



Mirva Yppäriä

## **MAAHANMUUTTAJILLE SUUNNATTU SUUN TERVEYDENHUOLLON KIRJALLINEN OHJAUSMATERIAALI**

Systemaattinen kirjallisuuskatsaus

**MAAHANMUUTTAJILLE SUUNNATTU SUUN TERVEYDENHUOLLON  
KIRJALLINEN OHJAUSMATERIAALI**

Systemaattinen kirjallisuuskatsaus

Mirva Yppäriä  
Opinnäytetyö  
Syksy 2012  
Suun terveydenhuollon koulutusohjelma  
Oulun seudun ammattikorkeakoulu

## TIIVISTELMÄ

Oulun seudun ammattikorkeakoulu  
Suun terveydenhuollon koulutusohjelma

---

Tekijä: Mirva Yppärilä

Opinnäytetyön nimi: Maahanmuuttajille suunnattu suun terveydenhuollon kirjallinen ohjausmateriaali

Työnohjaaja: TtT Helena Heikka

Työn valmistumisvuosi ja -lukukausi: Syksy 2012

Sivumäärä: 37 + 1 liite

---

Suomi on viime vuosien aikana kansainvälistynyt nopeasti. Tämä tulee näkymään myös hammashoitoloissa kasvavina maahanmuuttajataustaisten asiakkaiden määrinä. Monet Suomeen tulleista maahanmuuttajista eivät puhu suomea tai vasta opiskelevat sitä. Tämä voi aiheuttaa kommunikointiongelmia hoitavan henkilön ja asiakkaan välille. Apuna tässä voi käyttää maahanmuuttajille suunnattuja suun terveydenhoidon kirjallisia ohjeita.

Opinnäytetyön tavoitteena oli perehtyä maahanmuuttajille suunnattuihin suun terveydenhoidon kirjallisiin ohjeisiin. Tarkasteltavana oli ohjeiden sisältö ja laatu. Tutkimusmetodina käytettiin systemaattista kirjallisuuskatsausta. Systemaattisen tiedonhaun perusteella arvioitavaksi valittiin seitsemän maahanmuuttajille suunnattua suun terveydenhoidon kirjallista ohjetta, jotka arvioitiin suuhygienistin näkökulmasta alan kirjallisuutta apuna käyttäen.

Maahanmuuttajille suunnattuja suun terveydenhoidon kirjallisia ohjeita on niukasti saatavilla. Kuitenkin osa niistä on hyvin käyttökelpoisia ja hyödyllisiä. Kasvavan maahanmuuton myötä tarve kyseisille ohjeille on olemassa, mutta kuitenkin marginaalinen.

Jatkossa tarve maahanmuuttajille suunnatuille suun terveydenhoidon kirjallisille ohjeille tulee todennäköisesti kasvamaan. Uusia ohjeita laadittaessa tulee huomioida niiden helppo sovellettavuus käytännön työhön. Myös suurimmat vieraskieliset ryhmät tulee huomioida erikielisiä ohjeita laadittaessa, jotta ohjeen kohderyhmä on tarpeeksi suuri ja ohje hyödyllinen.

---

Asiasanat: maahanmuuttajat, suun terveydenhuolto, ohjausmateriaali, opas, systemaattinen kirjallisuuskatsaus

## ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences  
Degree Programme in Dental Health Care

---

Author: Mirva Yppäriä

Title of thesis: Written Oral Health Care Instructions for Immigrants

Supervisor: Helena Heikka

Term and year the thesis was submitted: Autumn 2012    Number of pages: 37 + 1 appendix

---

During the last years Finland has quickly become more and more international. This can be seen in growing numbers of immigrant customers in dental care centers. Many of the immigrants who come to Finland do not speak Finnish or they are studying Finnish. This may cause communication problems between the dental hygienist and the customer. To help overcome communication problems the dental hygienist can use written instructions for immigrants.

The aim of this thesis was to look for written oral health care instructions for immigrants in Finland and get information about their content and quality.

This study was made using systematic literature review. Different search engines were used to find written oral health care instructions for immigrants. Also manual search was used. Guidance from the library of Oulu University of Applied Sciences was also used to help in the process of systematic literature review.

As a result seven written oral health care instructions for immigrants were found. They were analysed using appropriate aid from literature how to analyse written instructions. Instructions were analysed from dental hygienists' point of view.

Although written oral health care instructions found were scarce, some of them were usable and beneficial.

In future when written oral health care instructions for immigrants are planned to be made the biggest foreign language groups should be noted.

---

Keywords: immigrants, oral health care, instructions, guidebook, systematic literature review

# SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ.....	3
ABSTRACT.....	4
1 JOHDANTO.....	7
2 MAAHANMUUTTAJAT SUOMESSA.....	8
2.1 Maahanmuuttajien yleisimpiä määritelmiä.....	8
2.1.1 Pakolainen/kiintiöpakolainen.....	8
2.1.2 Turvapaikanhakija.....	9
2.1.3 Siirtolainen.....	9
2.1.4 Paluumuuttaja.....	9
2.2 Suomen kansalliskielet ja suurimmat vieraskieliset ryhmät.....	9
2.3 Maahanmuuttajat ja suun terveydenhuollon palvelut.....	10
2.4 Maahanmuuttajien suun terveyden edistäminen.....	11
2.4.1 Neuvolaikäiset.....	11
2.4.2 Koululaiset ja nuoret.....	12
2.4.3 Työikäiset.....	14
2.4.4 Ikääntyneet.....	14
3 KIRJALLINEN OHJAUSMATERIAALI TERVEYDEN EDISTÄMISEN TUKENA SUUN TERVEYDEN HUOLLOSSA.....	16
3.1 Kirjallisen ohjeen ulkoasu, rakenne ja kieli.....	16
3.2 Laadukkaan oppaan kriteerit.....	17
3.3 Kirjallisten ohjeiden tarve ja tarkoitus.....	17
4 SYSTEMAATTINEN KIRJALLISUUSKATSAUS TUTKIMUSMENETELMÄNÄ.....	19
5 TUTKIMUSTEHTÄVÄT.....	21
5.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tavoitteet.....	21
5.2 Tutkimuskysymykset.....	21
6 SUUNNITTELU JA TOTEUTUS.....	22
6.1 Aineiston valintakriteerit.....	22
6.2 Hakujen suorittaminen.....	22
6.3 Aineiston analysoiminen.....	23
7 TULOSTEN ARVIOINTI.....	24
8 POHDINTA.....	32
LÄHTEET.....	34

LIITTEET .....	38
----------------	----

## 1 JOHDANTO

Suomi on tullut vuosi vuodelta monikulttuurisemmaksi ja maahanmuuttajien osuus väestöstä on kasvanut merkittäväksi. Vuonna 2011 Suomessa vakituisesti asuvia ulkomaan kansalaisia oli 183 133 henkilöä. Tämä näkyy muun muassa suun terveydenhuollossa. Monet saapuvat maahan ilman suomenkielen taitoa, mikä saattaa hankaloittaa potilaan ja suuhygienistin vuorovaikutusta.

Joillekin maahanmuuttajille säännölliset käynnit suun terveydenhuollon tarkastuksissa, voivat olla outoa. Hammaslääkäriin mennään vasta vaivan päästyä pahaksi. (Keskinen 2009, 148.) Suomessa ohjataan potilaita itse ennalta ehkäisemään suusairauksien syntymistä. Tässä potilaan äidinkielellä olevat kirjalliset oppaat ovat oivana apuna. Oppaista voidaan hyötyä myös niissä tilanteissa, kun suuhygienistin ja asiakkaan välinen viestintä ei yhteisen kielen puuttumisen takia onnistu.

Opinnäytetyön tarkoituksena on tehdä systemaattinen kirjallisuuskatsaus maahanmuuttajille suunnatuista suun terveydenhoidon oppaista. Tarkoitus on selvittää, minkälaisia oppaita maahanmuuttajille on tarjolla ja millä kielillä. Opinnäytetyössä perehdytään myös maahanmuuttajille suunnattujen oppaiden laatuun. Opinnäytetyössä perehdyn myös maahanmuuttajiin Suomessa ja siihen, millaiset mahdollisuudet heillä on saada julkisen terveydenhuollon palveluja.

## **2 MAAHANMUUTTAJAT SUOMESSA**

Vuonna 2003 Suomessa vakituisesti asuvia ulkomaan kansalaisia oli 107 003 henkilöä. Vuonna 2007 heitä oli 132 708 ja vuonna 2011 määrä oli 183 133 henkilöä. (Sisäasiainministeriö 2011, 4, hakupäivä 4.10.2012.) Lukumäärä on siis kasvanut vuosi vuodelta.

### **2.1 Maahanmuuttajien yleisimpiä määritelmiä**

Maahanmuuttajalla tarkoitetaan ulkomailta toiseen maahan pysyvässä asumistarkoituksessa muuttavaa henkilöä. Maahanmuuttaja on yleiskäsite, jota käytetään kuvaamaan kaikkia maahan muuttaneita henkilöitä. (Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2001, hakupäivä 1.10.2012.)

Euroopassa eri maissa maahanmuuttajista on käytössä eri nimityksiä. Englannissa käytetään käsitettä etniset vähemmistöt, koska yleensä on kyse ihmisistä, jotka ovat asuneet maassa jo vuosikymmeniä. Amerikassa taas maahanmuuttajakeskusteluissa käytetään usein sanaa rotu. Ranskassa tasavaltalaisen (vapaus, veljeys, tasa-arvo) perinteen mukaisesti ei mielellään erotella ihmisiä etnisen taustan mukaan. Siksi siellä puhutaan harvemmin etnisistä vähemmistöistä. Maahanmuuttajien eri käsitteiden ongelmallisuutta kuvaa laajalle levinnyt termi ”toisen polven maahanmuuttaja”. He ovat harvoin itse maahanmuuttajia, vaan ovat jo syntyneet ja kasvaneet kyseisessä maassa. (Ekholm 2001, 163.)

#### **2.1.1 Pakolainen/kiintiöpakolainen**

Pakolaiseksi kutsutaan ihmistä, joka nauttii kansainvälistä suojelua kotimaansa ulkopuolella. Kotimaassaan pakolainen on joutunut vainon kohteeksi rodun tai kansallisuuden, uskonnon, yhteiskuntaryhmän tai poliittisen mielipiteen vuoksi. Esimerkiksi sotaa tai luonnonkatastrofia pakenevat eivät ole pakolaisia, mutta useissa maissa määritelmää on laajennettu ja pakolaisstatus myönnetään muillekin kuin henkilökohtaisen vainon kohteiksi joutuneille. Suomessakin pakolaiseksi kutsutaan sellaistakin ihmistä, joka on saanut oleskeluluvan suojelutarpeen tai humanitaaristen syiden perusteella. Humanitaarisia syitä voivat olla esimerkiksi sisällissota tai luonnonmullistuksen aiheuttama katastrofi. (Tapanainen 2003, 10.)



Vuonna 1985 Suomen hallitus teki päätöksen vuosittaisesta pakolaiskiintiöstä. Ensimmäisen kiintiön koko oli sata pakolaista vuodessa. Vuonna 2000 kiintiö oli 700 pakolaista per vuosi. (Forsander & Ekholm 2001, 110.)

