. Mutta tarkkojen kysymysten sijaan avoimessa haastattelussa edetään mahdollisimman keskustelunomaisesti ja luonnollisesti antaen tilaa haastateltavan kokemuksille, tuntemuksille, muistoille, mielipiteille ja perusteille. Haastattelun kulkua ei ole suunniteltu ennalta – se on avoin kaikille mahdollisuuksille – vaikka haastattelija on toki orientoitunut tutkimuksensa aihepiiriin. Kysymyksiin, joita haastattelija esittää tilannetta ja haastateltavaa mukaillen, ei yritetä tarjota valmiita vastauksia. Haastateltavan annetaan puhua asiasta vapaasti. (Tietoarkisto, Hirsjärvi & Hurme 2001; Eskola & Suoranta 2000, 86–88.) Opinnäytetyöhön haastateltiin InnoMediDogs-yhdistyksen fysioterapeuttia, joka kouluttaa omaa koiraansa kipukoiraksi.

#### 5.4 Haastattelukysymykset

**Tieteellinen näyttö ja tutkimukset** Minkälaista tieteellistä näyttöä kipukoirien tehokkuudesta kivunhoidon tukena on olemassa? Onko alalta puuttuvia tutkimusalueita, jotka kaipaisivat lisää huomiota?

**Kipukoirien käyttö erityisryhmissä** Onko kipukoiria käytetty erityisesti joillekin potilasryhmille, kuten lapsille, vanhuksille tai kroonista kipua kokeville henkilöille? Millaisia tuloksia tai hyötyjä on havaittu?

**Kouluttajien ja terveydenhuollon ammattilaisten yhteistyö** Miten kipukoirien kouluttajat tekevät yhteistyötä terveydenhuollon ammattilaisten kanssa varmistakseen, että koirat täyttävät potilaiden tarpeet mahdollisimman hyvin? Onko olemassa standardoituja protokollia tai suosituksia tähän yhteistyöhön?

**Koiran ja ihmisen välinen vuorovaikutus** Miten kuvailisitte kipukoiran vuorovaikutuksen dynamiikkaa sekä omistajan, että avun tarpeessa olevan henkilön kanssa kivun havaitsemisen ja ilmoittamisen kontekstissa? Minkälainen suhde on ideaali kipukoiran ja ihmisen välillä? Miten tämä suhde eroaa muiden palvelukoirien työstä? Entä kuinka suhde vaikuttaa koiran kykyyn tunnistaa kipu ja reagoida siihen?

**Tulevaisuuden näkymät ja kehityssuunnat** Miten näette kipukoirien roolin kehittyvän tulevaisuudessa terveydenhuollossa ja kivunhallinnassa? Onko teillä tulevaisuuden suunnitelmia tai toiveita kipukoirien roolin laajentamiseksi? Esimerkiksi uusia koulutusmenetelmiä tai tutkimusaloja, joita aiotte tutkia? Entä onko jo olemassa uusia innovaatioita tai tutkimussuuntia, joiden avulla voisi laajentaa tai tehostaa näiden koirien käyttöä?

## 5.5 InnoMediDogsin fysioterapeutin haastattelu

**Tieteellinen näyttö ja tutkimukset** Meillä on juuri meneillään Helsingin yliopiston, InnoMediDogsin ja Ortonin kanssa tutkimus kipukoirien vaikuttavuudesta kivunhoitoon. Koska kirjallisuudessa ei ole löytynyt mistään muualta maailmasta merkintöjä tai julkaisuja kipukoirista, se on vaikuttaa olevan ensimmäinen tutkimusjulkaisu. Eli tutkimusta ei vielä ole, mutta sitä ollaan tekemässä. Tekeillä ovat ensimmäiset tutkimukset ylipäätensä siitä, minkälaisia vaikutuksia kipukoiralla on kipukroonikon elämänlaatuun. Kun tutkimukset saadaan valmiiksi niin, sitä kautta voi nousta esiin asioita, joita pitäisi lähteä tutkimaan ja selvittämään tarkemmin.

**Kipukoirien käyttö erityisryhmissä** Ihmiset, jotka kärsivät pitkittyneestä kivusta ja erityisesti sellaisesta kivusta, jossa on kipukohtauksia. Kivun ollessa voimakasta, mutta tasaista on ajateltu, että ihminen ei välttämättä hyödy omasta

kipukoirasta lääkinnällisenä apuvälineenä. Hypokoiria on lapsillakin, mutta kipu-koiria on ollut vain aikuisilla. Sillä minkä ikäinen ihminen on ei ole väliä, kunhan pystyy itse huolehtimaan koirasta, tai hänellä on ainakin tukiverkkoa, joka pystyy siihen. Periaatteessa pääsääntöisesti pitää pystyä itse huolehtimaan koirasta.

**Kouluttajien ja terveydenhuollon ammattilaisten yhteistyö.** Meillä on InnoMediDogsissa moniammatillinen tiimi. A ja B toimivat koirankouluttajina, minä olen fysioterapeutti ja meidän toimintaterapeuttimme C on Ortonista mukana. Olemme tarvittaessa konsultoineet psykologeja ja lääkäreitä. Tämä on sillä tavalla vielä pilottimaista toimintaa, että kaikki, joilla on InnoMediDogsin kouluttama koira ovat Orton oy:n asiakkaita. On myös ihmisiä, joilla on itse koulutettu koira. Heidän koirilleen on koulutettu yhteistyössä InnoMediDogsin kanssa kipuhajun tunnistus. Näissäkin tapauksissa on toki totta moniammatillinen tiimi takana. Olemme miettineet tosi tarkkaan, mitkä ovat ne asiat mihin potilas tarvitsee koira kipun ilmaisun lisäksi. Kivun ilmaisu on kuitenkin kaikista tärkein asia. Standardoituja protokollia tai suosituksia tähän yhteistyöhön ei ole, mutta koirien käyttäjien valinnassa hyödynnetään avustajakoira puolen kysymys patteristoja. Eli samoja kysymyksiä, joita kysytään haastattelussa ihmiseltä, joka on hakenut avustajakoira. Kaikki tämä on tosiaan niin uutta, ettei mitään standardoituja protokollia vielä ole.

**Koiran ja ihmisen välinen vuorovaikutus.** Omistajat havaitsivat suhteen lähentyneen koiransa kanssa kipuhajukoulutuksen aikana ja sen jälkeen. Meillä oli itse koulutusprojekti avustajakoira liiton kanssa. Siinä tutkittiin, voidaanko valmiille avustajakoirille kouluttaa kipuhaju. Koska siis jos miettii Avustajakoira toteuttaa asioita ihmisen vihjeen perusteella. Mutta silloin kun on kyse nenätyöstä, eli koiralle on opetettu reagointi tiettyihin biomarkkereihin, ihminen erittää hajua, mihin koira reagoi. Sitä kautta se lähentää koiran suhdetta tähän ihmiseen, koska koira saa siitä palkkion. Kipukoiran ja ihmisen välinen suhde on samanlainen, kuin avustajakoira puolellakin. Hirveän energistä koira ei voi laittaa todella rauhalliselle ihmiselle ja toisin päin. Eli temperamenttien ja energioiden pitää kohdata. Avustajakoiran ja ihmisen vuorovaikutussuhde on oltava toimiva ja luottamuksellinen ja heidän täytyy pitää toisistaan. Suhde eroaa muiden palveluskoirien työstä, siten että kipukoirille on opetettu kivun haju, joka on niille vahva vihje.

Samoin toimivat hypokoirat ja migreenikoirat. Nämä koirat toimivat myös ilman sanallista vihjettä ja niille opetettu haju on kaikista vahvin vihje. Tärkein asia on, että ihminen osaa lukea koiraan. Alkuvaiheessa kun ihminen on saanut kipukoiran, jotkut saattavat ensin ohittaa koiran kivun ilmaisuuden tai sen merkkauksen. He saattavat ensin palkita koiran siitä, mutta lopulta eivät teekään asialle mitään. Tämän takia voi käydä niin, että ihmisen ja koiran suhde syvene heti. Tämä on kuitenkin saatu aina korjattua ja toimimaan. Nenätyötä tehtäessä koiran ilmoittamaa asiaa ei saa sivuuttaa.

**Tulevaisuuden näkymät ja kehityssuunnat.** Nythän ollaan tekemässä eduskuntaan aloitetta siitä, että kipukoirat saisivat saman statuksen kuin avustajakoirat ja opaskoirat. Tällöin jossain vaiheessa tulevaisuudessa kipukoiran saaminen tapahtuisi hyvinvointialueiden tai sairaanhoitopiirien kautta. Mutta prosessi kestää varmasti kauan. Uusia innovaatioita ja tutkimussuuntia on ehkä se mielenkiintoinen asia, että on havaittu muutaman koiran osaavan erotella kivun lisäksi stressin. Kipuhan on stressireaktio, mutta varsinkin jos on kyse pitkittyneestä kivusta, kaikki epämiellyttävät tuntemukset saatetaan aistia kipuna. Ihmiset ovat tajunneet, että koira ilmaiseekin stressiä eikä kipua. Silloinhan ei oteta vahvaa kipulääkettä, vaan tehdään muita asioita. Tämä havainto on ollut aika iso juttu. (Turunen, 2024.)