### **2.1.2 Turvapaikanhakija**

Turvapaikanhakija on ihminen, joka hakee turvaa vieraasta valtiosta. Vain pienelle osalle turvapaikanhakijoista myönnetään Suomessa pakolaisstatus. (Tapanainen 2003, 10.) Vuonna 2005 turvapaikkaa haki Suomesta 3 545 ihmistä. Heistä 12 sai turvapaikan Suomesta. Oleskelulupa myönnettiin 585 turvapaikanhakijalle. (Pitkänen 2006, 22.)

### **2.1.3 Siirtolainen**

Siirtolaisella tarkoitetaan henkilöä, joka muuttaa pysyvästi asumaan toiseen maahan. Siirtolaisen on tarkoitus hankkia toimeentulonsa maassa, johon hän muuttaa. Nimitystä siirtotyöntekijä taas käytetään, kun ihminen siirtolaisen tavoin hakeutuu toiseen maahan hankkiakseen toimeentulon, mutta ei asetu maahan pysyvästi. (Tapanainen 2003, 10.)

### **2.1.4 Paluumuuttaja**

Paluumuuttajaksi kutsutaan henkilöä, joka on saanut oleskeluluvan Suomeen suomalaisen kansallisuutensa perusteella (Infopankki, hakupäivä 9.10.2012). Heistä käytetään usein myös nimitystä inkerinsuomalaiset. Paluumuuttajalla ei ole Suomen kansalaisuutta, mutta hän on etniseltä taustaltaan suomalaista syntyperää. 10.4.1990 tasavallan presidentti Mauno Koivisto antoi haastattelulausunnon, joka oli pohjana virkamiespäätöksille, joiden pohjalta paluumuutto käynnistyi (Liebkind, Mannila, Jasinskaja-Lahti, Jaakkola, Kyntäjä & Reuter 2004, 24). Paluumuuttojärjestelmä ollaan nykyään lopettamassa (Infopankki, hakupäivä 9.10.2012). Kansallisuudeltaan suomalaiset paluumuuttajat ovat Suomen suurin maahanmuuttajaryhmä (Tilastokeskus 2010, hakupäivä 14.10.2012).

## **2.2 Suomen kansalliskielet ja suurimmat vieraskieliset ryhmät**

”Suomen kansalliskielet ovat suomi ja ruotsi” (Suomen perustuslaki (731:1999 2:17 §, hakupäivä 5.10.2012). Perustuslain mukaan saamelaisilla, romaneilla ja muilla ryhmillä on oikeus ylläpitää ja kehittää omaa kieltään. Saamelaisten oikeudesta käyttää saamen kieltä on erikseen säädetty saamen kielilaissa.

Muita kuin suomea, ruotsia tai saamea äidinkielenään puhuvia oli Suomessa vuonna 2011 yhteensä 244 827 henkilöä. Määrä vastaa 4,5 % Suomen väestöstä. (Sisäasiainministeriö 2011, 5, hakupäivä 5.10.2012.)

*TAULUKKO 1. Suurimmat vieraskieliset ryhmät Suomessa vuonna 2011 (Sisäasiainministeriö 2011, 5, hakupäivä 5.10.2012)*

<b>Suurimmat vieraskieliset ryhmät vuonna 2011</b>	<b>Osuus väestöstä</b>
venäjä	58 331
viro	33 076
somali	14 045
englanti	13 804
arabia	11 252
kurdi	8 623
kiina	8 257
albania	7 408
thai	6 342
vietnam	6 060
<b>Vieraskielisiä yhteensä</b>	<b>244 827</b>

### **2.3 Maahanmuuttajat ja suun terveydenhuollon palvelut**

Kaikilla Suomessa pysyvästi asuvilla on samat oikeudet terveystalviuihin. Tämä koskee siis myös siirtolaisia, paluumuuttajia ja pakolaisia. Turvapaikanhakijoiden ja tilapäisen oleskeluluvan (B-status) saaneiden turvapaikanhakijoiden terveydenhuolto sen sijaan on rajoitettua. Heillä on oikeus välttämättömään sairaan hoitoon, joka järjestetään vaihtelevin muodoiin vastaanottokeskusten kautta. (Oroza 2007, 441-442.)

Kasvavan maahanmuuton myötä maahanmuuttajien terveyspalveluiden käyttö tulee lisääntymään (Pakaslahti 2007, 431). Tämä tulee näkymään myös suun terveydenhuollossa.

Suuri osa maahanmuuttajista saapuu Suomeen ilman suomenkielen taitoa (Pakaslahti 2007, 431). Siksi onkin ymmärrettävää, että kieliongelmat aiheuttavat haasteita suun terveydenhuollossa (Keskinen 2009, 148). Kielitaidottomuus ja kommunikaatio-ongelmat voivat vaikeuttaa vuorovaikutusta ja estää hoidon saamista (Gissler 2006, 14).

Terveydenhuolto on suurin tulkkaukspalvelujen käyttäjä. Suomessa on kahdeksan alueellista kunnallista tulkkikeskusta. Vuonna 2006 kysytyimpiä tulkkaukspalveluja olivat arabia, venäjä, persia, somali ja kurdi. Tulkin tilaa viranomainen, ei maahanmuuttaja. (Salo 2007, 493-494.)

Turvapaikanhakijoiden tulkkipalvelut järjestää vastaanottokeskus. Pakolaisten kohdalla taas kunta, joka on sopinut TE-keskuksen kanssa pakolaisten vastaanotosta, järjestää pakolaisten vastaanoton. Tähän kuuluvat mm. tulkkipalvelut. (Työministeriö 2005, hakupäivä 7.10.2012.) Kielipalvelujen tarvetta voidaan vähentää kääntämällä viranomaisen tiedotteita ja esitteitä vieraille kielille (Työministeriö 2005, hakupäivä 7.10.2012).

## **2.4 Maahanmuuttajien suun terveyden edistäminen**

Oman kielisen suun terveyden edistämisen kirjallisen ohjeen sisältö on helpommin ymmärrettävissä kuin vieraskielinen. Suun terveyden edistämisessä pääpaino on oikeaoppiseen itsehoitoon ohjaamisessa ja ennaltaehkäiseissä hoitotoimenpiteissä, kuten hammaskivenpoisto, fluoraus tai lapsilla pinnoitus. Suusairauksien ennaltaehkäisy ei välttämättä ole joillekin maahanmuuttajille tuttua, joten itsehoidon ohjauksen tärkeys korostuu heidän kohdallaan. Tässä oman kielinen kirjallinen hoito-ohje toimii oivana apuna.

### **2.4.1 Neuvolaikäiset**

Mutans-streptokokki on hampaiden reikiintymistä aiheuttava kariesbakteeri. Se ei elä hampaattomassa suussa, joten lapsi voi saada tartunnan vasta ensimmäisten maitohampaiden puhjettua noin kuuden kuukauden iässä. Tartunta tapahtuu syljen välityksellä. Useimmiten mutans-streptokokki saadaan äidiltä (Alaluusua 2009, hakupäivä 21.11.2012). Mutanstartunta voi

tapahtua esimerkiksi jos ruokaa koemaistetaan lapsen lusikalla. Mitä nuorempana mutansstreptokokkitartunta tapahtuu ja mitä hiilihydraattipitoisempaa lapsen ravinto on, sitä enemmän bakteereita kertyy lapsen suuhun ja sitä aikaisemmin ja enemmän kariesta esiintyy. (Keskinen & Sirviö 2009, 100.) Äidin säännöllinen ksylitolin käyttö ehkäisee lasten mahdollisuutta saada streptokokki-infektio äidiltä (Mäkinen 2003, 64).

Täysimetystä suositellaan kuuden kuukauden ikäiseksi saakka. Näin edistetään myös suun terveyttä, koska imetys edistää lapsen suun alueen lihaksiston ja leukojen alueen sekä purennan kehittymistä. (Keskinen & Sirviö 2009, 100-101.) Tuttia voidaan tarvita vauvan rauhoittamiseen, koska vauvalla on luonnollinen imemisvietti. Imemisvietti vähenee 6-8 kuukauden iässä, jolloin tutin käyttöä voidaan alkaa asteittain vähentää. Tutista tulisi luopua kokonaan viimeistään lapsen ollessa kaksivuotias. (Hurmerinta & Nyström 2008, hakupäivä 21.11.2012.) Tuttipullosta irtaudutaan viimeistään, kun lapsi opettelee juomaan mukista (Keskinen & Sirviö 2009, 105).

Kuuden kuukauden ikäisestä kaksivuotiaaksi asti lapselle voi käyttää hammastahnaa, joka sisältää fluoria 500 ppm. Hammastahnaa laitetaan vain sipaisun verran. Kaksivuotiaasta viisivuotiaaksi asti voidaan käyttää 1100 ppm verran fluoria sisältävää hammastahnaa. Lapsen tulisi osata sylkeä ennen siirtymistä enemmän fluoria sisältävään hammastahnaan. (Karieksen hallinnan käypähoito-työryhmä 2009, hakupäivä 8.11.2012.)

#### **2.4.2 Koululaiset ja nuoret**

Lapset oppivat ruokailu- ja suunhoitotottumukset kotoa. Vanhempien tottumukset ovat heille esimerkinä. Lapsen hyvä suun terveys ja reikiintymätön hampaisto ennakoivat hyvää hampaiden terveyttä jatkossakin. Hyvä suun terveyden kehitys saadaan ensisijaisesti aikaan terveellisin elintavoin ja huolehtimalla hyvästä suuhygieniasta. (Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisu 2009, 37, hakupäivä 14.10.2012.) Varhaisessa vaiheessa omaksutut terveyskäyttäytymistavat ovat hyvin pysyviä (Heikka 2009, 126). Siksi hyvien tottumusten varhaista omaksumista tulisi tukea.

Ravinnolla ja ruokailutottumuksilla voidaan vaikuttaa puhkeaviin hampaisiin joko vahvistamalla niitä tai aiheuttamalla niiden nopeaa reikiintymistä. Ihanteellisessa tilanteessa kouluikäisen

lapsen päivittäiseen ruokailuun tulisi kuulua aamiainen, koululounas, välipala, päivällinen sekä iltapala. (Keskinen 2009, 116.)

Paras janojuoma on vesi. Koululaisen hampaiden terveyden kannalta paras ruokajuoma taas on maito tai piimä. Happamia juomia, kuten sokeroimattomia täysmehuja voi juoda korkeintaan kerran päivässä jonkun aterian yhteydessä. Ne eivät kuitenkaan sovellu janojuomiksi. Happamat juomat, kuten mehut ja ns. kevytjuomat voivat aiheuttaa hampaiden reikiintymistä ja/tai hammaseroosiota. (Keskinen 2009, 118.) Nykyisin suosittu energijuomat ovat myös hampaille haitallisia happamuutensa vuoksi. Ne aiheuttavat hampaiden kiilteen liukenemistä ja jopa purennan muutoksia. (Rannikko 2008, 16.)

Koululaisen puhkeavien hampaiden terveyden kannalta parhaita makeisia ovat ksylitolituotteet. Niitä olisi hyvä käyttää säännöllisesti 3-5 kertaa päivässä. Koululaisella voi olla karkkipäivä kerran viikossa. Karkkipäivänä ihanteellisinta olisi herkkuhetki heti aterian jälkeen ja silloinkin ksylitolia vielä viimeiseksi. (Keskinen 2009, 117.)