## 6 KIPUKOIRAESITTEEN KUVAUS JA TEKOPROSESSI

Kipukoiraesite on esimerkki monialaisen yhteistyön, teknologisen osaamisen ja syvällisen sisällöntuotannon yhdistelmästä, jolla pyritään valistamaan sekä terveydenhuollon ammattilaisia, että myös suurempaa yleisöä kipukoira-toiminnan merkityksestä. Tämä hanke sai alkunsa, kun InnoMediDogs-yhdistyksellä oli selkeä tarve esitteelle, jonka tavoitteena oli tarjota näkemys kipukoiraista ja niiden roolista nykyaikaisessa terveydenhuollossa.

Projektin suunnitteluvaiheessa keskityttiin voimakkaasti siihen, miten esitteen visuaalinen ilme ja sisältö voisivat parhaiten palvella kohderyhmää. Valituksi värimaailmaksi tuli keltaista, sinistä ja harmaata. Näiden värien harmoninen sovitus loi lukijalle rauhallisen ja keskittyneen lukukokemuksen, mikä on olennaista, kun pyritään välittämään uutta tietoa. Opinnäytetyön tekijät pyrkivät varmistamaan, että graafinen ilme heijastaisi esitteen tavoitetta ja kipukoira-toiminnan luonnetta. Visuaalisessa suunnittelussa painotettiin selkeyttä, ammattimaisuutta ja esteettisyyttä, mikä ilmeni tarkoin valittuina väriyhdistelminä ja huolellisesti suunniteltuina layout-ratkaisuina.

Teknologian käyttö oli projektissa keskeisessä roolissa. Adobe InDesign valittiin taitto-ohjelmaksi sen monipuolisten ominaisuuksien ja ammattimaisten tulosten ansiosta. Kuvituksen tuottamisessa hyödynnettiin Adobe Photoshop-ohjelmaa, sekä ammattitasoisella Nikon-järjestelmäkameralla otettuja valokuvia. Näiden työkalujen avulla onnistuttiin luomaan visuaalisesti houkutteleva ja informatiivinen esite (Liite 1).

Esitteen sisällön tuottaminen oli monivaiheinen prosessi, joka vaati laajaa tutkimustyötä, haastatteluja ja tiivistä yhteistyötä InnoMediDogs-yhdistyksen kanssa. Projektin aikana opinnäytetyön tekijät, jota johti projektivastaavana Jukka Juvankoski, kokoontui säännöllisesti palavereihin, jotka olivat keskeisiä sekä sisällön että graafisen ilmeen kehittämisen kannalta. Nämä kokoukset tarjosivat arvokkaan foorumin ideoiden vaihdolle, strategisen suunnittelun hahmottelulle ja eri näkökulmien yhdistämiselle, mikä oli elintärkeää monitahoisen ja yhtenäisen esitteen tuottamisessa. Opinnäytetyön tekijät osallistuivat aktiivisesti suunnitteluun, mikä varmisti monipuolisen asiantuntemuksen ja luovien ratkaisujen integroimisen esitteen jokaiseen osa-alueeseen.

Tavoitteena oli luoda tiivis esitys kipukoirien valinnasta, koulutuksesta ja hyödyistä, samalla kun pyrittiin vastaamaan eritoten terveydenhuollon ammattilaisten ja myös yleisön mahdollisiin kysymyksiin. Tämä sisällöntuotannon prosessi varmisti, että esite ei ainoastaan informoisi, vaan myös innostaisi ja valistaisi lukijoita kipukoira-toiminnan ajatusta ja mahdollisuuksia.

Tiiviin sisällön esittämisen merkitys akateemisessa ja informatiivisessa materiaa-  
lissa, kuten kipukoira- esitteessä oli korvaamaton. Se ei ainoastaan varmistanut,  
että lukija saa nopeasti käsityksen esitteen keskeisistä aiheista ja tavoitteista,  
vaan myös lisää materiaalin luettavuutta ja ymmärrettävyyttä. Tiiviys ja selkeys  
ovat erityisen tärkeitä, kun tavoitteena on välittää tietoa eri taustoja omaaville lu-  
kijoille, kuten terveydenhuollon ammattilaisille ja laajemmalle yleisölle.

Eettiset näkökohdat olivat projektissa tärkeitä. Kaikki materiaalin tekijänoikeudet  
säilytettiin opinnäytetyöryhmällä, kun taas InnoMediDogs sai vapaat käyttöoikeu-  
det. Projektissa noudatettiin tiukasti eettisiä periaatteita, mikä takasi, että kaikki  
tuotetut materiaalit olivat sekä luotettavia että kunnioittivat kaikkien osapuolten  
oikeuksia.

Esitteen valmistuttua se julkaistaan sekä painettuna että sähköisessä muodossa,  
varmistuen, että tieto tavoittaisi mahdollisimman laajan yleisön. Painettu versio  
suunniteltiin erityisesti niin, että se olisi helppo ottaa mukaan ja jakaa erilaisissa  
ympäristöissä, kun taas sähköinen versio mahdollisti laajan leviämisen internetin  
kautta. Sähköinen esite (Liite 1) tuotettiin sRGB väriprofiililla, kun taas painetun  
esitteen väriprofiili on CMYK. Näin sähköinen versio näkyy parhaiten verkkojul-  
kaisuissa, kun taas painotuotteessa saadaan värit kalibroitua kohdalleen tarkem-  
min.

Lopputuloksena opinnäytteen tekijät onnistuivat luomaan esitteen, jota yhteistyö  
taho InnoMediDogs oli toivonut. Projektin myötä opinnäytetyön tekijät saivat ar-  
vokasta kokemusta monialaisesta yhteistyöstä ja teknologian hyödyntämisestä  
sisällöntuotannossa, samalla kun InnoMediDogs- yhdistyksen toiminta sai esit-  
teen myötä ansaitsemaansa näkyvyyttä ja tunnustusta.

## 7 EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

### 7.1 Eettisyys

Kipukoirien käyttö terapiassa ja avustustehtävissä on noussut esiin kiinnostavana tutkimuskohteena sekä eettisesti merkittävänä kysymyksenä. Kipukoirien rooli hyötyeläiminä, erityisesti niiden kyky auttaa ihmisiä kivunhallinnassa ja emotionaalisen tuen tarjoamisessa, on herättänyt laajaa kiinnostusta.

Airaksisen ja Kourin (2002) mukaan kivun luokittelu ja arviointi ovat keskeisiä osa-alueita kipupotilaiden hoidossa. Kipukoirien käytön voidaan nähdä täydentävän perinteisiä hoitomenetelmiä tarjoamalla potilaille ainutlaatuista emotionaalista tukea, mikä voi vaikuttaa myönteisesti kipukokemukseen (Estlander, 2003). Tämä tukee Beetz ym., (2012) havaintoa ihmisen ja eläimen välisistä vuorovaikutuksista, joissa oksitosiinin mahdollinen rooli korostuu.

Kipukoirien käyttöä on kuitenkin tärkeää arvioida myös eettisesti. TENK:n (2009) mukaan ihmistieteellisessä tutkimuksessa on tärkeää noudattaa eettisiä periaatteita ja kunnioittaa tutkittavien oikeuksia. Tämä pätee myös kipukoirien käyttöön liittyvään tutkimukseen ja terapiatyöhön. Tutkimuksen tulee kunnioittaa kipukoirien hyvinvointia ja varmistaa, ettei niille aiheudu tarpeetonta haittaa tai epämiellyttävyyttä (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen, 2013).

Eettisyyden varmistamiseksi on tärkeää, että kipukoirien koulutus ja hoito perustuvat tieteellisesti hyväksytyihin menetelmiin ja että koirien hyvinvointi on ensisijaisen tärkeää. Lisäksi on olennaista huomioida koirien itsemääräämisoikeus ja hyvä kohtelu (Terveystieteiden tutkimuskeskus, yhteinen arvopohja, yhteiset tavoitteet ja periaatteet, 2001). Tutkimuksessa ja terapiatyössä onkin tärkeää varmistaa, että kipukoirat voivat osallistua toimintaan vapaaehtoisesti ja että niiden tarpeet ja hyvinvointi otetaan asianmukaisesti huomioon.