Hampaat tulisi harjata säännöllisesti kaksi kertaa päivässä (Keskinen & Sirviö 2009, 109). Lapsen iän ja koon mukaan valitussa hammasharjassa tulisi olla pieni harjaspää ja pehmeät harjakset. Viimeistään yläkouluun mentäessä voidaan alkaa käyttää aikuisten hammasharjoja. Hammasvälien puhdistus voidaan aloittaa 10-12-vuotiaana. (Keskinen & Sirviö 2009, 118-119.)

Vuonna 2003 julkaistun järjestelmällisen Cochrane-katsauksen mukaan fluorihammastahnan käyttö vähentää hampaiden reikiintymistä lapsilla ja nuorilla. Mitä useammin fluorihammastahnaa käytetään, sitä suurempi on hampaiden reikiintymistä ehkäisevä vaikutus. (Seppä & Hausen 2009, hakupäivä 8.11.2012)

Kaikenikäiset koululaiset voivat käyttää tavallista, aikuisille tarkoitettua hammastahnaa, jonka fluoripitoisuus on 0,1-0,15 % (1000-1500ppm). Erikoistahnoja, kuten valkaisevia tai hammaskivenmuodostusta ehkäiseviä hammastahnoja ei suositella koululaisille. Koululaiset tosin voivat käyttää hammastahnaa, joka ei sisällä natriumlaurylsulfaattia, jos heillä on kipeitä limakalvorakkuloita eli aftoja. Tahnaa laitetaan harjalle noin herneen kokoinen määrä. (Keskinen & Sirviö 2009, 119.)

Vielä alakoulun ensimmäisillä luokilla koululainen tarvitsee vanhempien apua hampaiden iltaharjauksessa. Harjaustulos olisi hyvä ainakin tarkistaa. Erityisesti tulisi huolehtia puhkeavien hampaiden purupintojen puhdistuksesta. (Keskinen & Sirviö 2009, 119.)

### **2.4.3 Työikäiset**

Aikuisenakin tulisi rajoittaa sokeripitoisten tuotteiden nauttimista. Samoin happamien tuotteiden usein toistuvaa käyttöä tulisi välttää. Työikäisten hyvää suun terveyttä tukee myös tupakoimattomuus ja raittius tai kohtuullinen alkoholin käyttö. Työikäisten tulisi käydä suun terveydenhuollon ammattilaisten vastaanotolla yksilöllisesti suositelluin välein. (Heikka 2009, 126-127.)

Aikuisiässä suuhygienian ylläpitämiseen kuuluu hampaiden, hammasvälien ja kielen puhdistaminen. Suun terveyden ylläpitämiseksi myös kiinteiden tai irrotettavien proteesien puhdistus on tärkeää. Aikuisille suositeltu hammastahnan fluoripitoisuus on 0,1-0,15 %. Kyseisellä määrällä saadaan karieksen estovaikutus aikaan. Aikuiset ovat myös roolimalleina lapsille. Siksi on tärkeää, että aikuisten suun terveydenhoitotavat ovat terveyttä edistäviä ja ylläpitäviä. (Heikka 2009, 126-127.)

### **2.4.4 Ikääntyneet**

lääkäiden ihmisten suun terveydenhoidossa pääpaino on suun ja proteesien puhtaudessa. Puhtaus ehkäisee reikiintymistä ja erilaisia suun tulehduksia ja vaivoja. Erilaiset suun ongelmat kuten puuttuvat hampaat, purentavaikeudet tai suun arkuudet voivat aiheuttaa aliravitsemusta ja tärkeiden ravintoaineiden puutteesta johtuvaa yleiskunnon heikkenemistä. (Keskinen 2009, 131.) Myös kokoproteeseja käyttävien tulisi puhdistaa suu päivittäin, vaikkei omia hampaita olisikaan, sillä suun mikrobit voivat aiheuttaa eriasteisia suutulehduksia (Heikka & Sirviö 2009, 89).

Monet ikääntyneet pystyvät itse huolehtimaan suun terveydestään. Suuhygienian ylläpitäminen voi vaikeutua sairauksien ja erilaisten vaivojen ilmaannuttua. Tällöin tarvitaan apua suun hoidossa asuttiinpa kotona tai laitoksessa. (Keskinen 2009, 130.)

lökkäiden tulisi harjata hampaat aamuin illoin fluorihammastahnaa käyttäen. Myös hammasvälit, implantit, proteesit ja kieli tulisi puhdistaa asianmukaisilla välineillä ja puhdistusaineilla. Hammasproteesit tulisi puhdistaa päivittäin. Puhdistuksessa käytetään proteesiharjaa ja joko proteesienpuhdistusainetta, astianpesuainetta tai nestemäistä saippuaa. (Keskinen 2009, 133.) Yön ajaksi proteesi on hyvä ottaa pois suusta ja säilyttää pestynä kuivassa, ei kosteassa. Perusteellinen kuivattaminen tuhoaa anaerobibakteerit ja sienet proteesin pinnalta. Tällä keinolla voidaan ehkäistä proteesin suuhun aiheuttamia tulehduksia. (Lahtinen & Ainamo 2006, 2712, hakupäivä 21.11.2012.)

Säännöllinen ateriarytmi on tärkeä myös ikääntyneille. Syöminen on helppoa ja nautittavaa, kun suu on kivuton, hampaita on riittävästi tai hammasproteesit istuvat hyvin. Tällöin voi syödä monipuolisesti ja valikoimatta.

Sairauksista ja lääkityksistä johtuen, suun kuivuus on ikääntyneillä yleinen vaiva. Terveillä ikääntyneilläkin syljen koostumus voi muuttua suun sairauksille suosiollisemmaksi, vaikkei syljen erityys vähenisi. Apuna tähän voi käyttää esimerkiksi suun limakalvojen voitelua ruokaöljyllä. Apteekissa on saatavilla erilaisia kuivan suun hoitoon käytettyjä tuotteita. Ksylitolia sisältävät pastillit ja puristeet ovat myös suositeltavia. (Keskinen 2009, 133.) Sen sijaan sokeria sisältäviä makeisia ja pastilleja ei tulisi käyttää kuivan suun oireisiin, sillä suun kuivuus yhdessä sokeripitoisten tuotteiden kanssa lisää reikiintymisriskiä (Keskinen 2009, 136).

### **3 KIRJALLINEN OHJAUSMATERIAALI TERVEYDEN EDISTÄMISEN TUKENA SUUN TERVEYDEN HUOLLOSSA**

Kirjallista ohjausmateriaalia voivat olla lyhyet yhden sivun mittaiset ohjeet tai lehtiset. Niitä voivat olla myös useampisivuiset pienet kirjaset tai oppaat. Hoitotyön ammattilaiset voivat arvioida olemassa olevia kirjallisia ohjeita erilaisten arviointimallien avulla. (Kyngäs, Kääriäinen, Poskiparta, Johansson, Hirvonen & Renfors 2007, 124.)

#### **3.1 Kirjallisen ohjeen ulkoasu, rakenne ja kieli**

Hyvä ulkoasu palvelee ohjeen sisältöä. Suunnittelematon ulkoasu hyljeksii lukijaa. Taitto eli tekstin ja kuvien asettelu on hyvän ohjeen lähtökohta. Hyvin taitettu ohje houkuttelee lukemaan ja parantaa ymmärrettävyyttä. (Torkkola, 2002, 53.)

Kynkään ym. (2007, 127) mukaan kirjallisen ohjeen kirjasinkoon tulisi olla vähintään 12. Torkkolan (2002, 59) mukaan olennaista kirjasintyyppin valinnassa on, että kirjaimet erottuvat selvästi toisistaan. Leipätekstissä kannattaa käyttää pienaakkosia. Suuraakkosia voi käyttää otsikoissa. Pitkissä otsikoissa niitä tosin ei kannata käyttää, sillä se vaikeuttaa hahmottamista. Leipätekstissä paras korostuskeino on lihavointi. Alleviivaus saa leipätekstin helposti näyttämään ahtaalta. (Torkkola, 2002, 59.)

Kirjallisten ohjeiden ymmärrettävyyteen tulisi kiinnittää huomiota. Huonosti ymmärrettävät kirjalliset ohjeet saattavat heikentää muuten hyvää ohjausta. Ohjeen vaikeaselkoisuuden vuoksi asiakas saattaa ymmärtää asian väärin. (Kyngäs ym. 2007, 125.) Kirjallisen ohjeen ymmärrettävyyttä voidaan lisätä kuvin, kuvioin, kaavioin ja taulukoin. Niiden tulee kuitenkin olla tarkkoja, mielenkiintoa herättäviä ja ymmärrettäviä. (Kyngäs ym. 2007, 127.)

Hyvin valitut, tekstiä täydentävät ja selittävät kuvat ja piirroksot lisäävät ohjeiden luettavuutta, kiinnostavuutta ja ymmärrettävyyttä. Parhaimmillaan hyvä kuvitus herättää mielenkiintoa ja auttaa ymmärtämään. (Torkkola 2002, 40.)

Tekstikappaleissa esitetään vain yksi asia kappaletta kohden ja pääasia sijoitetaan ensimmäiseen virkkeeseen. Tekstistä pitää saada yhdellä silmäyksellä käsitys siitä, mitä se



sisältää. Käytettäessä lääketieteellisiä termejä, niiden sisältö pitää määritellä. Mieluummin tulisi käyttää aktiivi- kuin passiivimuotoa. (Torkkola 2002, 40.)

Kirjallisen ohjausmateriaalin tulee olla sisällöltään ja kieliasultaan sopivaa ja ymmärrettävää. Jos kirjallinen ohje on hyvin suunniteltu, tehokas ja asiakkaan oppimiskyvyn huomioiva, asiakas voi käyttää sitä itseopiskeluun. Kirjallisen ohjausmateriaalin kokonaisuutta voidaan arvioida sisällön, ulkoasun, kielen ja rakenteen näkökulmista. (Kyngäs ym. 2007, 125.)

### **3.2 Laadukkaan oppaan kriteerit**

Parkkunen, Vertio ja Koskinen-Ollonqvist (2001, 10-21) ovat asettaneet terveysaineistolle laatukriteerit. Aineiston sisältöön liittyviä kriteerejä ovat, että aineistolla on konkreettinen terveystavoite, tieto on oikeaa ja virheetöntä ja tietoa on sopiva määrä. Kieliasun tulisi olla helppolukuista. Lyhyitä lauseita tulisi suosia ja vaikeita lauserakenteita välttää. Selkokielen käyttö parantaa yhtäläisiä mahdollisuuksia saada tietoa. Selkokieli on helposti ymmärrettävää kieltä, jossa teksti on tietoisesti muutettu rakenteellisesti ja sisällöllisesti helpommin ymmärrettävään muotoon. Ulkoasuun liittyvinä kriteereinä on, että sisältö on selkeästi esillä, se on helposti hahmoteltavissa ja kuvitus tukee tekstiä. Kuvituksen tulee sopia aineiston yleisilmeeseen. Kokonaisuuteen liittyvinä kriteereinä on, että kohderyhmä on selkeästi määritelty ja kohderyhmän kulttuuria on kunnioitettu. Kokonaisuus herättää huomiota ja luo hyvän tunnelman.