Kokonaisuudessaan kipukoirien käyttö terapiassa ja avustustehtävissä tarjoaa mahdollisuuden parantaa ihmisten elämänlaatua ja hyvinvointia, mutta samalla on tärkeää varmistaa, että niiden käyttöön liittyvä tutkimus ja toiminta noudattavat tiukkoja eettisiä standardeja (Tuomi & Sarajärvi, 2018). Tämä varmistaa, että kipukoirat voivat jatkaa arvokasta työtään ihmisten hyväksi tehokkaasti ja eettisesti kestävällä tavalla.

Opinnäytetyö-ryhmämme pohti yhdessä ja yksilöllisesti ohjaajien avustuksella työn eettisyyttä ja sitä, tarvitsemmeko eettistä ennakoarviointia ja/tai tutkimuslupia. Opinnäytetyömme ei kuulunut eettisen ennakoarvioinnin piiriin eikä siihen tarvittu tutkimuslupia. Työmme tuotoksen peruspilarina toimi hyödynnettävyys, oikeudenmukaisuus, itsemääräämisoikeus, ei-vahingoittamisen periaate ja rehellisyys. Opinnäytetyössämme tavoitteena oli kehittää InnoMediDogs Ry:lle esite (Liite 1) jonka tarkoituksena oli lisätä tietoa kipukoirista, terveydestä, sairauksien syistä, oireista, diagnostiikasta, hoidosta, ehkäisystä tai tautien olemuksesta yleisesti.

Näitä tavoitteita eteenpäin ohjasivat lääkintä- ja hoitotyön keskeiset periaatteet kuten, elämän kunnioittaminen, ihmisarvon kunnioittaminen, itsemäärääminen, hoitaminen, oikeudenmukaisuus ja hyödyn maksimoimisen periaate. Diakonia ammattikorkeakoulu on sitoutunut tutkimuseettisen neuvottelukunnan antamaan ohjeistukseen ihmistieteellisen tutkimuksen eettisiin periaatteisiin, tätä ohjeistusta myös ryhmämme sitoutui noudattamaan. Nämä ohjeistukset pitävät sisälään mm. Esteellisyyden, riittävän perehtyneisyyden aiheeseen, hyvän tieteellisen käytännön, eettisen ennakoarvioinnin, henkilötietojen turvallisen käsittelyn, sopimukset, tekijänoikeudet, aineistonhallintasuunnitelman (aineiston säilytys, avaaminen ja tuhoaminen), plagioinnin, opinnäytetyön julkisuuden. Tutkittavavan itsemääräämisoikeuden, vahingoittamisen välttämisen sekä yksityisyyden ja tietosuojan turvaamisen. Mahdolliset haitat työhömmme osallistuvien osapuolten osalta arvioitiin huolella, verraten haittoja työmme tavoiteltuun tietoarvoon. (Mal-kavaara & Vesterinen, 2022.)

Työelämätaho esitti toiveen toteuttaa haastattelu kirjallisena, jolloin vastauksien antamisen ajankohta, ei olisi sidoksissa ennalta sovittuihin haastattelu- aikoihin, tarkentavien tai korjaavien kysymysten tulvaan eikä koko työryhmän aikataulujen sovittamiseen kuluva ajan menetykseen. Kysymysten laatiminen teoreettiseksi pohjaksi työmme tuotokselle, osoittautui haasteelliseksi. Määrä, sisältö ja merkitys työmme laadun ja vastaajien kannalta selkeään muotoon saattaminen puolistrukturoiduin haastattelukysymyksin (Liite 2), jouduttiin muokkaamaan useaan kertaan. Teknisiltäkään ongelmilta ei vältytty ja kohtasimme odottamattomia katkoksia tiedonkulun kanssa. Kirjallisena lähetetyt kysymykset eivät saavuttaneet

haastateltavia selittämättömästä syystä ajallaan ja varmistus toimituksesta jäi puutteelliseksi. Huomattuamme ongelman tiedonkulussa, ryhdyimme välittömiin toimiin. Lähettämällä kysymykset uudestaan ja varmistamalla uudelleen lähetyksen perille saapumisen. Kysymykset lähetettiin uudelleen kullekin vastaanottajalle sähköpostitse, jonka sisältöön pääsi käsiksi vain vastaanottajat omalla salasanallaan. Meillä opiskelijoilla on käytössä sähköpostin kaksoistunnistus, joka lisää tietoturvaa tiedostojen käsittelyssä. Jouduimme pyytämään lisäaikaa käsikirjoituksen palauksen ajankohtaan ja päädyimme palauttamaan työmme tietoisina sisällön puutteellisuudesta. Puuttuvat osat lisättiin viipymättä ja työmme viimeisteltiin työelämätahon vastausten, ohjaavien lehtorien ja työmme opponijien rakentavien kommenttien saavuttua. Anonymiteetti otettiin huomioon siltä osin, että vain luvalla annettuja tietoja tuotiin työssä esille. InnoMediDogs yhdistyksessä on vain kolme jäsentä, jotka kukin ovat näkyvästi esillä sen toiminnassa ja haluavat yhdistykselleen näkyvyyttä, työssämme ei kuitenkaan mainittu nimeltä kysymyksiin vastanneita. Kerätyn aineiston säilytys on sovittu ennalta lähetetyssä sopimuksessa (liite 4) siten, että kaikki opiskelijoilla oleva materiaali poistetaan kunkin opiskelijan osalta, opiskeluoikeuden päätyttyä 30. päivää valmistumisen jälkeen, jolloin koulun one drive-oikeus päättyy automaattisesti. Jokainen opiskelija sitoutui poistamaan muihin tiedostoihin kerätyt tiedot InnoMediDogsista. Pehdyimme käytänteisiin soveltuvin osin ja sitoudumme noudattamaan hyvää tieteellistä käytäntöä koskevia ohjeita ja suosituksia, ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettisiin periaatteisiin, ihmistieteiden eettiseen ennakkoarviointiin suomessa, tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohjeisiin, tieteenala- ja ammattialakohtaisiin eettisiin normistoihin sekä avoimeen tiede- ja tutkimusmalliin, eettisten ja moraalisien velvoitteiden ohjaamana. Luotettavuutta olisimme vielä voineet lisätä käyttämällä enemmän kirjallisuutta tukemaan teorian, mutta päädyimme rajaamaan tiedon keruun, lukijan mielenkiintoa herättävään ja aiheitamme tukevaan tietoon sekä työelämätahon antamaan tietoon, heidän toiveidensa pohjalta. (TENK, 2019.)

Noudatimme suomen lakia seuraavasti:

a) Tutkijan velvollisuus on arvostaa tutkimukseen osallistuvien henkilöiden ihmisarvoa ja oikeutta tehdä päätöksiä itseään koskevista asioista. Suomen

perustuslain (1999/731, pykälät 6–23) säädökset, jotka turvaavat kaikille oikeuden elämään, henkilökohtaiseen vapauteen, liikkumisen vapauteen, uskonnon- ja sananvapauteen, omaisuuden suojan sekä yksityisyyden, on pidettävä mielessä.

b) Tutkijan tulee myös osoittaa kunnioitusta sekä aineellista että aineetonta kulttuuriperintöä kohtaan, mukaan lukien luonnon biodiversiteetti. Perustuslain 17 §:n mukaan saamelaiset alkuperäiskansana sekä romanit ja muut vähemmistöryhmät ovat oikeutettuja säilyttämään ja edistämään omaa kieltään ja kulttuuriaan.

c) Tutkijan on varmistettava, että hänen suorittamansa tutkimus ei aiheuta osallistujille, yhteisöille tai muille tutkimuksen kohteille merkittäviä riskejä, vahinkoja tai haittoja (TENK, 2019).

## 7.2 Luotettavuus

Kipukoira-käsitys itsessään on varsin tuore. Vasta vuonna 2015 koulutettiin ensimmäinen koira joten, tieteellisesti todeksi tutkittua tietoa on nimellisesti hyvin vähän aiheesta, sen ollessa vasta kehitysvaiheessa.

Opinnäytetyön luotettavuutta lisäsimme paitsi käyttämällä vain tutkitusti todennettua materiaalia tiedon lähteenä, myös sopimalla käytännön asiat huolellisesti yhdessä ryhmämme, työelämätahon ja koulun kanssa. Lisäksi huolehdimme yksilöllisesti jokaisen henkilökohtaisen suostumuksen haastatteluun ja osallisuuteen. Opinnäytteemme on kehittävä tutkimushanke ja teimme yhteistyötä työelämätahon kanssa tiiviisti koko prosessin ajan. Työmme idean lähtökohtana toimiva InnoMediDogs, antoi aiheemme, meidän vapaasti aikatauluttamaan ja koulun edellyttämään opinnäytetyöhön, jonka tarkoitus oli tutkien kehittää heidän toimintaansa, lisäämällä tietoisuutta kipukoirista osana terveyttä ja hyvinvointia, niin hoitoalan ammattilaisille, kuin kaikille asiasta kiinnostuneillekin.

Ennen kuin aloimme työstämään opinnäytetyötä tiedotimme yhteistyötahoa infomakkeen (Liite 3) muodossa työmme tavoitteet ja metodologian, teimme yhteistyösopimuksen suostumuslomakkeella (Liite 4), jossa sovimme keskeisistä pelisäännöistä kuten, aikatauluista ja aiheen rajauksista, ohjauksesta, tausta-aineistoista ja niiden käyttöoikeuksista, tulosaineistosta ja niiden omistus- ja

käyttöoikeuksista, salassa pidettävistä ja muista luottamuksellisista aineistoista sekä opinnäytetyön julkisuudesta, vastuusta ja vastuunrajoituksista. (Areine ry, 2020.)

## 8 POHDINTA

Opinnäytetyömme tuloksena syntyi esite (Liite 1) kipukoirayhdistys InnoMediDogsin käyttöön. Sen tavoite oli tuoda näkyväksi yhdistyksen toimintaa sekä selkeyttää kipupotilaan kommunikointia terveydenhuollon ammattilaisen kanssa. Esitteen avulla pyritään antamaan terveydenhuollon ammattilaisille ytimekäs, mutta kattava ymmärrys kipukoiran tehtävästä, hyödyistä ja käytännön soveltamisesta potilaiden hoidossa.

Tämä opinnäytetyö syntyi selkeästä työelämätahon osoittamasta tarpeesta. Kipukoira käsitteenä on yleisellä tasolla melko vieras Suomessa, opinnäytetyön tekijätkään eivät tienneet aiheesta juuri mitään.

Työelämätahonamme oli InnoMediDogs, joka on kipukoirayhdistys, heidän toimintansa keskittyy lähinnä vapaaehtoistoimintaan eikä heillä ole esimerkiksi ulkopuolista rahoittajaa.

Aihe tähän opinnäytetyöhön syntyi ryhmän jäsenen toimesta arkisena iltana kävelylenkillä. Muut ryhmän jäsenet ottivat ehdotuksen avoimin mielin ja innokkaana vastaan, tämä aihe oli kaikille ryhmän jäsenille vieras, se otettiin myös haasteena. Olisiko mahdollista saada tästä opinnäytetyö kasaan?

Opinnäytetyön tekeminen ryhmätyönä on ollut pääosin positiivinen kokemus. Suuri ryhmäkoko aiheutti ensi alkuun hieman haasteita työnjaon näkökulmasta. Suurta hämmennystä ja osin pettymystäkin aiheutti ensimmäisen 6kk aikana saadut ohjeistukset oppilaitoksen osalta koska ohjeistukset työn tekemiseen olivat hyvin erilaiset, yhteneväinen ohjeistus olisi selvyuden vuoksi tärkeää. Haastattelu kehittämistyön menetelmänä oli uusi kaikille ryhmän jäsenille mutta lähdimme avoimin mielin tätä työstämään, pohdimme useita kertoja esimerkiksi haastattelukysymyksiä ja niitä olikin runsaasti, joista sitten valitsimme työn kannalta

tärkeimmät. Haastattelun tekemisen aikataulutus tuotti haasteita työelämän kumppanin kanssa mutta joustimme molemmat tarpeen mukaan, jolloin saimme aikataulut sopimaan yhteen.

Haastattelun valmistuttua se toi uutta tietoa työmme teoriaosuuteen. Opimme muun muassa sen, millä perusteilla kipupotilaan on mahdollista saada koulutettu kipukoira tuekseen jokapäiväiseen elämäänsä. Haastattelussa yhdistyksen fysioterapeutti kertoi urauurtavasta meneillään olevasta kipukoiratutkimuksesta, sekä siitä minkälainen kipukoira ja omistaja sopivat temperamentiltaan ja ominaisuuksiltaan yhteen

Muilta osin opinnäytetyön tekeminen sujui mallikkaasti, ryhmän jäsenet olivat toisilleen entuudestaan tuttuja, jolloin työskentely oli luontaista ja jouhevaa. Alkumetreiltä loppuun asti työnjako eri osa-alueilla oli selkeä ja helppo, hyödynsimme koko prosessin ajan kunkin ryhmänjäsenen omaa osaamista ja tämä osaltaan rikastutti opinnäytetyön sisältöä.

Neljän työssäkävyn, perheellisen aikuisen aikataulujen sovittaminen yhteen toi suuria haasteita. Ryhmän kaikilla jäsenillä oli erilainen ajankohta valmistumiselle mutta tämä ei tuonut haasteita itse työn toteuttamiseen.

Opinnäytetyön kokonaisuus on eriteltynä kurssikokonaisuuksiin, joiden sisältö oli osin melko sekava ja ryhmän kanssa näitä usein pohdittiin, ohjaavilta lehtoreilta ei aina tarvittavassa ajassa saanut opastusta mutta ryhmä käytti ennalta sovittuja ohjausaikoja työssä etenemiseen.

Haasteita aiheutti myös teorian tiedon vähyys sekä aiheen rajaaminen työelämätaidon tarpeita vastaavaksi, ensi alkuun olimme suunnitelleet sekä videon että esitteen yhdistyksen käyttöön ja lopulta päädyimme pelkkään esitteeseen.

Aikatauluhaasteet olivat ehdottomasti suurin haaste koko projektissa.

Haasteista huolimatta ryhmän dynamiikka oli niin taidokas, että haasteista selvitettiin. Lopputuotoksena kehitettiin suunnitelmien mukainen esite (Liite 1) kipukoira-yhdistyksen käyttöön ja sen visuaalinen ilme sekä tekstiosuus onnistuivat yli odotusten. Yhdistyksen palaute oli pelkästään positiivista, esite oli heidän toiveidensa mukainen ja kaikki heidän asettamat komponentit sisältyivät esitteeseen mm. selkeälukuinen teksti, lyhyt ja ytimekäs asiasisältö, yhdistyksen nimi ja yhteystiedot selkeästi näkyvillä sekä visuaaliseen ilmeeseen panostaminen.

Pohdimme ryhmänä opinnäytetyön lopputuloksen eli esitteen olevan tavoitteiden mukainen kaikilta osin, visuaalinen ilme odotti ylitykset ja tekstiosuuden tiivistäminen sopivan ytimekkääksi kokonaisuudeksi yllätti positiivisesti.

Vielä on työtä tehtävänä, jotta yhdistyksen toiminta saa enemmän näkyvyyttä mutta esite on oiva ensiaskel tämän toiminnan näkyväksi tuomiseen sekä terveydenhoitoalan ammattilaisille että kroonisesta kivusta kärsiville potilaille. Jatkossa olisi ehkä tarpeen luoda esimerkiksi sosiaalisen median sisältöä aiheeseen liittyen ja näiden julkaiseminen erilaisilla alustoilla, jolloin sen sisältö tavoittaisi mahdollisimman monen. Yhdistyksen verkkosivujen päivitys lähitulevaisuudessa olisi myös varteenotettava vaihtoehto. Yhdistys on tehnyt aloitteen eduskuntaan, jotta kipukoirat saisivat samankaltaisen statuksen kuin tunnetuimmat avustajakoirat esim. opaskoirat. Tämän saadessa kannatusta, toisi se hyvin näkyväksi kipukoiran toiminnan Suomessa ja näin ollen myös yhdistyksen.