### **3.3 Kirjallisten ohjeiden tarve ja tarkoitus**

Kirjallisen ohjausmateriaalin käyttö on erityisen tarpeellista silloin, kun suullisen ohjauksen toteutusaika on vähentynyt. Asiakas voi tukeutua kirjallisiin ohjeisiin ja tarkastaa tietojaan niistä myös itsekseen. (Kyngäs ym. 2007, 124.) Myös tietoa terveyspalveluista voidaan lisätä kirjallisilla oppailla eri kieli- ja kulttuuritaustat huomioiden (Etene-julkaisuja 2004, 11). Maahanmuuttajataustaisen henkilön ollessa asiakkaana terveydenhuollon ammattilaisen käyttämien käsitteiden ja ohjauksen tavoite eivät tule keskustelussa aina ymmärretyksi. Siksi sanallisen viestinnän tukena olisi hyvä käyttää muitakin ohjausmenetelmiä. (Wathen 2007, 51, hakupäivä 12.11.2012.)

Joillekin maahanmuuttajille suullisella viestinnällä on suurempi merkitys kuin kirjoitetulla. Esimerkiksi somalin kielellä, joka on Suomen kolmanneksi suurin vieraskielinen ryhmä, on vahva suullinen perintö. (Mölsä & Tiilikainen 2007, 453.) Orozan (2007, 443) arvion mukaan pakolaisina Suomeen tulleista aikuisista noin kymmenesosa on luku- ja kirjoitustaidottomia. Tällaisten potilaiden kanssa on erityisen tärkeää käydä kirjalliset ohjeet läpi myös suullisesti.

Antamalla tietoa voidaan tukea potilaan päätöksentekoa ja oman toiminnan arviointia. Annetut neuvot voivat vahvistaa yksilön omaa kykyä tehdä ratkaisuja. (Poskiparta 2002, 32.) Kun asiakkaalla on riittävästi tietoa, hän pystyy viime kädessä itse arvioimaan, mikä on hänelle hyväksi (Kyngäs ym. 2007, 47).

Oppaissa täytyy ottaa huomioon, mihin sillä halutaan vaikuttaa. Ohjeen avulla tiedolliseen tasoon vaikuttaminen on helpointa. Vaikuttaminen käyttäytymiseen ja asenteisiin on vaikeampaa. Tieto ei suoraan johda käyttäytymisen muutokseen. (Torkkola 2002, 20.) Vertion (2003, 141) mukaan noin 100 ihmistä muuttaa käyttäytymistään esitteen perusteella, jos esite on huolella tehty ja sitä on painettu 100 000 kappaletta.

## 4 SYSTEMAATTINEN KIRJALLISUUSKATSAUS TUTKIMUSMENETELMÄNÄ

Kirjallisuus katsaukset ovat koottua tietoa rajatulta alueelta. Yleensä katsaus tehdään vastauksena tutkimusongelman kysymykseen. (Leino-Kilpi 2007, 2.) Luonteeltaan systemaattinen kirjallisuuskatsaus kuuluu teoreettisen tutkimuksen piiriin (Tuomi & Sarajärvi 2012, 123).

Systemaattinen katsaus tehdään siten, että järjestelmällisten virheiden mahdollisuus on minimoitu. Systemaattiselle kirjallisuuskatsaukselle on tunnusomaista täsmällisyys ja läpinäkyvyys. Systemaattisessa katsauksessa etsitään kaikki asiaan kuuluvat tutkielmat, jotka järjestelmällisesti arvioidaan ja tiivistetään täsmällisellä tavalla, joka on mahdollista uusina. (Macdonald 2003, 3-4.)

Tutkimustiedon koonnasta on olemassa useita käsitteitä. Näitä on kirjallisuuskatsaus, katsaus (literature review, review) – narratiivinen kirjallisuuskatsaus (narrative literature review), perinteinen kirjallisuuskatsaus (traditional literature review) – systemoitu katsaus, systemaattinen kirjallisuuskatsaus (systematic review, systematic overview) sekä meta-analyysi (meta-analysis). Kirjallisuuskatsauksen tarkoitus vaikuttaa olennaisesti siihen sisällytettävään tutkimusaineistoon. (Johansson 2007, 3.) Systemaattinen katsaus kohdistuu tiettyinä aikoina tehtyihin tutkimuksiin. Näin ollen se on päivitettävä aika ajoin tulosten relevanttiuden ylläpitämiseksi. (Johansson 2007, 4.)

Systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa jokainen vaihe on määritelty tarkasti ja kirjattu virheiden minimoimiseksi ja katsauksen toistettavuuden mahdollistamiseksi. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus etenee suunnittelusta raportointiin ja vaiheita voi olla esimerkiksi seitsemästä yhdeksään. Systemaattisen kirjallisuuskatsauksen vaiheet voidaan karkeasti jaotella myös kolmeen vaiheeseen. Ensimmäinen vaihe sisältää katsauksen suunnittelun, toinen vaihe katsauksen tekemisen hakuineen ja analysointineen. Kolmas vaihe on katsauksen raportointi. (Johansson 2007, 5.)

Suunnitteluvaiheessa muun muassa määritellään katsauksen tarve ja määritellään tutkimuskysymykset. Tämän jälkeen valitaan sopivimmat menetelmät katsauksen tekoon, eli valitaan sopivat hakusanat ja tietokannat. Mahdollisimman kattavan tiedon saamiseksi on hyvä käyttää myös manuaalista tiedonhakua. (Johansson 2007, 6.)

Katsauksen toisessa vaiheessa tapahtuu tutkimusten analysointi. Lopuksi raportoidaan tulokset ja tehdään johtopäätökset ja mahdolliset suositukset. (Johansson 2007, 6-7.)

Systemaattiseen kirjallisuuskatsaukseen kuuluu tarkat sisäänotto- ja poissulkukriteerit tutkimukseen sisällytettävien aineistojen valinnassa (Johansson 2007, 6). Kaikkia löydettyjä aineistoja ei siis oteta tutkimukseen mukaan.

## **5 TUTKIMUSTEHTÄVÄT**

### **5.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tavoitteet**

Opinnäytetyöni tarkoituksena on systemaattisen kirjallisuuskatsauksen avulla kartoittaa kirjallisia maahanmuuttajille suunnattuja suun terveydenhuollon ohjausmateriaaleja.

Tutkimuksen tavoitteena on arvioida maahanmuuttajille suunnattujen suun terveydenhoidon kirjallisten ohjausmateriaalien laatua, hyödyllisyyttä ja tarvetta.

### **5.2 Tutkimuskysymykset**

Opinnäytetyöni on systemaattinen kirjallisuuskatsaus. Sen tutkimuskysymykset ovat:

1. Millaisia kirjallisia suun terveydenhuollon ohjausmateriaaleja maahanmuuttajille on?
2. Millainen on maahanmuuttajille suunnattujen kirjallisten ohjausmateriaalien sisältö?
3. Miten maahanmuuttajille suunnatut kirjalliset ohjausmateriaalit täyttävät hyvän oppaan laatukriteerit?

## 6 SUUNNITTELU JA TOTEUTUS

Systemaattisen kirjallisuuskatsauksen suunnittelun aloitin tekemällä hakuja Ammattikorkeakoulun kirjaston tietokannoista. Näin sain käsityksen maahanmuuttajille suunnattujen suun terveydenhoidon kirjallisten ohjeiden tämän hetkisestä tarjonnasta. Käytin suunnittelussa apuna Ammattikorkeakoulun kirjaston tiedonhankinnan ohjausta, mistä sain opastusta tietokantojen käytöstä ja valinnasta. Alustavan perehtymisen pohjalta laadin aineiston valintakriteerit.

### 6.1 Aineiston valintakriteerit

Sisäänottokriteerinä on, että kirjallisten ohjeiden tulee olla Suomeen muuttaneille maahanmuuttajille suunnattuja ja suun terveydenhoitoon liittyviä. Ohjeiden tulee olla ainakin suomeksi tai englanniksi. Ohjeet saavat olla korkeintaan kymmenen vuotta vanhoja.

### 6.2 Hakujen suorittaminen

Käyttämäni hakusanat valitsin teoreettisen tarkastelun perusteella. Hakusanojen valinnassa käytin myös apuna yleistä suomalaista asiasanastoa. Jokaisesta käyttämästäni tietokannasta tarkistin hakuohjeet ennen hakujen suorittamista.

Käyttämäni tietokannat ja hakukoneet valitsin tiedonhankinnan ohjauksen perusteella ja opiskelujen aikana saamieni tietojen perusteella. Käyttämäni tietokannat, hakusanat ja hakustrategia on opinnäytetyön lopussa listattuna (liite 1). Niissä tietokannoissa, joissa haun rajauksena oli mahdollista käyttää ilmestymisvuotta, vuosiksi valitsin 2002-2012, koska sisäänottokriteerit täyttävä opas sai olla korkeintaan kymmenen vuotta vanha. Ulkomaisia tietokantoja en käyttänyt, koska hain Suomessa asuville maahanmuuttajille suunnattuja ohjeita.

Toisissa tietokannoissa rajasin haku useamman kerran, jotta hakutuloksesta sai helposti käsiteltävän. Toisissa tietokannoissa taas haku piti laajentaa luotettavan tuloksen saamiseksi. Hakutulokset kävin läpi otsikoiden perusteella. Jotkut hakutulokset johtivat hakemaan tietoa muun muassa alan lehdistä, joten lopulliseen hakutulokseen käytin myös manuaalista tiedonhakua.

### 6.3 Aineiston analysoiminen

Hakujen suorittamisen jälkeen kävin hakujen tuloksena löytämäni ohjeet tarkemmin läpi.

Sisäänottokriteerit täyttivät:

- Have a healthy smile-opas
- Suu puhtaaksi-esite
- Miten hampaat pysyvät terveinä-oppimateriaali
- Suun ja hampaiden hoito-esite
- Following tooth extraction or other oral surgery-ohje
- Terve tulevaisuus DVD: tietoa terveydenhoidosta turvapaikanhakijoille ja pakolaisille:  
Suun ja hampaiden hoito-osio kirjallisessa esitteessä
- Suun ja hampaiden hoito – ohjeita maahanmuuttajille

Hakutuloksena löytämäni ”Suun terveyden edistämistä albanian kielellä” osoittautui artikkeliksi Suomen Hammaslääkärilehdessä (2005/5). Tämä ei täyttänyt sisäänottokriteerejä.

## 7 TULOSTEN ARVIOINTI

Maahanmuuttajille suunnattujen suun terveydenhoidon kirjallisten ohjeiden sisällön arvioinnissa käytin aiheeseen liittyvää tutkimustietoa. Arvioinnissa käytin apuna Parkkusen ym. Terveysaineiston suunnittelun ja arvioinnin opasta. Kirjalliset ohjeet on arvioitu suuhygienistin näkökulmasta.