## LÄHTEET

- Airaksinen, O. & Kouri, J. (2002). Kivun luokittelu ja arviointi. Teoksessa Unijoki, M. (toim.) Tassuterveisiä ja rakkautta: kipukoirat kuntoutumisen ja hyvinvoinnin tukena SAMK (2020).
- Arene, (9.1.2020). Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. Saatavilla 3.12.2023 <https://arene.fi/julkaisut/raportit/opinnaytetoiden-eettiset-suositukset/>
- Bartlett, H., Perkins, J., Travers, C., & Rand, J. (2008). Dog-assisted therapy for older people with dementia. Saatavilla 12.3.2024 [https://scholar.google.fi/scholar\\_url?url=https://www.academia.edu/download/40086937/Dog-assisted\\_therapy\\_for\\_older\\_people\\_wi20151116-5472-kkvuw4.pdf&hl=fi&sa=X&ei=b5Z1ZPKDOcnymgHzn5\\_wBQ&scisig=AGIGAw9KKIlquIOBGLX1NNkpNrAC&oi=scholar](https://scholar.google.fi/scholar_url?url=https://www.academia.edu/download/40086937/Dog-assisted_therapy_for_older_people_wi20151116-5472-kkvuw4.pdf&hl=fi&sa=X&ei=b5Z1ZPKDOcnymgHzn5_wBQ&scisig=AGIGAw9KKIlquIOBGLX1NNkpNrAC&oi=scholar)
- Beetz, A., Julius, H., Kotrschal, K., & Uvnäs-Moberg, K. (9.7.2012). Psychosocial and psychophysiological effects of human-animal interactions: the possible role of oxytocin. *Frontiers in psychology*. Saatavilla 19.4.2024. [https://pub.epslu.se/10563/1/uvnas\\_moberg\\_et\\_al\\_130625.pdf](https://pub.epslu.se/10563/1/uvnas_moberg_et_al_130625.pdf)
- Borgström, N., Hielm-Björkman, A., Holma, J., & Turunen, J. (2023). Kipua ilmaiseva koira kipupotilaan ja terapeutin apuna. *Kipuviesti*, 1/2023, 6–11. Saatavilla 14.3.2024. [Kipuviesti\\_1-2023\\_web.pdf \(yhdistys-avain.fi\)](#)
- Duodecim. (2010) Krooninen kipu. Saatavilla 13.3.2024 <https://www.duodecimlehti.fi/duo99247>
- Enders-Slegers, M-J., Leontjevas, R., Spek, A., & Wijker, C. (2019). Process Evaluation of Animal-Assisted Therapy: Feasibility and Relevance of a Dog-Assisted Therapy Program in Adults with Autism Spectrum Disorder. <https://web.s.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=5&sid=904da866-2485-4f4e-98cb-00f2cebd2ab1%40redis>
- Estlander, A.-M. (2003). Kivun psykologia. Helsinki: WSOY. <https://www.duodecimlehti.fi/duo14052>

- Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. (2013). Tutkimus hoitotieteessä. 3. uud. p. Helsinki: Sanoma Pro.
- Kinnunen, A., & Nikkari, P. (2017). Koira auttaa ja ilahduttaa. *Aikakauskirja Duodecim*. Saatavilla 29.3.2024 <https://www.duodecim-lehti.fi/duo14052>
- Klemi, I. (10.3.2023). Koira-avusteinen fysioterapia- koiran merkitys terapiassa Saatavilla 12.3.2024 <https://proakatemia-esseepankki.tuni.fi/koira-avusteinen-fysioterapia-koiran-merkitys-terapiassa/>
- L 731/1999. Suomen perustuslaki. 11.6.1999/731. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731>
- Malkavaara, M., & Vesterinen, O. (Päivitetty 10.5.2022). Diak kirjasto. Osallistavan ja tutkivan kehittämisen opas. Tutkimusetiikka Diakissa. Saatavilla 3.12.2023 <https://libguides.diak.fi/c.php?g=670543&p=4760641>
- Menetelmäopetus KvaliMOTV. Saatavilla 16.3.2024 [https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L6\\_3\\_3.html](https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_3_3.html)
- Mämmelä, E., Pärnänen, J., & Tuiskunen, M. (2019). Koira-avusteinen fysioterapia tukee ikäihmisten toimintakykyä. *Gerontologia*, (3)2019, [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/260685/82445\\_Muu\\_126986\\_1\\_10\\_20190902.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/260685/82445_Muu_126986_1_10_20190902.pdf?sequence=4&isAllowed=y)
- Osório, F. L., & Silva, N. B. (2018). Impact of an Animal-Assisted Therapy Programme on Physiological and Psychosocial Variables of Paediatric Oncology Patients. Saatavilla 12.3.2024 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5884536/>
- Sosiaali- ja terveysministeriö (12.12.2001). Terveydenhuollon yhteinen arvopohja, yhteiset tavoitteet ja periaatteet. Saatavilla 19.4.2024. <https://etene.fi/documents/1429646/1559098/ETENE-julkaisuja+1+Terveydenhuollon+yhteinen+arvopohja%2C+yhteiset+tavoitteet+ja+periaatteet.pdf/4de20e99-c65a-4002-9e98-79a4941b4468/ETENE-julkaisuja+1+Terveydenhuollon+yhteinen+arvopohja%2C+yhteiset+tavoitteet+ja+periaatteet.pdf.pdf>

TENK (2009). Humanistisen, yhteiskuntatieteellisen ja käyttäytymistieteellisen tutkimuksen eettiset periaatteet ja ehdotus ennakoarvioinnin järjestämiseksi. Helsinki: Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Saatavilla 19.4.2024.

<http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/eettisetperiaatteet.pdf>

Tilastokeskus, (i.a.). Saatavilla 8.5.2024. <https://stat.fi/til/tkker/kas.html>

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Turunen, J. (21.3.2024). Fysioterapeutti. InnoMediDogs. Haastattelu. Helsinki.

Tutkimuseettisen neuvottelukunta. (3.2019). Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Saatavilla 3.12.2023

[https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Ihmistieteiden\\_eettisen\\_ennakoarvioinnin\\_ohje\\_2019.pdf](https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/Ihmistieteiden_eettisen_ennakoarvioinnin_ohje_2019.pdf)

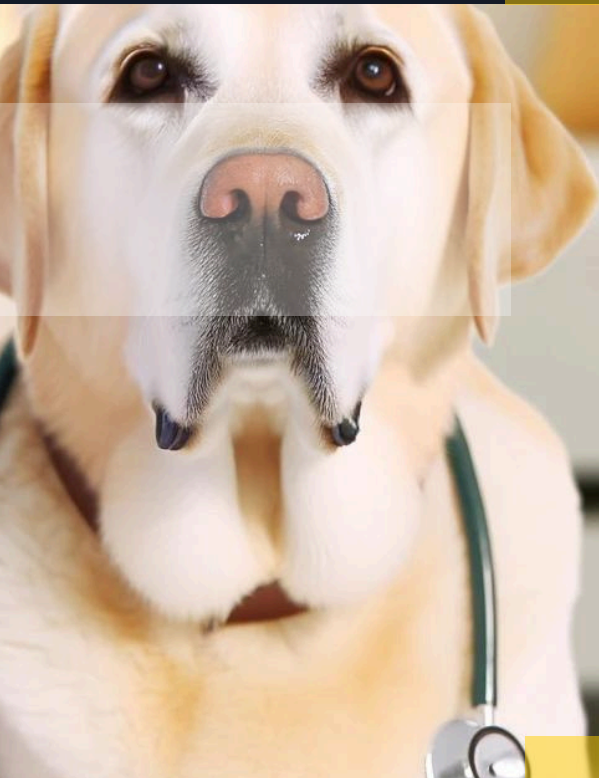
Vainuvoima.(i.a) Saatavilla 15.5.2024 <https://www.vainuvoima.fi/>

Vehmasto, E., & Lipponen, M. (2021). Eläinavusteinen psykososiaalinen kuntoutus. Saatavilla 30.5.2023 <https://www.duodecim-lehti.fi/duo16383>

## LIITE 1

Kipukoiraesite

<https://opinnaytetyo.sairaanhoitaja.net/>



**ID**

INNOMEDIDOGS

# TERVEYDEN TUKENA **KIPUKOIRA**

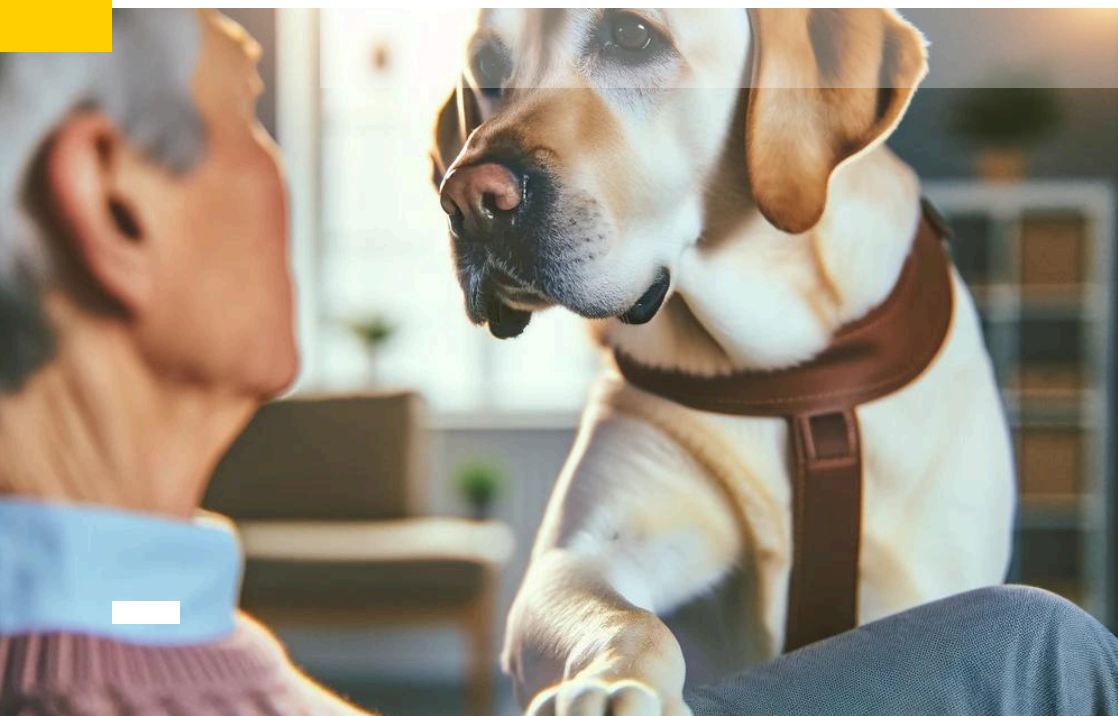
Mikä on kipukoira ja mihin kipukoiraa käytetään?