**Have a healthy smile-opas** on Satu Heikkilän ja Anniina Jantusen vuonna 2009 amk-opinnäytetyönä tekemä englanninkielinen suunhoito-opas maahanmuuttajille. Opas löytyy Oulun seudun ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveystieteiden kirjastosta Heikkilän ja Jantusen opinnäytetyön liitteenä. Opinnäytetyö on nimeltään *Have a healthy smile*: englanninkielinen suunhoito-opas maahanmuuttajille. Oppaassa on 20 sivua ja se sisältää käytännöllisiä ohjeita suun terveyden edistämiseen. Oppaassa kerrotaan yleisimmistä suun sairauksista (karies, ientulehdus), eroosiosta, ravitsemuksen vaikutuksista suun terveyteen, ksylitolista, fluorista ja eri suun puhdistustavoista. Hammashoitoon pääsystä Suomessa on myös kerrottu muutamalla lauseella.

Oppaasta käy selkeästi ilmi sen terveystavoite, joka on lukijan monipuolinen opastus suun terveyden edistämiseen. Sisällössä korostuu itsehoidon merkitys ja suusairauksien ennaltaehkäisy. Oppaan tiedot ovat oikeat ja ajantasaiset. Hampaiden eroosiosta ja sitä aiheuttavista tuotteista on kerrottu hyvin. Enemmän olisi kuitenkin voinut korostaa sitä, että eroosio johtuu nimenomaan usein toistuvasta happamien tuotteiden käytöstä. Muuten tiedot ovat kattavat ja tietoa on monista eri suun terveyteen liittyvistä aihealueista. Tietojen laajuuden huomioiden sisällysluettelo olisi selkeyttänyt lukijan itseopiskelua.

Oppaan sisällön rakenne koostuu pääosin suusairauksista ja niiden ehkäisystä. Näihin aihealueisiin liittyvät tekstiosiot menevät sisällössä joiltain osin lomittain. Esimerkiksi eroosiosta kerrotaan oppaan alkuosassa. Välissä on tietoa ravitsemuksesta, hampaiden hoidosta ja parodontiitista. Näiden tekstiosoiden jälkeen on taas yksittäinen tekstiosio oppaan puolella välissä, jossa kerrotaan eroosiosta. Tämä saattaa vaikuttaa lukijasta epäloogiselta.

Teksti on englantia hyvin osaavalle lukijalle helppolukuista. Olennaisimmat asiat ovat joka tapauksessa helposti ymmärrettävissä.



Opasta on kuvitettu värillisillä sisältöön sopivilla piirroksilla. Kohderyhmänä ovat englantia puhuvat Suomeen muuttaneet maahanmuuttajat. Aiheisällön perusteella opas on suunnattu lähinnä työikäisille. Tällä hetkellä englantia äidinkielenään puhuvat maahanmuuttajat ovat neljänneksi suurin vieraskielinen ryhmä Suomessa. Kuitenkin englanti on maailmanlaajuisesti paljon käytetty kieli. Tämän huomioon ottaen oppaasta mahdollisesti hyötyvän kohderyhmän kulttuurinen tausta voi olla kirjava. Tämä on huomioitu hyvin.

Have a healthy smile-oppaassa on käytetty valkoista taustaväriä kaikilla sivuilla, mikä ei välttämättä herätä tarpeeksi huomiota. Se tosin sopii oppaan tietopakettimaiseen sisältöön. Oppaasta jää mieleen enemmänkin tietoa antava mielikuva kuin valistamaan pyrkivä sävy. Tämä jättää lukijalle tilaa itse ajatella miten hän voi soveltaa oppaan tietoja oman suun terveytensä edistämiseen.

**Suu puhtaaksi-esite** on Almedina Cuskicinin, Laura Hiitiön, Ida Kemppaisen, Julia Kinnusen ja Niina Närhen vuonna 2009 tekemän amk-opinnäytetyön liitteenä. Opinnäytetyön nimi on Maahanmuuttajataustaisten lasten suun terveydenedistäminen Halisten koulussa. Se on nähtävissä verkossa Theseus-julkaisuarkistossa. Esite on nelisivuinen. Sisällössä kerrotaan lyhyesti tärkeimmät hampaistoon, ravintoon, kariekseen, fluoriin, ksylitoliin ja hampaiden harjaukseen liittyvät asiat.

Esitteen tavoitteena on välittää tietoa suun terveyden edistämisestä Halisten koulun oppilaiden vanhemmille. Kohderyhmänä olivat opinnäytetyön tietojen mukaan 7-9-vuotiaiden lasten vanhemmat. Esitteen tiedot ovat ajantasaiset ja esitteen kokoon nähden tietoa on sopivasti, tosin karkkipäivästä olisi voinut tarkentaa, että se tulisi olla korkeintaan kerran viikossa. Koska kohderyhmänä ovat lasten vanhemmat, esitteessä voisi korostaa heidän välittämän esimerkin merkitystä lasten terveystietoisuudelle.

Kohderyhmä on huomioitu hyvin oppaan sisällössä. Tämä näkyy esimerkiksi siinä, että esitteessä kerrotaan maitohampaiden vaihtumisesta pysyviin hampaisiin. Tämä on asia, joka liittyy olennaisesti kohderyhmän ikäisiin lapsiin. Ravitsemussuositukset on rajattu lasten hampaiden terveyttä edistäviin. Esimerkiksi suosituksissa kerrotaan, että lapsille hyvä ruokajuoma on maito. Hampaiden harjausohjeissa kerrotaan lasten hampaiden harjauksen kannalta olennaisia asioita,

kuten että vanhempien tulisi auttaa lasta harjauksessa 10 ikävuoteen saakka, kunnes lapsella käden motoriikka on tarpeeksi kehittynyt.

Esitteen tiedot ovat aiheittain otsikoituina listoina. Suomenkielinen teksti on kirjoitettu helposti ymmärrettävästi. Tekstissä on käytetty pelkästään suuraakkosia, mikä heikentää luettavuutta. Ainoastaan kansisivussa on kuva. Kuvitus olisi elävöittänyt esitteen kokonaisuutta.

Esitteen kohderyhmänä ovat Halisten koulun oppilaiden vanhemmat. Opinnäytetyössä kerrotaan, että koulun oppilaista yksi kolmasosa on maahanmuuttajataustaisia ja tavoitteena oli edistää nimenomaan heidän suun terveyttään. Siksi valitsin esitteen tähän tutkimukseen mukaan. Kohderyhmän kulttuuritausta on siis kirjava.

Esite kokonaisuutena on yksinkertainen ja lähinnä tietoa antava. Lopussa on lista käytetyistä lähteistä, mikä lisää luotettavuutta esitteen tietoihin.

**Miten hampaat pysyvät terveinä-oppimateriaali** on 28 sivuinen selkokielineen kuvakansio, jonka Irina Helin, Suvi Pääkkönen ja Jyri Zheng ovat vuonna 2009 amk-opinnäytetyönä tehneet. Opinnäytetyön nimi on Miten hampaat pysyvät terveinä: Oppimateriaalia suun terveysneuvonnan tueksi monikulttuuriseen suun terveydenhoitotyöhön. Opinnäytetyö ja oppimateriaali ovat nähtävissä Theseus-julkaisuarkistossa. Varsinainen kuvakansio on saatavilla Metropolia Ammattikorkeakoulun kirjastosta.

Kuvakansion avulla on pyritty kehittämään terveydenhuollon ammattilaisen ja eri kulttuuritaustaisen asiakkaan välistä viestintää. Tämä käy ilmi opinnäytetyöstä. Heti alussa olevat kariesta havainnollistavat valokuvat herättävät lukijan kiinnostuksen. Kariesbakteerin tartuntaa lapseen on kuvattu useiden eri kuvien avulla. Eri tapoja kariesbakteerin tartuttamiseen vanhemmalta lapselle on myös kuvattu. Tämä on tärkeä asia neuvolaikäisten lasten vanhempien ohjauksessa. Kariesbakteerin tartunnan ehkäisy on myös kuvattuna verraten hyvää ja huonoa menetelmää toisiinsa.

Hyvän ja huonon tavan vertausta on käytetty kuvaamaan suun terveyttä edistäviä tapoja myös janojuomista kerrottaessa. Hyvää ja huonoa tapaa on kuvattu iloisella ja surullisella piirretyllä hampaan kuvalla.

Sokerin käytöstä on kerrottu olennaisimmat asiat yhdellä sivulla. Samoin fluorista ja ksylitolista on tietoa yhden sivun verran. Fluorihammastahnasta ei sen sijaan kerrota ollenkaan, vaikka sen käyttö on hyvin olennainen hampaiden terveyttä edistävä tekijä.

Hampaiden harjaustekniikka on esitetty hyvin kuvien avulla. Hammasvälien puhdistuksen eri tavat on havainnollistettu valokuvien avulla erittäin hyvin. Myös kielen puhdistuksesta on kuva.

Suuhygienistin toimenkuvasta ja suuhygienistin tekemistä hoitotoimenpiteistä on kerrottu muutamalla sivulla. Hammaskivestä tai sen poistosta ei kuitenkaan ole mainittu, vaikka se on suuhygienistin usein suorittama suun terveyttä edistävä hoitotoimenpide. Pinnoituksesta on kerrottu yhdellä sivulla, mutta tätä ei kuitenkaan ole havainnollistettu.

Selkokielen käyttö lisää suomea opiskelevan lukijan mahdollisuuksia ymmärtää oppimateriaalin tekstisisältö. Eri aihealueet on esitetty loogisella tavalla. Kohderyhmänä ovat lähinnä työikäiset maahanmuuttajataustaiset asiakkaat. Kuvakansio on kuitenkin tarkoitettu ammattilaisen ja asiakkaan välisen viestinnän edistämiseen, joten sen eri aihealueita voi käyttää kommunikoinnin apuna erilaisissa tilanteissa. Esimerkiksi pinnoituksesta tai plakkiväritestistä kertovia sivuja voi käyttää lapsipotilaiden kohdalla.

Kohderyhmänä ovat suomea vasta opiskelevat maahanmuuttajat, joten oppimateriaali ei kokonaisuutena suosi tai syrji mitään kulttuuria. Oppimateriaalista välittyy iloinen henki. Materiaalin tiedot ovat ajantasaiset ja lopussa olevat lähteet lisäävät aineiston tietojen luotettavuutta.

**Suun ja hampaiden hoito-esite** on sosiaali- ja terveysministeriön vuonna 2008 julkaisema. Suomenkielinen esite on kolmisivuinen. Esite on saatavilla myös ruotsiksi, englanniksi, venäjäksi, somaliaksi ja arabiaksi. Esitteet löytyvät sekä Suomen hammaslääkäriliiton että Infopankin verkkosivuilta. Ensimmäisellä sivulla on maininta, että esite on saatavilla myös sosiaali- ja terveysministeriön verkkosivuilla ja sitä voi kopioida ja jakaa vapaasti.

Esitteen tavoitteena on opastaa suun ja hampaiden itsehoitoon. Kohderyhmänä ovat sisällön perusteella työikäiset sekä pienten ja kouluikäisten lasten vanhemmat. Esitteessä kerrotaan lyhyesti suun terveydenhuollon palveluista Suomessa, asiakkaan oikeuksista ja hoitotakuusta. Ohjeissa korostetaan hammastarkastusten tärkeyttä ja yksilöllisesti ohjeistetuista hoitoväleistä

kiinnipitämistä. Esitteessä kerrotaan myös lasten ja aikuisten yleisimmistä suun sairauksista ja siitä, mistä ne johtuvat.

Itsehoidon merkitystä korostetaan jo alussa. Tärkeimmät asiat on tiivistetty ja heti ensimmäiseen lauseeseen. Esitteessä korostetaan sylkikontaktin välttämistä lapsen ja aikuisen välillä ja tästä on annettu hyvät käytännönohjeet, esimerkiksi lapsella tulisi olla omat ruokailuvälineet.

Esitteessä olennaisimmat suun ja hampaiden terveyttä edistävät asiat on kerrottu tiiviinä tietopakettina ja asiat on esitetty yksinkertaisesti. Lopussa on lista siitä, miten voi itse edistää suun terveyttään. Ohjeissa korostetaan lisätietojen kysymistä hammashoitolasta. Kokonaisuutena esitteessä ovat vain olennaisimmat asiat, mikä saattaa herättää kysymyksiä ja kiinnostuksen omasta suun terveydestä.

Esitteessä ei ole ollenkaan kuvia, mikä tekee yleisilmeestä melko virallisen. Esitteen tiedot ovat kuitenkin oikeat ja ajantasaiset. Asioiden esittämisjärjestys on looginen ja selkeä. Kaikki erikieliset esitteet ovat ulkoasultaan samannäköiset.

Suomen viisi suurinta vieraskielistä ryhmää ovat venäjän, viron, somalin, englannin ja arabian puhujat. Tähän verrattuna kielet, joilla esite on saatavilla, vastaavat melko hyvin todellista tämän hetkistä tilannetta muiden kuin viron kielen osalta. Vironkielen puhujien ollessa Suomen toiseksi suurin vieraskielinen ryhmä esite olisi hyvä olla myös viroksi. Esite sopii hyvin hammashoitoloissa käytettäväksi erityisesti maahanmuuttaja-asiakkaiden kanssa.

Helsingin kaupungin verkkosivuilta on saatavilla yhden sivun pituinen englanninkielinen ohje, joka on otsikoitu **Following tooth extraction or other oral surgery**. Ohje on ilmestynyt vuonna 2003. Ohjeessa kerrotaan kotihoidon-ohjeita hampaan poiston tai muun suukirurgisen toimenpiteen jälkeen.

Ohjeessa kerrotaan muun muassa posken turpoamisesta operaation jälkeen, siitä kuinka kauan turvotus todennäköisesti kestää ja siitä, miten paranemista voi itse edistää. Ohjeessa kerrotaan myös operaation jälkeisestä ohimenevästä suun avaamisen rajoittuneisuudesta. Tieto jälkioireista ja niiden kestosta todennäköisesti vähentää potilaan epävarmuutta. Olennaista on tieto siitä, että oireet kuuluvat paranemisprosessiin.

Ohjeessa neuvotaan yksinkertaisella tavalla miten verenvuoto saadaan tyrehtymään. Operaation jälkeisistä kivuista tai kipulääkkeiden käytöstä sen sijaan ei ole mainintaa.

Kyseinen ohje on hyvä lisä englantia osaavalle maahanmuuttajataustaiselle potilaalle yksilöllisten ohjeiden lisäksi. Ohjeessa myös kerrotaan missä tilanteissa on aiheellista ottaa yhteyttä toimenpiteen suorittaneeseen hammashoitolaan.

**Terve tulevaisuus DVD: tietoa terveydenhoidosta turvapaikanhakijoille ja pakolaisille** kuuluu IOM:n (International Organization for Migration) vuosina 2010-2011 toteuttamaan hankkeeseen. Hankkeen tavoitteena oli edistää maahanmuuttajien terveyttä ja terveyspalvelujen saatavuutta. DVD:n saa tilaamalla sen IOM:n verkkosivujen kautta. DVD:hen liittyvä esite sen sijaan on saatavilla järjestön verkkosivuilta. Esitteessä on kahden sivun pituinen suun ja hampaiden hoito-osio. Tästä arvioin vain asiasisällön.

Esitteen suun ja hampaiden hoito-osiossa kuvaillaan suun terveydenhuollon ammattilaisen asiakkaalleen antamaa suun terveydenhoidon ohjausta. Keskustelussa käydään muun muassa läpi, miltä terve ja miltä tulehtunut ien näyttävät. Oikea harjaustekniikka, hammasvälien puhdistus ja fluorihammastahnan käyttö käydään myös läpi. Keskustelussa hoitaja muun muassa kertoo, että pahanhajuinen hengitys voi johtua voimakkaista ruoka-aineista ja hammaskivestä. Hän myös kehottaa asiakasta harjaamaan hampaat kaksi kertaa päivässä pienellä ja pehmeällä hammasharjalla fluorihammastahnaa käyttäen.

Esite on suomenkielisen version lisäksi saatavilla somaliaksi, arabiaksi, dariksi ja englanniksi. Hampaiden hoito-osio on hyvin lyhyt. Siinä olevat tiedot ovat kuitenkin oikein ja se sisältää kaikkein olennaisimmat hampaiden puhdistukseen liittyvät asiat. Esite ei kuitenkaan yksinään ole kovin informatiivinen mutta toimisi varmasti hyvin kyseisen DVD:n kanssa ohjauksena käytettäessä esimerkiksi ryhmätilaisuudessa.

**Suun ja hampaiden hoito – ohjeita maahanmuuttajille** on työministeriön kahdeksansivuinen suomenkielinen julkaisu. Esitteestä ei löydy ilmestymisvuotta. Esite on kuitenkin helposti löydettävissä Googlen avulla ja tämän vuoksi otin sen silti arvioitavaksi.

Esitteen tavoitteena on välittää tietoa suun ja hampaiden hoidosta. Alussa kerrotaan hammashoitoon pääsystä Suomessa. Kyseisessä osassa kerrotaan, että Suomessa Kela

(Kansaneläkelaitos) korvaa vuonna 1956 syntyneitten ja sitä nuorempien hammashoidosta osan. Tämä tieto on vanhentunutta. Nykyisin Kela korvaa kaikkien Suomessa asuvien hoidosta osan.

Esitteessä kerrotaan hampaiden hoidosta muun muassa, että hampaat tulisi harjata aamuin illoin pehmeällä hammasharjalla fluorihammastahnaa käyttäen. Hammasvälien puhdistusta esitteessä suositellaan aikuisille. Nykysuositus on, että lapsi voi aloittaa hammasvälien puhdistuksen 10-12-vuoden iässä.

Ruokavaliosta esitteessä kerrotaan, että hampaat kestävät 4-6 ateriaa päivässä. Tämä tieto pitää edelleen paikkansa. Ruokavaliosta kertovan osion jälkeen on Tärkeää-osio, johon on koottuna tärkeimmät ruokavaliossa huomioon otavat asiat, kuten liiallisen sokerin käytön välttäminen ja ksylitolituotteiden käyttö syönnin jälkeen.

Lasten hampaista on kirjoitettu pitkästi. Maitohampaiden puhkeaminen ja vaihtuminen pysyviin on kuvattu lyhyesti. Neuvolaikäisten suun terveyden edistämisestä on kerrottu muun muassa, että yöllä tapahtuvaa imetystä tulisi välttää maitohampaiden puhjettua. Mehun antamisesta tuttipullosta varoitetaan. Makeisten syönti kehoitetaan rajoittamaan korkeintaan kahteen tai kolmeen kertaan viikossa ja tuolloin niitä tulisi käyttää aterian yhteydessä. Nykyään suositellaan makeisten syöntiä vain kerran viikossa aterian yhteydessä.

Hampaiden reikiintymistä aiheuttavan bakteerin siirtymisestä vanhemmalta lapselle on varoitettu ja ohjeistettu kuinka sen voi välttää. Tutista ja tuttipullosta kerrotaan, että niiden käyttö tulisi lopettaa kun lapsi on yksivuotias. Nykyisin käytön vähentäminen suositellaan aloitettavaksi puolen vuoden iässä ja viimeistään kaksivuotiaana lapsen ei tulisi käyttää tuttia enää ollenkaan. Tuttipullosta luovutaan, kun lapsi opettelee käyttämään mukia.

Hammasproteeseista kerrotaan, että silloin, kun niitä ei pidetä suussa, ne tulisi säilyttää vedessä. Tätä ei nykyisin enää suositella, koska kosteus suosii bakteerien lisääntymistä proteeseissa. Proteesit tulisi säilyttää puhtaina ilmassa.

Hampaidenharjaustekniikka on havainnollistettu kuvien avulla. Lopussa on hampaidenhoito-ohjeita. Tarkoituksena on, että suun terveydenhuollon ammattilainen merkitsee sinne yksilölliset ohjeet, mitä suosittelee juuri kyseiselle potilaalle.

Esitteen kohderyhmänä ovat työkäiset sekä lasten vanhemmat ja vanhuksetkin, mutta koska esite sisältää osittain vanhentunutta tietoa, ei sen jakamista voi enää suositella. Lopussa olevaa yksilöllisten ohjeiden listaa tosin voisi edelleen hyödyntää. Tämä auttaisi asiakasta muistamaan mitä juuri hänelle on suositeltu.

## 8 POHDINTA

Opinnäytetyön tavoitteena oli selvittää millaisia suun terveydenhoidon kirjallisia ohjeita maahanmuuttajille on tarjolla. Ehdotus tästä opinnäytetyönaiheesta tuli ohjaavalta opettajalta. Kirjallisia ohjeita etsittiin systemaattisen kirjallisuuskatsauksen avulla. Lopulliseen arviointiin valikoitui seitsemän kirjallista ohjetta.

Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ei ollut minulle entuudestaan kovin tuttu tutkimusmenetelmä. Pysin käyttämään kaikkia mahdollisia tietolähteitä, jotta kaikki sisäänottokriteerit täyttävät ohjeet olisivat löytyneet. Silti on mahdollista, että ohjeita jäi löytymättä. Tähän voi olla syynä esimerkiksi se, että hakutulokset käytiin läpi otsikoiden perusteella.

Maahanmuuttajille suunnattuja suun terveydenhoidon kirjallisia ohjeita on tarjolla niukasti. Kuitenkin osa näistä saatavilla olevista ohjeista on hyvin käyttökelpoisia ja hyödyllisiä. Tulevaisuudessa mahdollisesti laadittavien maahanmuuttajille suunnattujen suun kirjallisten ohjeiden tulisi olla mahdollisimman hyvin käytännön tilanteeseen sovellettavia ja informatiivisia. Esimerkiksi päihteiden käytön haitoista suun terveydelle tulisi olla maahanmuuttajille enemmän tietoa saatavilla.

Maahanmuuttajille suunnattujen suun terveydenhoidon kirjallisten ohjeiden tarvetta pohdittaessa tulee ottaa huomioon monta tekijää. Maahanmuuttajalla tarkoitetaan maahan pysyvässä asumistarkoituksessa muuttanutta henkilöä. Näin ollen voidaan olettaa, että maahanmuuttaja osaa tai opettelee maassa puhutun kielen. Tulkki- ja käännöspalvelujen tarve lakkaakin tai vähenee huomattavasti noin kolmen vuoden kuluttua maahan tulosta (Työministeriö 2005, 4, hakupäivä 7.10.2012.) Kasvavan maahanmuuton myötä tarve maahanmuuttajille suunnatuille kirjallisille ohjeille on todellinen, mutta kuitenkin marginaalinen ja oletettavasti yhden asiakkaan kohdalla väliaikainen.