---

[www.innomedidogs.fi](http://www.innomedidogs.fi)

# SISÄLLYSLUETTELO

<u>Sisällysluettelo</u>	2
<u>Mikä on kipukoira ?</u>	3
<u>Kipukoirien koulutus ja valinta</u>	4
<u>Miten kipukoirat tunnistavat ja reagoivat omistajan kipuun?</u>	5
<u>Henkilökohtaiset hyödyt kipukoiran omistajalle</u>	6
<u>Terveystieteiden ammattilaisten rooli ja yhteistyö kipukoiran kanssa</u>	7
<u>Yhteystiedot</u>	8
<u>Lähteet</u>	8



# MIKÄ ON KIPUKOIRA?

Kipukoira on erikoiskoulutettu avustajakoira, joka on opetettu havaitsemaan omistajansa kipukohtauksen lähestymisen hajun perusteella. Nämä koirat kykenevät tunnistamaan ihmisen kehosta erittyviä välittäjäaineita, jotka viittaavat kipukohtauksen alkamiseen.

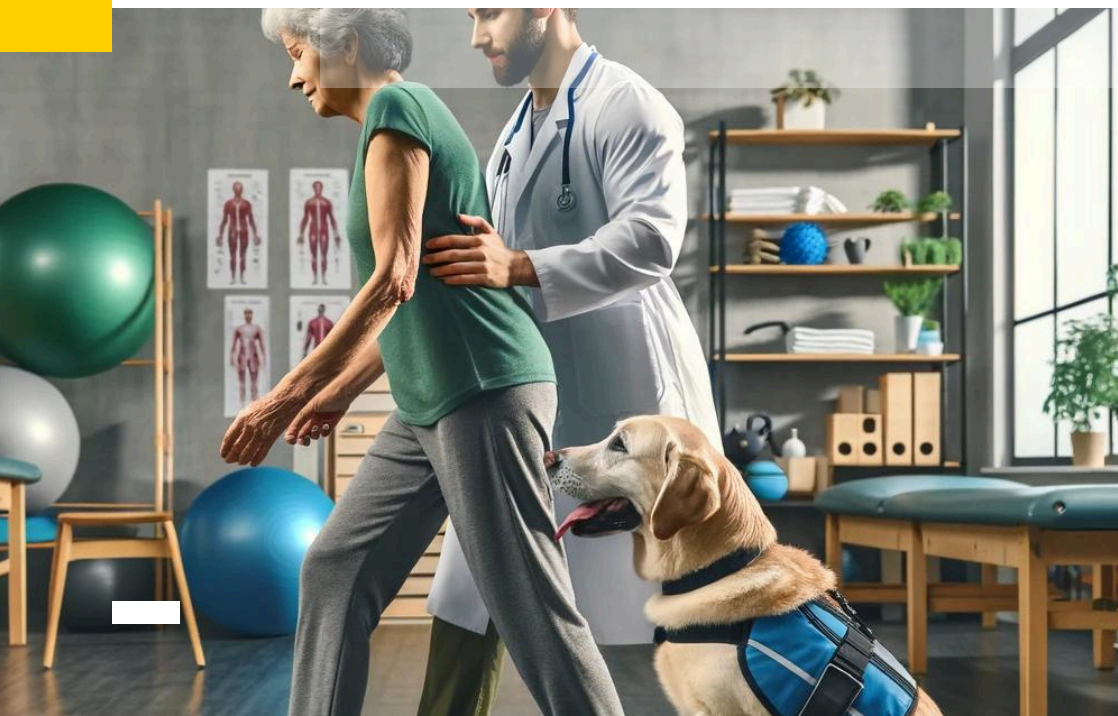
Kipukoirat voivat toimia monenlaisissa ympäristöissä ja niillä on kyky ilmoittaa kipukohtauksen lähestymisestä monin eri tavoin, kuten tökkäämällä kuonollaan.



# KIPUKOIRIEN KOULUTUS JA VALINTA

Kipukoiran valinta ja koulutus on tarkkaan suunniteltu prosessi. Koirat valitaan huolellisesti perustuen niiden temperamentiin, terveyteen ja soveltuvuuteen koulutukseen. Koulutus sisältää peruskoulutuksen lisäksi erikoistumisen kipureaktioiden tunnistamiseen hajun perusteella.

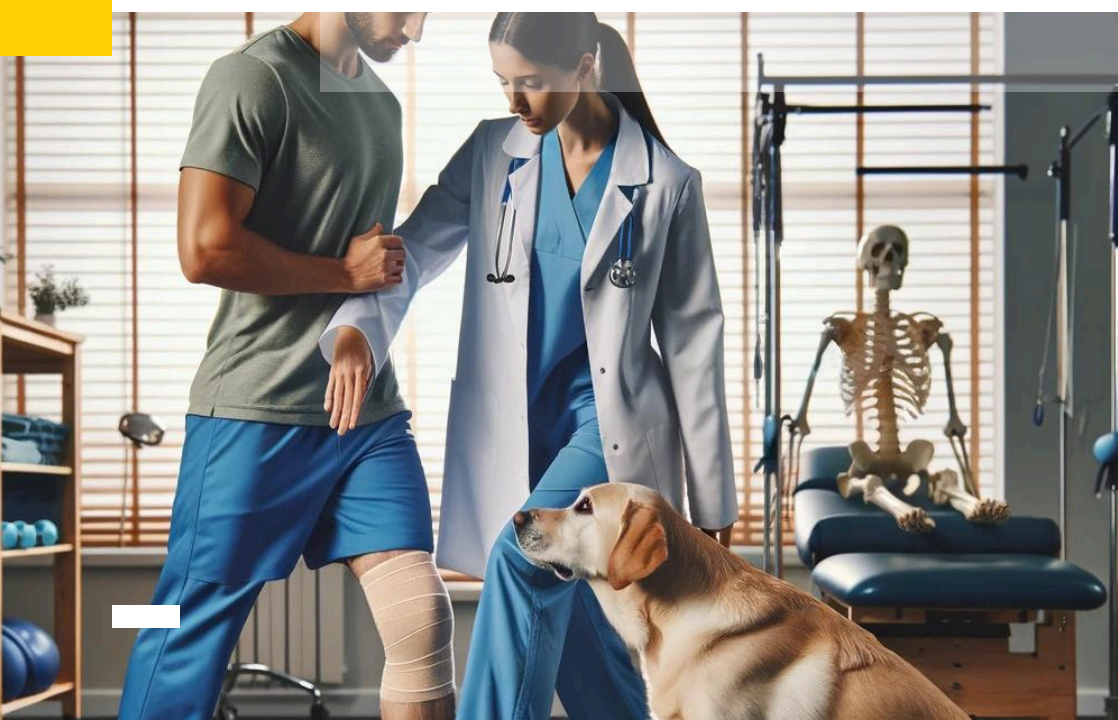
Koulutusprosessi varmistaa, että koira kykenee luotettavasti tunnistamaan ja ilmoittamaan kipukohtauksen lähestymisen omistajalleen.



# MITEN KIPUKOIRAT TUNNISTAVAT JA REAGOIVAT OMISTAJAN KIPUUN?

Kipukoirat tunnistavat kipukohtauksen lähestymisen elimistön tuottamista välittäjäaineista, jotka erittyvät ihmisen uloshengityksessä ja hiestä. Koirat on koulutettu reagoimaan näihin hajuihin tietyin toimin, esimerkiksi tökkäämällä omistajaa kuonolla tai painamalla hälytyskelloa.

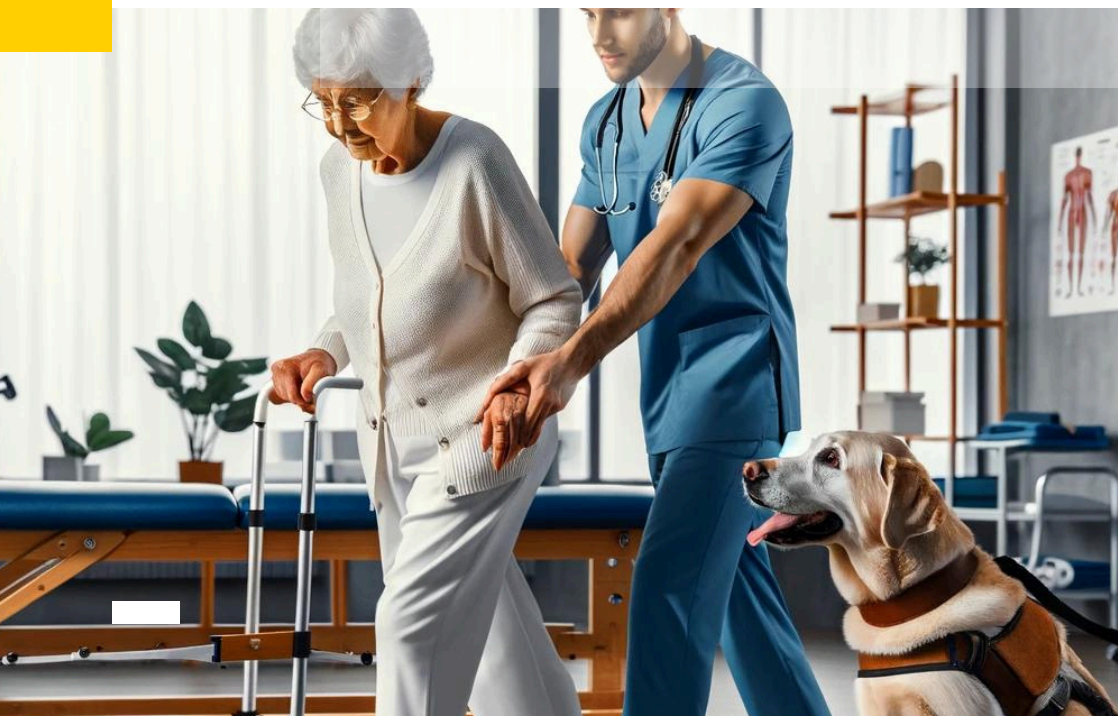
Tämä kyky mahdollistaa kivun ennakoivan hallinnan, antaen omistajalle mahdollisuuden ryhtyä toimenpiteisiin ennen kipukohtauksen täyttää puhkeamista.



# HENKILÖKOHTAISET HYÖDYT KIPUKOIRAN OMISTAJALLE

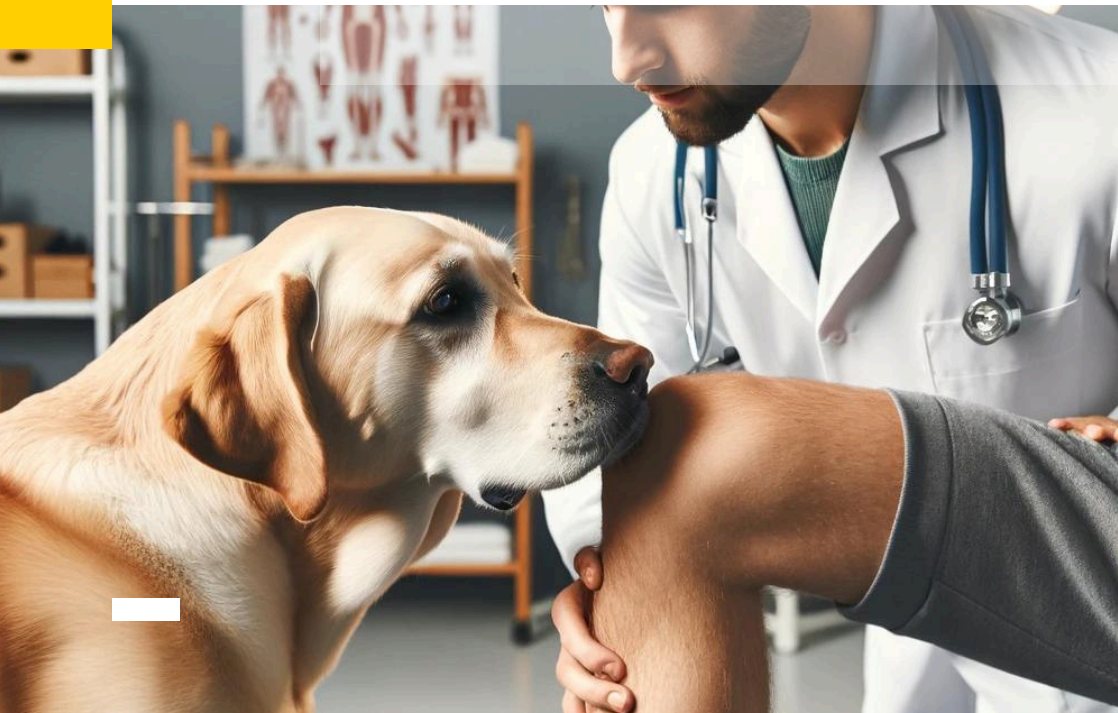
Kipukoiran omistaminen tarjoaa lukuisia henkilökohtaisia hyötyjä, kuten parantuneen kyvyn hallita ja ennakoida kipua. Tämä ennakoiva kyky mahdollistaa omistajan paremman liikkuvuuden ja vähentää kipulääkityksen tarvetta. Kipukoiran läsnäolo lisää myös turvallisuudentunnetta ja tukee omistajan itsenäisyyttä.

Kipukoiriin on todettu tarjoavan merkittäviä terveyshyötyjä omistajilleen. Niiden läsnäolo voi vähentää stressiä, alentaa verenpainetta ja stimuloida oksitosiinin tuotantoa, joka on tärkeä kipua lievittävä hormoni. Lisäksi lemmikkien, erityisesti kipukoiriin, on tutkimuksissa havaittu vähentävän kroonista kipua ja parantavan yleistä elämänlaatua.



# TERVEYDENHUOLLON AMMATTILAISTEN ROOLI JA YHTEISTYÖ KIPUKOIRAN KANSSA

Terveysthuollon ammattilaisten rooli kipukoiran toiminnassa on keskeinen. Ammattilaiset voivat auttaa integroimaan kipukoiran osaksi potilaan hoitosuunnitelmaa, tarjota tukea ja neuvontaa kipukoiran käytössä sekä tunnistaa potilaita, jotka hyötyisivät kipukoiran avusta. Yhteistyö kipukoiran, omistajan ja terveydenhuollon ammattilaisten välillä on avain onnistuneeseen kivunhallintaan.



# YHTEYSTIEDOT



Verkkosivu  
[www.innomedidogs.fi](http://www.innomedidogs.fi)

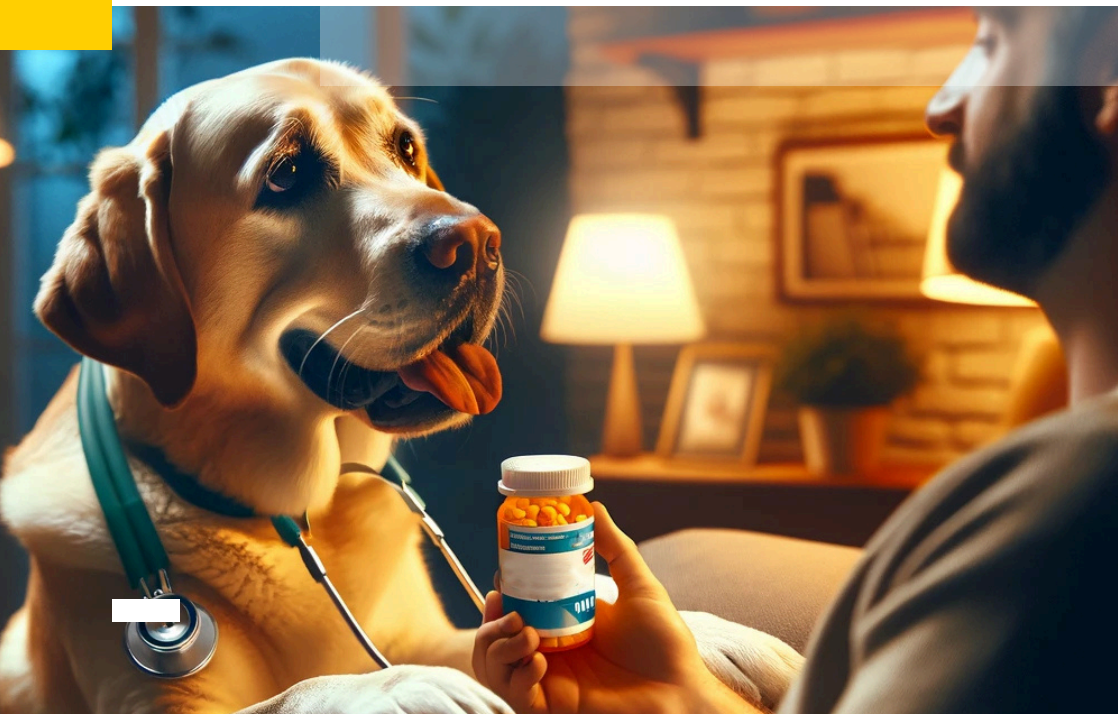


Email  
[innomedidogs@gmail.com](mailto:innomedidogs@gmail.com)

# LÄHDE



Opinnäytetyö  
[opinnaytetyo.sairaanhoitaja.net](http://opinnaytetyo.sairaanhoitaja.net)



## LIITE 2

### Haastattelukysymykset

**Tieteellinen näyttö ja tutkimukset** Minkälaista tieteellistä näyttöä kipukoirien tehokkuudesta kivunhoidon tukena on olemassa? Onko alalta puuttuvia tutkimusalueita, jotka kaipaisivat lisää huomiota?

**Kipukoirien käyttö erityisryhmissä** Onko kipukoiria käytetty erityisesti joillekin potilasryhmille, kuten lapsille, vanhuksille tai kroonista kipua kokeville henkilöille? Millaisia tuloksia tai hyötyjä on havaittu?

**Kouluttajien ja terveydenhuollon ammattilaisten yhteistyö** Miten kipukoirien kouluttajat tekevät yhteistyötä terveydenhuollon ammattilaisten kanssa varmistukseen, että koirat täyttävät potilaiden tarpeet mahdollisimman hyvin? Onko olemassa standardoituja protokollia tai suosituksia tähän yhteistyöhön?

**Koiran ja ihmisen välinen vuorovaikutus** Miten kuvailisitte kipukoiran vuorovaikutuksen dynamiikkaa sekä omistajan, että avun tarpeessa olevan henkilön kanssa kivun havaitsemisen ja ilmoittamisen kontekstissa? Minkälainen suhde on ideaali kipukoiran ja ihmisen välillä? Miten tämä suhde eroaa muiden palveluskoirien työstä? Entä kuinka suhde vaikuttaa koiran kykyyn tunnistaa kipu ja reagoida siihen?

**Tulevaisuuden näkymät ja kehityssuunnat** Miten näette kipukoirien roolin kehittyvän tulevaisuudessa terveydenhuollossa ja kivunhallinnassa? Onko teillä tulevaisuuden suunnitelmia tai toiveita kipukoirien roolin laajentamiseksi? Esimerkiksi uusia koulutusmenetelmiä tai tutkimusaloja, joita aiotte tutkia? Entä onko jo olemassa uusia innovaatioita tai tutkimussuuntia, joiden avulla voisi laajentaa tai tehostaa näiden koirien käyttöä?

## LIITE 3

### Informointilomake

Pyydämme teitä osallistumaan kehittämispainotteiseen opinnäytetyöhön liittyvään haastatteluun. Sen tarkoituksena on tuottaa työelämätahon tarpeisiin sopiva esite kipukoiratoiminnasta terveydenhuollon ammattihenkilöiden tueksi. Haastatteluun osallistuminen on vapaaehtoista, eikä se velvoita teitä mihinkään. Tämä tiedote kuvaa haastattelun tarkoitusta ja tavoitetta ja teidän osuuttanne siinä.

#### Osapuolet:

Työn tilaajana toimii InnoMediDogs Ry, ja sen toteuttavat Laura Hautsalo, Jukka Juvankoski, Mira Repo sekä Anuliina Vesanto Diakonia-ammattikorkeakoulusta, Helsingin kampukselta, sairaanhoitaja (AMK) -koulutusohjelmasta.

#### Tavoitteet ja metodologia:

Tutkimuksen päätavoitteena on tuottaa esite kipukoira-toiminnasta, joka palvelee sekä ammattihenkilöstöä että kipukoiria käyttäviä henkilöitä. Aineistonkeruumenetelminä käytetään sekä luotettavaan tietoon perustuvaa tiedonhakua, että haastatteluja, joita suoritetaan henkilöiden kanssa, jotka InnoMediDogs Ry on erikseen nimennyt.

#### Opinnäytetyön merkitys:

Tavoitteena on kehittää selkeä ja informatiivinen esite (Liite 1), joka auttaa potilaita kommunikoimaan tehokkaammin terveydenhuollon ammattilaisten kanssa. Esitteen avulla pyritään antamaan terveydenhuollon ammattilaisille ytimekäs, mutta kattava ymmärrys kipukoiran tehtävästä, hyödyistä ja käytännön soveltamisesta potilaiden hoidossa. Opinnäytetyö tuo näkyväksi kipukoiran toiminnan, koulutuksen ja hankkimisprosessin Suomessa.

#### Tietosuojakäytänteet:

Osallistujille toimitetaan erillinen suostumuslomake (Liite 4) ennen haastattelua, joka sisältää haastattelun keskeiset tietosuojakäytännöt.

Helsingissä 12.3.2024

Laura Hautsalo, [laura.hautsalo@student.diak.fi](mailto:laura.hautsalo@student.diak.fi)

Jukka Juvankoski [jukka.juvankoski@student.diak.fi](mailto:jukka.juvankoski@student.diak.fi)

Mira Repo [mira.repo@student.diak.fi](mailto:mira.repo@student.diak.fi)

Anuliina Vesanto [anuliina.vesanto@student.diak.fi](mailto:anuliina.vesanto@student.diak.fi)

## LIITE 4

Suostumuslomake

Suostumus haastatteluun

Haastattelijoina toimivat sairaanhoitajaopiskelijat;

Laura Hautsalo

Jukka Juvankoski

Mira Repo

Anuliina Vesanto

Oppilaitos: Diakonia-ammattikorkeakoulu, Helsinki

Yhteistyökumppani: InnoMediDogs Ry

Tavoitteet ja toteutus:

Opinnäytetyössä kehitetään ja dokumentoidaan kipukoirien käytön parhaita käytäntöjä. Työssä analysoidaan kipukoiratoiminnan nykytilaa, suoritetaan haastatteluja ja tuotetaan esite (Liite 1) kipukoira-toiminnasta terveydenhoitoalan ammattihenkilöiden tueksi.

Tiedotus ja julkaiseminen:

Olen tietoinen, että kehittämistyön kirjallinen tuotos julkaistaan opinnäytetyön kehittämisesraportissa sekä julkaisuvaiheessa. Olen lukenut ja ymmärtänyt saamani kirjallisen informointitiedotteen.

Taltiointi ja käyttö:

Haastattelu toteutetaan InnoMediDogs Ry:n toiveesta kirjallisena ja sähköpostitse puolistrukturoituna. Lähetämme teille haastattelukysymykset, sekä annamme määräajan, johon mennessä tarvitsemme vastaukset näihin kysymyksiin

opinnäytetyötä varten. Haastatteluun ei sisälly arkaluontoista tietoa tai tietosuojariskin kannalta merkittäviä osioita.

Antamanne kirjallinen materiaali tallennetaan myöhempää analysointia ja hyödyntämistä varten. Tietoja käytetään ainoastaan tämän opinnäytetyön tekemiseen. Antamanne kirjalliset vastaukset säilytetään asianmukaisesti ainoastaan opinnäytetyön edellä mainituilla tekijöillä, eikä niitä jaeta muualle. Opinnäytetyöhön nimetyllä ohjaavalla lehtorilla on oikeus tarkastella haastattelukysymyksiä sekä vastauksia opinnäytetyömme arviointiprosessissa. Antamanne kirjallinen materiaali jää edellä mainittujen opinnäytetyön tekijöiden haltuun opinnäytetyön valmistumisen jälkeen. Kaikki keräämämme materiaalit poistuvat kaikilta opinnäytetyön tekijöiltä 30 vuorokauden kuluessa kunkin opiskelijan valmistuttua, jolloin myös opiskelijaoikeus Diakin käyttöjärjestelmiin päättyy.

Aineiston hyödyntäminen:

Haastatteluista saatu aineisto käytetään opinnäytetyön julkaisun laatimiseen, tiedon analysointiin sekä raportointiin. Opinnäytetyön tuotoksena syntyy esite.

Eettiset periaatteet:

Vakuutamme, että kaikki toimenpiteet toteutetaan eettisiä ohjeita ja käytäntöjä noudattaen, mukaan lukien osallistujien yksityisyyden ja luottamuksellisuuden suojeleminen.

Suostumus:

Vastaamalla sähköpostitse annan kirjallisen suostumuksen ja tiedon, että olen lukenut saamani tiedotteet ymmärtäen sisällön. Annan suostumukseni tiedonkeruuseen yhteistyökumppanina mainitussa opinnäytetyössä. Olen tietoinen, että voin peruuttaa suostumukseni milloin tahansa, eikä peruuttamisella ole vaikutusta yhteistyön jatkuvuuden kannalta.