Opinnäytetyöprosessin aikana olen oppinut löytämään tarvitsemaani tietoa paremmin. Olen myös oppinut arvioimaan kriittisesti suun terveydenhoitoon tarkoitettuja kirjallisia ohjeita.



Kirjallisen ohjeen käyttö silloin, kun viestintä suuhygienistin ja asiakkaan välillä ei onnistu, ei luonnollisestikaan korvaa keskustelua. Silloin, kun oman kielistä ohjausta ei ole saataville, kirjallinen ohje toimii kuitenkin hyvänä vaihtoehtona.

## LÄHTEET

Ahola, M., Tapanainen, M. 2003. Pakolaisuuden ja maahanmuuton peruskäsitteet. Ihmisten Eurooppa: Pakolaiset ja maahanmuutto laajentuvassa EU:ssa. Pakolainen 4/2003 yhteydessä ilmestynvä liite, 10-11.

Alaluusua, S. 2009. Mutansstreptokokkien vertikaalinen tartunta. Hakupäivä 21.11.2012. <http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset/naytaartikkeli/tunnus/nak06744>

Ekholm, E. 2001. Maahanmuuttajat ja etniset vähemmistöt Euroopassa. Teoksessa Forsander, A., Ekholm, E., Hautaniemi, P., Ali, A., Alitorppa-Niitamo, A., Kyntäjä, E. & Cuong, N. 2001. Monietnisyys, yhteiskunta ja työ. 2. Painos. Helsinki. Palmenia-kustannus. 162-163.

Etene-julkaisuja. 2004. Monikulttuurisuus Suomen terveydenhuollossa. Yliopistopaino. Helsinki.

Forsander, A. & Ekholm, E. 2001. Pakolaiset. Teoksessa Forsander, A., Ekholm, E., Hautaniemi, P., Ali, A., Alitorppa-Niitamo, A., Kyntäjä, E. & Cuong, N. 2001. Monietnisyys, yhteiskunta ja työ. 2. Painos. Helsinki. Palmenia-kustannus. 109-112.

Forsander, A., Ekholm, E., Hautaniemi, P., Ali, A., Alitorppa-Niitamo, A., Kyntäjä, E. & Cuong, N. 2001. Monietnisyys, yhteiskunta ja työ. 2. painos Helsinki. Palmenia-kustannus.

Gissler, M., Malin, M., Matveinen, P., Sarvimäki, M. ja Kangasharju, A. 2006. Maahanmuuttajat ja julkiset palvelut. Terveydenhuollon palvelut ja sosiaalihuollon laitospalvelut. Pienten lasten hoito ja sosiaalihuollon avopalvelut. Helsinki. Stakes.

Heikka, H. 2009. Työikäisten suunterveys. Teoksessa Heikka, H., Hiiri, A., Honkala, S., Keskinen, H. & Sirviö, K. 2009. Terve suu. 1. painos. Helsinki. Duodecim. 126-128.

Heikka, H. & Sirviö, K. 2009. Hampaattoman suun hoito. Teoksessa Heikka, H., Hiiri, A., Honkala, S., Keskinen, H. & Sirviö, K. 2009. Terve suu. 1. painos. Helsinki. Duodecim. 89.

Hurmerinta & Nyström. 2008. Hampaiden kehitys ja puhkeaminen. *Therapia Odontologica*.  
Hakupäivä 21.11.2012 <http://www.terveysportti.fi.ezp.oamk.fi:2048/dtk/tod/koti>

Infopankki. Hakupäivä 9.10.2012. [http://www.infopankki.fi/fi-fi/inkerinsuomalaiset\\_paluumuuttajat/](http://www.infopankki.fi/fi-fi/inkerinsuomalaiset_paluumuuttajat/)

Johansson, K., Axelin, A., Stolt, M. ja Ääri, R-L. 2007. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja sen tekeminen. Turun yliopisto. Hoitotieteen laitoksen julkaisuja.

Karieksen hallinnan käypä hoito-työryhmä. 2009. Alle kouluikäisten lasten fluorihammastahnan käyttösuositus. Hakupäivä 8.11.2012  
<http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset/naytaartikkeli/tunnus/nix01290>

Keskinen, H. 2009. Ikääntyneiden suun terveys. Teoksessa Heikka, H., Hiiri, A., Honkala, S., Keskinen, H. & Sirviö, K. 2009. Terve suu. 1. painos. Helsinki. Duodecim. 129-138.

Keskinen, H. 2009. Maahanmuuttajien suun terveydenhoito. Teoksessa Heikka, H., Hiiri, A., Honkala, S., Keskinen, H. & Sirviö, K. 2009. Terve suu. 1. painos. Helsinki. Duodecim. 148-149.

Keskinen, H. & Sirviö, K. 2009. Lasten ja nuorten suun terveys. Teoksessa Heikka, H., Hiiri, A., Honkala, S., Keskinen, H. & Sirviö, K. 2009. Terve suu. 1. painos. Helsinki. Duodecim. 93-124.

Kyngäs, H., Kääriäinen, M., Poskiparta, M., Johansson, K., Hirvonen, E. & Renfors, T. 2007. Ohjaaminen hoitotyössä. WSOY.

Lahtinen, A. & Ainamo, A. 2006. Suun kuivuus – haittojen ehkäisy ja oireiden lievitys. Duodecim 2006;122:2710–6. Hakupäivä 21.11.2012. <http://www.terveyskirjasto.fi/xmedia/duo/duo96124.pdf>

Leino-Kilpi, H. 2007. Kirjallisuuskatsaus – Tärkeää tiedon siirtoa. Teoksessa: Johansson, K., Axelin, A., Stolt, M. ja Ääri, R-L. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja sen tekeminen. Turun yliopisto. Hoitotieteen laitoksen julkaisuja.

Liebkind, K., Mannila, S., Jasinskaja-Lahti, I., Jaakkola, M., Kyntäjä, E. & Reuter, A. 2004. Venäläinen, virolainen, suomalainen: Kolmen maahanmuuttajaryhmän kotoutuminen Suomeen. Helsinki. Gaudeamus.

Macdonald, G. 2003. Using systematic reviews to improve social care. SCIE Reports: no 4. November 2003.

Mäkinen, K. 2003. Ksylitol ja sen käyttö suun terveyden edistämässä. Toinen uudistettu painos. Forssan Kirjapaino Oy. Forssa.

Mölsä, M. & Tiilikainen, M. 2007. Potilaana somali: Auttaako kulttuurinen tieto lääkärin työssä?. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim. 2007; 123 (4): 451-7.

Oroza, V. 2007. Maahanmuuttaja yleislääkärin vastaanotolla. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim. 2007; 123 (4):441-7.

Pakaslahti, A. 2007. Lääkäri ja hänelle vieraat kulttuurit. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim. 2007; 123 (4):431-3.

Parkkunen, N., Vertio, H. & Koskinen-Ollonqvist, P. 2001. Terveysaineiston suunnittelun ja arvioinnin opas. Terveiden edistämisen keskus. Helsinki.

Pitkänen, P. 2006. Etninen ja kulttuurinen monimuotoisuus viranomaistyössä. Helsinki. Edita.

Poskiparta, M. 2002. Neuvonnan keinoin kohti terveyskäyttäytymisen muutosta. 24-35. Teoksessa: Torkkola, S. 2002. Terveysviestintä. Helsinki. Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Rannikko, A. 2008. Sokeripitoisten juomien jatkuva nautiskelu suuri uhka hampaiden terveydelle. Suomen Hammaslääkärilehti 9/2008. Hakupäivä 21.11.2012. <http://www.hammaslaakariliitto.fi/fileadmin/pdf/Hammaslaakarilehti/2008/09/016-017- uutiset.pdf>

Salo, J. 2007. Asioimistulkkauksella yhdenvertaisuutta. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim. 2007; 123 (4):493-4.

Seppä, L. & Hausen, H. 2009. Fluorihammastahnan vaikutus hampaiden reikiintymiseen. Näytönastekatsaukset. Hakupäivä 8.11.2012. <http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset/naytaartikkeli/tunnus/nak06769>

Sisäasiainministeriö. 2011. Maahanmuuton vuosikatsaus 2011. Hakupäivä 4.10.2012.  
[http://www.migri.fi/download/34214\\_maahanmuutto\\_2011\\_tilastokatsaus.pdf](http://www.migri.fi/download/34214_maahanmuutto_2011_tilastokatsaus.pdf)

Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja. 2001. Paluumuuttajien toimeentuloturvyöryhmän muistio. Työryhmämuistio 2001:14. Hakupäivä 1.10.2012.  
[http://pre20031103.stm.fi/suomi/pao/julkaisut/paluumuutt/muistio.htm#1\\_3](http://pre20031103.stm.fi/suomi/pao/julkaisut/paluumuutt/muistio.htm#1_3)

Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja. 2009. Neuvolatoiminta, koulu- ja opiskeluterveydenhuolto sekä ehkäisevä suun terveydenhuolto. Asetuksen (380/2009) perustelut ja soveltamisohjeet. Hakupäivä 14.10.2012.  
[http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=1087414&name=DLFE-11139.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=1087414&name=DLFE-11139.pdf)

Suomen perustuslaki. 1999:731. Hakupäivä 5.10.2012.  
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=Perustuslaki>

Tilastokeskus. 2010. Suomalaiset edelleen suurin maahanmuuttajaryhmä. Hakupäivä 14.10.2012. [http://www.stat.fi/artikkelit/2010/art\\_2010-07-09\\_001.html?s=2](http://www.stat.fi/artikkelit/2010/art_2010-07-09_001.html?s=2)

Torkkola, S., Heikkinen, H. ja Tiainen, S. 2002. Potilasohjeet ymmärrettäviksi: Opas potilasohjeiden tekijöille. Helsinki. Kustannusosakeyhtiö Tammi.

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

Työministeriö. 2005. Maahanmuuttajien ja turvapaikanhakijoiden kielipalvelujen järjestäminen ja kustannusten korvaaminen. Hakupäivä 7.10.2012. <http://www.finlex.fi/data/normit/21836-O32005TM.pdf>

Vertio, H. 2003. Terveysten edistäminen. Tammi. Jyväskylä

Wathen, M. 2007. Maahanmuuttajien potilasohjaus sairaanhoitajien kokemana. Hoitotieteenlaitos. Lääketieteellinen tiedekunta. Tampereen yliopisto. Pro gradu-tutkielma. Hakupäivä 12.11.2012  
<http://tutkielmat.uta.fi/pdf/gradu01737.pdf>

## LIITTEET

LIITE 1

### Hakustrategia

#### Haut Ammattikorkeakoulun kirjaston Leevi-tietokannasta:

Hakusanat: maahanmuut? + suu?, vapaasanahaku, vuodet 2002-2012

26 viitettä: Sisäänottokriteerejä vastaava: Have a healthy smile

Hakusanat: maahanmuut? + ham?, vapaasanahaku, vuodet 2002-2012

5 viitettä: Sisäänottokriteerejä vastaava: Have a healthy smile

Hakusanat: immigr? + oral?, vapaasanahaku, vuodet 2002-2012

1 viite: Sisäänottokriteerejä vastaava: Have a healthy smile

Hakusanat: immigr? + dent?, vapaasanahaku, vuodet 2002-2012

0 viitettä: ei tuloksia

#### Tulokset Leevistä: Have a healthy smile

#### Haut Oulun yliopiston kirjaston Oula-tietokannasta:

Hakusanat: maahanmuut? + suu?, vapaasanahaku, vuodet 2002-2012

43 viitettä: eivät täytä sisäänottokriteerejä otsikoiden perusteella

Hakusanat: maahanmuut? + ham?, vapaasanahaku, vuodet 2002-2012

8 viitettä: eivät täytä sisäänottokriteerejä otsikoiden perusteella

Hakusanat: immigr? + oral?, vapaasanahaku, vuodet 2002-2012

5 viitettä: eivät täytä sisäänottokriteerejä otsikoiden perusteella

Hakusanat: immigr? + dent?, vapaasanahaku, vuodet 2002-2012

3 viitettä: eivät täytä sisäänottokriteerejä otsikoiden perusteella

**Tulokset Oulasta: ei yhtään sisäänottokriteerejä vastaavaa opasta**

**Haku Aleksi-tietokannasta:**

Hakusanat: maahanmuut ja suu

250 viitettä → haun rajaus

Hakusanat: maahanmuut ja suu ja terv

20 viitettä: eivät täytä sisäänottokriteerejä otsikoiden perusteella

Hakusanat: maahanmuut ja ham

35 viitettä: eivät täytä sisäänottokriteerejä otsikoiden perusteella

Hakusanat: immigr ja oral

Ei tuloksia ollenkaan

Hakusanat: immigr ja dent

Ei tuloksia → haun laajentaminen

Hakusana: immigrant

61 viitettä: eivät täytä sisäänottokriteerejä otsikoiden perusteella

**Tulokset Aleksista: ei yhtään sisäänottokriteerejä vastaavaa opasta**

**Haut Arto-tietokannasta:**

Hakusanat: maahanmuut? + suu?, sanahaku, vuodet 2002-2012

41 viitettä: Sisäänottokriteerejä vastaava: Suun terveyden edistämistä albanian kielellä

Hakusanat: maahanmuut? + ham?, sanahaku, vuodet 2002-2012

12 viitettä: Sisäänottokriteerejä vastaava: Suun terveyden edistämistä albanian kielellä

Hakusanat: immigr? + oral?, sanahaku, vuodet 2002-2012

5 viitettä: eivät täytä sisäänottokriteerejä otsikoiden perusteella

Hakusanat: immigr? + dent?, sanahaku, vuodet 02-12

5 viitettä: Suun terveyden edistämistä albanian kielellä

### **Tulokset Artosta: Suun terveyden edistämistä albanian kielellä**

#### **Haut Linda-tietokannasta:**

Hakusanat: maahanmuut? + suu?

132 viitettä: → haun rajaus

Hakusanat: maahanmuut? + suu? + terv?

18 viitettä: eivät täytä sisäänottokriteerejä otsikoiden perusteella

Hakusanat: maahanmuut? + ham?

75 viitettä: eivät täytä sisäänottokriteerejä otsikoiden perusteella

Hakusanat: immigr? + oral?

26 viitettä: eivät täytä sisäänottokriteerejä otsikoiden perusteella

Hakusanat: immigr? + dent?

9 viitettä: eivät täytä sisäänottokriteerejä otsikoiden perusteella

### **Tulokset Lindasta: ei yhtään sisäänottokriteerejä vastaavaa opasta**

#### **Haut Doriasta:**

Hakusanat: maahanmuut~ AND suu~ AND terv~

1073 viitettä: → haun rajaus

Hakusanat: maahanmuut~ AND suu~ AND opas~

372 viitettä: eivät täytä sisäänottokriteerejä otsikoiden perusteella



## **Tulokset Doriasta: ei yhtään sisäänottokriteerejä vastaavaa opasta**

### **Haut Pohjanportista:**

Monihaku, korkeintaan 15 tietokantaa voi olla yhtä aikaa valittuna: Haku seuraavista tietokannoista

- Diak-Diana
- Erkki-erikoiskirjastojen tietokanta
- Juolukka-Lapin yo
- Kainuun verkkokirjasto- Kainet
- Kajaanin ammattikorkeakoulun kirjasto- Kajakki, Kajaanin ammattikorkeakoulun opinnäytteet- Kaktus
- Karpalokirjastot
- Kemin kaupunginkirjasto
- Keski-Pohjanmaan ammattikorkeakoulun kirjastotietokanta- Colibri
- Kuusamon ja Posion kirjastojen aineistotietokanta
- Lapin aluetietokanta-Lapponica
- Lapin kirjasto
- Nelinetti Raahen seudun kirjastot
- Oulun kaupunginkirjasto
- Outi-kirjastot
- Pohjois-Pohjanmaan aluetietokanta-Ostrobotnia

Hakusanat: maahanmuut? + suu?

267 viitettä: eivät täytä sisäänottokriteerejä otsikoiden perusteella

### **Toinen haku Pohjanportista, eri tietokannat valittuina:**

- Eduskunnan kirjasto –Selma
- Keminmaan kunnankirjasto
- Kiri-kimppa
- Tiekkö-kirjastot
- Varastokirjasto-Vaari

Hakusanat: maahanmuut? + suu?

57 viitettä: eivät täytä sisäänottokriteerejä otsikoiden perusteella

**Tulokset Pohjanportista: ei yhtään sisäänottokriteerejä vastaavaa opasta**

**Haut Julkarista:**

Hakusanat: maahanmuuttajat + suu + opas

38 viitettä: eivät täytä sisäänottokriteerejä otsikoiden perusteella

**Tulokset Julkarista: ei yhtään sisäänottokriteerejä vastaavaa opasta**

**Haut Terveysportista:**

Hakusanat: maahanmuut\* + suu\*

Ei tuloksia ollenkaan → haun laajennus

Hakusanat: maahanmuut\*

182 viitettä: eivät täytä sisäänottokriteerejä otsikoiden perusteella

**Tulokset Terveysportista: ei yhtään sisäänottokriteerejä vastaavaa opasta**

**Haut Theseuksesta:**

Hakusanat: maahanmuut\* AND suu\* AND op\*

3310 viitettä → haun rajaus

Hakusanat: maahanmuut\* AND suu\* AND opas\*

1689 viitettä → haun rajaus

Hakusanat: maahanmuuttaja\* AND suu\* AND terv\* AND opas\*

1104 viitettä: → haun rajaus

Hakusanat: maahanmuuttaja AND suu AND opas

305 viitettä: Sisäänottokriteerejä vastaavat: Maahanmuuttajataustaisten lasten suun terveydenedistäminen Halisten koulussa, Miten hampaat pysyvät puhtaina – terveystiedon oppimateriaalia kulttuurinmukaiseen suun terveydenhoitotyöhön

Hakusanat: maahanmuuttaja AND ham\* AND opas

196 viitettä: Sisäänottokriteerejä vastaavat: Miten hampaat pysyvät puhtaina – terveystiedon oppimateriaalia kulttuurinmukaiseen suun terveydenhoitotyöhön, Maahanmuuttajataustaisten lasten suun terveydenedistäminen Halisten koulussa, Erikulttuuritaustaisten asiakkaiden suun omahoitoa tukevien sähköisten terveystiedonpalvelujen kehittäminen:

- ➔ Tästä opinnäytetyöstä artikkeli Suuhygienisti-lehdessä (3/2011)
- ➔ Artikkelissa linkki metropolian suun hoidon opetusklinikan sivuille
- ➔ Sivulla linkkejä erikielisiin suun omahoito-ohjeisiin
- ➔ <http://www.hammaslaakariliitto.fi/suun-terveys/suun-hoito/>
- ➔ <http://www.infopankki.fi/fi-FI/hammasahoito/> samat kuin hammaslääkäriliiton sivuilla
- ➔ Helsingin kaupungin englannin kielisillä sivuilla:  
[http://www.hel.fi/hki/Terke/en/Instructions+for+treatment Following tooth extraction or other oral surgery](http://www.hel.fi/hki/Terke/en/Instructions+for+treatment+Following+tooth+extraction+or+other+oral+surgery)
- ➔ [http://iom.fi/index.php?option=com\\_content&view=article&id=134&Itemid=127](http://iom.fi/index.php?option=com_content&view=article&id=134&Itemid=127)  
Kirjallisissa esitteissä kolmen sivun osio hampaiden hoidosta

Hakusanat: immigrant\* AND oral\*

2 viitettä: eivät vastaa sisäänottokriteerejä otsikoiden perusteella

Hakusanat: immigrant\* AND dent\*

4 viitettä: eivät vastaa sisäänottokriteerejä otsikoiden perusteella

**Tulokset Theseuksesta: Maahanmuuttajataustaisten lasten suun terveydenedistäminen Halisten koulussa, Miten hampaat pysyvät puhtaina – terveystiedon oppimateriaalia kulttuurinmukaiseen suun terveydenhoitotyöhön, Suun ja hampaiden hoito – Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen esitteitä, Following tooth extraction or other oral surgery – Helsingin kaupungin sivuilla, Terve tulevaisuus DVD: tietoa terveydenhoidosta turvapaikanhakijoille ja pakolaisille: Suun ja hampaiden hoito-osio**

## **Haut Googlesta:**

Hakusanat: maahanmuuttaja suu opas

35200 viitettä: Sisäänottokriteerejä vastaava: Suun ja hampaiden hoito: Ohjeita maahanmuuttajille

Löytyy samoja kuin aiemmin

Katsoin ensimmäiset 10 sivua eli 100 viitettä, koska Google laittaa viitteet paremmuusjärjestykseen, ensimmäiseksi se, joka parhaiten vastaa hakua.

## **Tulokset Googlesta: Suun ja hampaiden hoito: Ohjeita maahanmuuttajille**

### **Haut Käypä hoito ohjeista:**

Hakusanat: maahanmuut? ja suu?

Diasarjat ja muut kotisivujen sisällöt 110 kpl: eivät täytä sisäänottokriteerejä otsikoiden perusteella

Hakusanat: maahanmuut? ja ham?

Diasarjat ja muut kotisivujen sisällöt: 111kpl: eivät täytä sisäänottokriteerejä otsikoiden perusteella

Hakusanat: immigrant? ja oral?

Suosituksset 1 kpl: ei täytä sisäänottokriteerejä otsikon perusteella

Diasarjat ja muut kotisivujen sisällöt 110kpl: eivät täytä sisäänottokriteerejä otsikoiden perusteella

### **Yhteenveto hakutuloksista:**

- **Have a healthy smile**
- **Suun terveyden edistämistä albanian kielellä**
- **Maahanmuuttajataustaisten lasten suun terveydenedistäminen Halisten koulussa**
- **Miten hampaat pysyvät puhtaina – terveystiedon oppimateriaalia kulttuurinmukaiseen suun terveydenhoitotyöhön**

- **Suun ja hampaiden hoito – Sosiaali- ja terveysministeriön esitteitä**
- **Following tooth extraction or other oral surgery – Helsingin kaupungin sivuilla**
- **Terve tulevaisuus DVD: tietoa terveydenhoidosta turvapaikanhakijoille ja pakolaisille: Suun ja hampaiden hoito-osio**
- **Suun ja hampaiden hoito – ohjeita maahanmuuttajille: Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisu**