

## Näe minut näin

Katsaus kirjallisuuteen aiheesta syöpäpotilaan kokemuksia voimaannuttavista tekijöistä hoitojen aikana (25-35v)

---

Saga Rintala 1502788

Gene Salo 1502770

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Sairaanhoitaja (AMK), SXO15S1C

Terveyden ja hoitamisen opinnäytetyö

14.09.2018

Tekijä(t) Otsikko	Saga Rintala, Gene Salo Syöpäpotilaan kokemuksia voimaannuttavista tekijöistä hoitojen aikana (25-35v)
Sivumäärä Aika	25 + 20 appendices 14.9.2018
Tutkinto	Sairaanhoitaja AMK
Koulutusohjelma	Hoitotyön koulutusohjelma
Suuntautumis- vaihtoehto	Hoitotyö
Ohjaaja(t)	Eila-Sisko Korhonen Lehtori
<p>Syöpäpotilaiden voimaantumista edistävien tekijöiden tutkiminen vaikuttaa syövänkokemiseen sekä hoitoon, joka on sairautena yksi Suomen yleisimmistä kuolinsyistä. Yksilön kohdalla voimaantumisen edistäminen parantaa tai ylläpitää toimintakykyä sekä elämänlaatua.</p> <p>Opinnäytetyössämme tarkoitus oli kuvata syöpähoitojen aikaisia voimaannuttavia sekä voimaantumista ehkäiseviä tekijöitä. Tavoitteena oli tuottaa tietoa hankkeelle, jota syöpää sairastavat potilaat, heidän läheisensä, hoitohenkilökunta, opiskelijat sekä asiasta kiinnostuneet voivat hyödyntää. Opinnäytetyömme toteutettiin kuvailevana kirjallisuuskatsauksena ja tutkimusten analysoinnissa käytettiin sisällönanalyysia. Valittuja tutkimuksia oli yhdeksän kappaletta, joista etsimme vastauksia seuraaviin kysymyksiin:</p> <p>Mitä hoitotyön keinoja potilaat pitivät voimaannuttavina? Mitkä hoitotyön tekijät edistivät voimaantumista? Mitkä hoitotyön tekijät ehkäisivät voimaantumista?</p> <p>Opinnäytetyömme tulokset osoittavat, että syöpää sairastavan potilaan voimaantumiseen vaikuttavat hoitotyön keinot olivat yksilöllisiä. Näitä olivat muun muassa internetin käyttäminen, musiikin kuunteleminen, sosiaalinen sekä fyysinen tuki ja päätöksentekoon osallistuminen. Voimaannuttavia tekijöitä oli potilasohjaus, vertaistuki, yhteinen arvoperusta sekä sosiaalinen- ja henkinen tuki. Voimaantumista ehkäisevinä tekijöinä potilaat pitivät pelkoa syövän uusiutumisesta sekä heikkouksia omissa voimavaroissa ja niiden tunnistamisessa. Läheisten osallistuminen hoitoon on myös saattanut vaikuttaa negatiivisesti potilaan kokemukseen voimaantumisesta.</p> <p>Tämän opinnäytetyön tulokset tukevat aikaisempia tutkimuksia. Tuloksia voidaan hyödyntää auttamalla potilaita selviytymään paremmin diagnoosin saatuaan, henkilökunnan ohjaamisessa, potilaan ja hänen omaistensa kohtaamisessa, sekä tunnistamassa potilaan yksilöllisen tuen tarpeita.</p>	
Avainsanat	Nuori aikuinen, syöpä, voimaantuminen, hoitotyö, kokemus, kirjallisuuskatsaus

Author(s) Title	Saga Rintala, Gene Salo Empowering experiences for cancer patients during treatment. (25-35 y.o.)
Number of Pages Date	25 + 20 appendices September 14, 2018
Degree	Bachelor of Health Care
Degree Programme	Nursing and Health Care
Specialisation	Nursing
Instructor(s)	Eila-Sisko Korhonen Lecture
<p>Research on empowering cancer patients effects on their experiences of cancer and its treatments. Cancer is one of the major reasons behind the mortality in Finland. Empowerment of patients improves their abilities and quality of life.</p> <p>The purpose of this thesis was to describe young adult cancer patients experience toward empowering aspects and negatively associated aspects with total empowerment during treatments. The aim was to gather useful information for the project, See me Behind the Illness, which can be used by cancer patients and their relatives, healthcare professionals, students and others related.</p> <p>Our final work was conducted as a literature review content analysis. We choose nine articles, that answered next questions:</p> <p>What care means patients found empowering?  What care factors were empowering?  What care factors were disempowering?</p> <p>Results, provided by this work, indicate that cancer patient's empowerment is affected by several means: internet, listening to music, social- and personal support and participating in decision making. Empowering factors are patient education, peer support, common value ground, social- and spiritual support. Patients found that fear of cancer recurrence and weakened personal resources have a disempowering impact on them. In some cases, family member's participating in treatments led to a negative reaction in patients.</p> <p>This final work confirms earlier research data on the subject. The results of the final work can be used to help patients through the healing process, to guide healthcare professionals during reception of patients and their relatives, and also to help to identify patient's individual support needs.</p>	
Keywords	Young adult, cancer, empowerment, nursing, experience, literature review

## Sisällys

<b>1.</b>	<b>Johdanto</b>	1
<b>2.</b>	<b>Syöpään sairastuminen</b>	2
	2.1. Syöpäpotilaan hoito	2
	2.2. Syövän kokeminen syöpäpotilaan silmin	3
	2.3. Aikaisemmat tutkimukset	5
<b>3.</b>	<b>Tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset</b>	6
<b>4.</b>	<b>Opinnäytetyön toteutus ja menetelmä</b>	6
	4.1. Kirjallisuuskatsaus opinnäytetyön menetelmänä	7
	4.2. Aineistohaku ja valintakriteerit	8
	4.3. Aineiston analyysi	10
<b>5.</b>	<b>Tulokset</b>	12
	5.1. Potilasta voimaannuttavat keinot	12
	5.2. Voimaantumista edistävät tekijät	16
	5.3. Voimaantumista ehkäisevät tekijät	19
<b>6.</b>	<b>Pohdinta</b>	22
	6.1. Tulosten tarkastelu	22
	6.2. Eettisyys ja luotettavuus	23
	6.3. Opinnäytetyön hyödynnettävyys ja jatkotutkimusehdotukset	25
	Lähteet	26
	Liitteet	
	Liite 1. Analyysin eteneminen	29
	Liite 2. Tutkimusaineiston analyysikehys	48

## 1. Johdanto

Syöpä on yksi yleisimmistä kuolinsyistä. Siihen sairastuu Suomessa joka kolmas, ja sitä esiintyy useimmin naisilla. Suurten ikäluokkien vallitessa, syöpätapaukset yleistyvät, koska riski sairastua kasvaa vanhetessa. Toinen merkittävä tekijä syöpätapausten lisääntymiseen on tutkimusten kehittyminen, koska tapauksia löydetään aiempaa nopeammin. Syöpää on tutkittu paljon ja myös hoidot ovat kehittyneet, silti se on Suomessa toiseksi yleisin kuolinsyy. Vuonna 2015 Suomessa syöpään sairastui vähän reilut 32 000 ihmistä (Suomen syöpärekisteri 2015). Tutkimusten mukaan, syöpää todetaan nykyistä useammin, mutta siihen menehtyneiden määrä on kuitenkin laskenut. Moni parantuu sairaudesta kokonaan. (THL 2014a.) Naisten kolme yleisintä syöpää ovat rintasyöpä, suolistosyöpä sekä kolmantena keuhkosyöpä. Miehillä taas ensimmäisenä on eturauhassyöpä, toisena keuhkosyöpä ja kolmantena suolistosyöpä. (Joensuu ym. 2013.)

Syöpäpotilaiden kokemukset voimaannuttavista tekijöistä on tärkeä aihe, koska syöpätapaukset ovat yleistyvä trendi. Tämän lisäksi henkisen jaksamisen sekä kokemuksellisuuden tukeminen on tärkeää. Opinnäytetyömme tarkoitus on kuvata syöpähoitojen aikaisia voimaannuttavia sekä voimaantumista ehkäiseviä tekijöitä. Tavoitteena on tuottaa tietoa hankkeelle, jota potilaat sekä heidän omaiset, hoitotyöntekijät, opiskelijat ja asiasta kiinnostuneet voivat hyödyntää. Opinnäytetyö tuotetaan kuvailevana kirjallisuuskatsauksena ja tutkimusten analysoinnissa käytetään sisällönanalyysia. Haluamme herättää ajatuksia uusille ideoille, jotta puutoksia voidaan kehittää. Tulokset auttavat niin potilaita, hoitohenkilökuntaa sekä alan opiskelijoita kokeilemaan eri auttamiskeinoja, sekä mahdollisesti testaamaan uusia lähestymistapoja. Kyseisten koulutusalojen opetuksessa painotetaan myös ihmisten yksilöllisyyttä sekä kuulluksi tulemistä, joten aihe on ajankohtainen sekä nyt, että tulevaisuudessa.

Käytämme opinnäytetyössämme käsitteitä, joiden merkitys on avattu käyttöyhteyksittäin. Tässä opinnäytetyössä sana voimaantuminen tarkoittaa ”voimistaa, antaa voimaa”. Vapautta ja voimaa tehdä mitä haluaa tai hallita tapahtumia. Voimaantumisessa puhutaan usein henkilökohtaisesta ja sosiaalisesta kokemuksesta, eikä voimaa varsinaisesti voi antaa toiselle. (Siitonen 1999: 61, 91; Rankinen – Salanterä – Virtanen – Leino-Kilpi 2014: 8.)

Tulemme käyttämään paljon myös käsitettä nuori aikuinen, joka kuvaa tässä opinnäytetyössä iältään 25-35 vuotiasta henkilöä. Mainitut potilaat sekä heidän kokemukset, jotka esiintyvät opinnäytetyössämme ovat täysin anonyymeja.

Keräämme opinnäytetyömme aineiston etsimällä vastauksia tutkimuskysymyksiimme, joiden avulla saamamme tieto vastaa tarkoitusta. Asetettuja tutkimuskysymyksiä on kolme, jotka ovat:

- Mitä hoitotyön keinoja potilaat pitivät voimaannuttavina?
- Mitkä hoitotyön tekijät edistivät voimaantumista?
- Mitkä hoitotyön tekijät ehkäisivät voimaantumista?

Opinnäytetyössä aineistossa käyttämämme teokset ovat maksimissaan kymmenen vuotta vanhoja. Näistä saatuja tuloksia vertaillaan aikaisempiin tutkimustuloksiin.

Opinnäytetyömme on osa Näe minut näin – hanketta, jonka tavoitteena on kehittää syöpää sairastaneiden sekä heidän läheistensä eheyttämistä. Lisäksi hankkeen tarkoitus on tuottaa tietoa siitä, että syöpää sairastava on sairauden sijaan ihminen omien kokemustensa kera.

## **2. Syöpään sairastuminen**

### **2.1. Syöpäpotilaan hoito**

Syöpäpotilaan hoitoa on tutkittu laajasti sekä Suomessa, että kansainvälisesti. Syöpä on tapahtuma, jossa solussa olevassa perintöaineessa ilmenee muutos, joka muuttaa solun pahanlaatuiseksi. Tätä tapahtumaa kutsutaan karsinogeneesiksi. Syöpää aiheuttavat tekijät ovat karsinogeneenejä, ja solun muuttuminen pahanlaatuiseksi on moniosainen ja se vie aikaa. Geenit eli ihmisen perintötekijät ohjaavat rakennusainesten kopiointia, jota tapahtuu solun jakautuessa. Tapahtumasarjaan ilmentyessä ongelmia, solu muuttuu syöpäsoluksi. Se pystyy jakautumaan rajattomasti, saaden näin elintilaa itselleen. (THL 2014.)

Keho pyrkii tappamaan kyseiset solut, mutta aina se ei onnistu. Säätelemekanismien pettäessä, solujen leviämistä ei onnistuta keskeyttämään, vaan ne muodostavat kasvaimen. Usein selvärajainen kasvain on hyvänlaatuinen (benigne). Se kasvaa hitaasti ja

paikallisesti, ja harvoin potilas tähän menehtyy. Pahanlaatuinen (maligne) lähettää etäpesäkkeitä eli metastaaseja ympäri kehoa ja sen toiminta on aggressiivisempaa. (Joensuu ym. 2013.) Metastaasien sijainnit riippuvat usein syövän alkulähteestä, esim. maksasyövässä ne syntyvät luustoon sekä keuhkoihin. Etäpesäkkeitä ei kutsuta silloin kuitenkaan keuhkosityöväksi, vaan kyse on edelleen maksasyövästä. (Pelttari 2016.)

Syöpäpotilas pyritään ensisijaisesti hoitamaan leikkauksella sekä lääkehoidolla. Syöpä on kuitenkin moninainen sairaus, joka on huomioitava hoidossa, kohtaamalla ihminen kokonaisvaltaisesti. (Joensuu ym. 2013.)

Hoidon tavoitteena on palauttaa tai parantaa toimintakykyä syövän eri vaiheissa. Tukeamalla potilasta, parannetaan mahdollisuuksia selvitä tilanteista syövän kanssa. Eri tukimenetelmät sovitaan yksilöllisesti, mutta niiden avulla pystytään tukemaan toimintakyvyn eri ulottuvuuksia (fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset). Jokaisella on omat taustansa, ajatusmaailmat, vahvuudet ja heikkoudet, jotka vaikuttavat syövän kokemiseen. Näillä on myös vaikutusta tuen tarpeeseen. Eri keinoja on mm. vertaistuki, ammattilaisten tarjoama tuki sekä terapia, mutta myös tiedon antaminen. Monesti epätietoisuus tilanteesta lisää ahdistusta, joten mahdollisuus potilaan kysymyksille on annettava. (THL 2018.)

Omien voimavarojen vahvistamisella on tutkittu olevan mielialaa nostattavia sekä masennusta parantavia vaikutuksia. Tällöin myös elämänlaatu sekä ihmisen toimintakyky paranevat. Sopeutumis- ja kuntoutusvalmennuskursseja järjestetään syöpään sairastuneille sekä heidän lähipiirilleen, joihin on mahdollista tutustua sairaalan sekä syöpäjärjestöjen kautta. (Vehmanen 2017.)

Tukiverkoston arvoa ei myöskään voi vähätellä. Perheen ja tuttavien lisäksi, tukea tarjoaa myös eri yhdistykset ja järjestöt, mutta myös sairaala. Niiden ohjaaminen potilaalle on erityisen tärkeää, koska moni ei tiedä tukien eri mahdollisuuksista. (THL 2018.)

## 2.2. Syövän kokeminen syöpäpotilaan silmin

Syöpä diagnoosin saaminen on tila, joka voi laukaista traumaattisen kriisin vaiheet. Niistä ensimmäinen on shokkivaihe, jossa tilanne tuntuu usein epätodelliselta. Reaktiot voivat vaihdella kovastikin ihmisestä riippuen. Jotkut kieltävät tilanteen, osa kiihtyy ja toiset lamaantuvat. Tietyt henkilöt pystyvät jatkamaan elämäänsä sulkemalla ajatuksen pois mielestä, johon omaiset voivat reagoida tuomitsevasti. Shokkivaiheen tarkoitus on

kuitenkin suojata henkilöä, potilaan kokiessa tilanteen olevan muilla hallussa. (Joensuu ym. 2013.)

Tätä seuraa reaktiovaihe, jossa todellisuus alkaa pikkuhiljaa hahmottumaan. Tapahtunutta aletaan käsittelemään ja siksi tuen saaminen on tärkeää esim. hyvän kuuntelijan muodossa. Syytökset ja miksi- kysymykset ovat yleisiä. Ihminen saattaa kokea ruokahallittomuutta tai takaumia, jotka voivat häiritä myös yöunta. (Joensuu ym. 2013.)

Kolmantena ilmenee usein käsittelyvaihe, jossa tilanne ymmärretään ja sen käsittely alkaa. Sairastunut löytää omia selviytymiskeinoja ja käsittelee tilannetta tietoisesti tai tiedostamatta. Vaikka ahdistuneisuus saattaa lieventyä, voi ihminen silti olla äreä tai haikautua yksin olemiseen. (Joensuu ym. 2013.)

Viimeinen vaihe on uudelleen suuntautumisen vaihe. Tilanteeseen sopeudutaan sairauden hyväksytyä. Suunnitelmat tulevaisuutta varten lisääntyvät, vaikka ajatukset palaavatkin välillä mieleen. Osa kokee löytäneensä itsestään uusia ulottuvuuksia tapahtumisen johdosta ja saavat tapahtuneesta toisenlaisia merkityksiä. (Joensuu ym. 2013.)

Syöpä ei tarkoita vain fyysisesti sairastumista, vaan se vaikuttaa toimintakyvyn kaikkiin ulottuvuuksiin: fyysisiin, psyykkisiin sekä sosiaalisiin tekijöihin. Psyykkisen voinnin ylläpito on yhtä tärkeää kuin fyysisestä voinnista huolehtiminen. Yleisimmät oireet ovat masennus, ahdistuneisuus sekä unettomuus. Niiden hoito on osa palliatiivista eli oireita lieventävää hoitoa. Keskustelun avulla pyritään tukemaan sairauden tapahtumasarjan kognitiivista eli tajunnallista prosessointia etuaivokuoressa. Keskusteltaessa pyritään kytkeämään sen hetkisen, että menneen ajan kokemuksia syövän aiheuttamaan tilaan. Tällöin pessimistisen ajattelutavan sekä toimintakyvyn neutralisointi tulee mahdolliseksi. (Idman 2013, 129.)

Tunne oman kehon ja elämänhallinnan menetyksestä vaikuttaa heikentävällä tavalla elämänlaatuun. Syövän hoitoon kuuluu mahdollisuus mielenterveyden asiantuntijan kanssa neuvotteluun sekä eri terapian muotoihin. Sairastuneella tulee olla mahdollisuus käsitellä asioita haluamallaan tavalla, sisältäen se sitten lähipiirin tuen tai ei. Syöpäjärjestöt sekä sairaalat tarjoavat myös erilaisia kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskursseja auttamaan potilasta kuin omaisiakin syövän kohtaamisessa. (Vehmanen 2017.)



Henkisen tuen tarve voi ilmetä syövän missä tahansa vaiheessa, ja sitä voidaan tukea myös lääkkein. Eri syövän hoitomuodot voivat aiheuttaa muutoksia kehon hormonitasapainossa tai vireystilassa, jotka vaikuttavat mielialaan, kuten sytostaatti- ja sädehoidot. (Vehmanen 2017.)

Kanadassa tehdyn tutkimuksen mukaan, syöpä diagnoosin kuultua suurin osa potilaista koki, että asia ilmoitettiin hienotunteisesti. Kuitenkin 6% koki toisin. Heistä suurin osa sairasti pitkälle edennyttä syöpää. Melkein puolet potilaista, jotka kokivat ahdistusta sekä pelkoa, eivät kokeneet saavansa minkäänlaista henkistä tukea tarpeisiinsa nähden. Kanadassa ilmeni myös suuria eroavaisuuksia. Eturauhassyöpää sairastavat saivat tuskin lähetettä koskien emotionaalisen tuen saantia, vaikka ilmoittivat kärsivänsä ahdistuksesta sekä pelosta johtuen saamastaan diagnoosista. (Tran ym. 2017.)

On tärkeää, että potilaan ja hoitohenkilökunnan välille muodostuu luotettava vuorovaikutustilanne, jolloin tulevaisuus ei potilaan näkökulmasta tunnu niin pelottavalta. Negatiivinen puhe tai puhumattomuus voivat kehottaa potilasta jättäytymään hoitoon liittyvän keskustelun ulkopuolelle. Tämän lisäksi on tärkeää, että potilas kokee saaneensa tarpeeksi tietoa hoidostaan. Vankka tiedonsiirto hoidon aikana on osoittautunut kriittiseksi, joka edistää suhdetta hoitohenkilökunnan kanssa. (Tran ym. 2017.)

On huomioitava, että tiedonjano potilaiden kesken vaihtelee. Jollekin tiedon vastaanottaminen voi olla musertavaa, kun toinen kaipaisi sitä enemmän. Tiedonanto potilaan tarpeita arvioiden on tärkeää, samoin kuin myöhemmin tilanteeseen palaaminen. Tällöin potilaat, jotka ovat ehtineet työstää saamaansa tietoa, voivat esittää kysymyksiä, saaden näin vastaukset mieltä painaviin asioihin. (Tran ym. 2017.)

### 2.3. Aikaisemmat tutkimukset

Aiheesta on tehty useita tutkimuksia, joista tässä esittelemme muutamia esimerkkejä. Palm ja Friedrichsen tekivät vuonna 2008 tutkimuksen, johon osallistui kymmenen potilaan puolisoa. Tutkimus suoritettiin äänittämällä haastattelut, joissa kolme teemaa nousivat esille: läheisyyden eri ulottuvuudet, läheisyyden edellytykset ja esteet, jotka estivät läheisyyden. Läheisyyttä kuvailtiin muuttuvana prosessina, jonka odotettiin loppuvan. Tutkimuksessa todetaan, että yhdessäolo ja vertaistuki ovat erittäin tärkeitä parantumattomille syöpäpotilaille. (Palm – Friedrichsen 2008: 6–13.)

Tutkimuksessa *A Study of Empowerment for Cancer Patients Using Freire's Dialogical Interviewing* tutkijat Chang, Li ja Liu kuvaavat Freire'n dialogin käyttöä tarkastellessaan syöpäpotilaan voimaannuttavia tekijöitä. Viisitoista potilasta osallistui kokeiluun kolmen kuukauden aikana. Tuloksena oli potilaissa selkeästi kohonnut tahto elää, aktiivisuus, itseluottamus, halu osallistua omaan hoitoprosessiin sekä auttaa muita. (Chang – Li – Liu 2004: 41–55.)

Gray, Doan ja Church puolestaan käsitelivät vuoden 1991 tutkimuksessa *Empowerment Issues in Cancer* voimaannuttamisen esteitä. Tutkimuksessa todetaan, että syöpäpotilaiden tunne oman elämän ohjauksesta usein katoaa ja tuen tarve kasvaa. Tutkimuksen tarkoituksena on ollut käsitellä keinoja potilaan voimaannuttamiselle ja miettiä mahdollisia esteitä sen toteuttamiselle. (Gray – Doan – Church 1991: 22–28.)

### **3. Tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset**

Opinnäytetyömme tarkoitus on kuvata 25-35 vuotiaiden kokemuksia syöpähoitojen aikaisista voimaannuttavista sekä ehkäisevistä tekijöistä. Tällöin hyväksi havaitut keinot voidaan ottaa huomioon jatkossakin ja puutoksia pyritään kehittämään. Tavoitteemme on tuottaa tietoa hankkeelle, jota esimerkiksi potilaat, hoitotyöntekijät sekä opiskelijat voivat hyödyntää. Jotta tavoitteemme onnistuisi, haemme tietoa näillä tutkimuskysymyksillä:

- Mitä hoitotyön keinoja potilaat pitivät voimaannuttavina?
- Mitkä hoitotyön tekijät edistivät voimaantumista?
- Mitkä hoitotyön tekijät ehkäisivät voimaantumista?

### **4. Opinnäytetyön toteutus ja menetelmä**

Opinnäytetyömme aihe: 25-35 vuotiaiden syöpään sairastuneiden kokemukset voimaannuttavista tekijöistä hoitojen aikana, toteutetaan kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Materiaalia keräsimme kansainvälisistä hoitotieteen tietokannoista, suomenkielisiä tietokantoja unohtamatta. Kansainvälisiä tutkimuksia oli tarjolla huomattavasti enemmän, joka näkyy myös työssämme. Opinnäytetyössämme voimaantuminen -käsitteenä oli hyvin keskeinen. Työssämme voimaantuminen tarkoittaa henkilön sisäistä prosessia, jossa hänen on mahdollista oppia itsestään asioita ja hyödyntää niitä tarpeen tullen. Tämän

on huomattu olevan yhteydessä hyväksyvämpään ilmapiiriin. Voimaa ei voi kuitenkaan antaa toiselle, vaan se on jokaisen omakohtaisen kehityksen tulos. Räsänen mukaan, voimaantumisen koostuu kuitenkin pienemmistä osaprosesseista, joiden merkitys ja voimakkuus vaihtelevat riippuen ulkoisista tekijöistä, kuten miljööstä. (Räsänen 2006: 100)

#### 4.1. Kirjallisuuskatsaus opinnäytetyön menetelmänä

Kirjallisuuskatsauksia on useita erilaisia. Kirjallisuuskatsaus mahdollistaa jo olemassa olevien tutkimusten kokonaisuuksien hahmottamista. Kirjallisuuskatsauksen tulee olla täsmällinen ja toistettavissa. Sen avulla kuvataan aiheesta aikaisemmin tehdyt tutkimukset, sekä esitetään omat johtopäätökset. Kirjallisuuskatsaus voi myös tunnistaa ristiriidat tai ongelmat valitussa aihepiirissä. Kirjallisuuskatsauksella on käyttöä terveydenhuollon näyttöön perustellun toiminnan ohjauksessa. (Stolt – Axelin – Suhonen 2016: 7.)

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen käyttö on yleistä hoito- ja terveystieteellisissä tutkimuksissa. Sitä on käytetty sekä erilaisten tutkimusten osana, että itsenäisenä tutkimusmenetelmänä. Menetelmä perustuu tutkimuskysymykseen, johon haetaan kuvailevaa ja laadullista vastausta. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus jaetaan neljään vaiheeseen: ensimmäinen vaihe on tutkimuskysymyksen asettaminen, toinen vaihe on aineiston valitseminen, jonka jälkeen seuraa kuvailun rakentaminen ja viimeisenä vaiheena on tuotetun tuloksen tarkasteleminen. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen vaiheet etenevät osin päällekkäin koko prosessin ajan. Kyseinen menetelmä on luonteeltaan aineistolähtöistä. Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa tähdätään tutkittavan asian ymmärtämiseen. (Kangasniemi ym. 2013: 291-301.)

Opinnäytetyössämme kuvaileva kirjallisuuskatsaus on aloitettu laatimalla tutkimuskysymykset. Aineiston hakemisen onnistumiseksi, ne on rajattu riittävän laajoiksi. Tutkimuskysymykset kannattelevat koko toimintaa työmme ajan. Tämän jälkeen on kehitelty tutkimuksen teoreettinen viitekehys, joka on auttanut paneutumaan käytettävissä olevaan taustamateriaaliin. Lopullinen aineisto on valittu tarkoituksemme sekä tutkimuskysymyksiemme pohjalta. Aineiston tutkimisessa on käytetty sisällönanalyysia, johon palaamme hieman myöhemmin. Lopuksi tarkastelemme esittämiämme tuloksia, jotka olemme koonneet yhteen. Niiden kriittinen tarkastelu eettisyyttä sekä luotettavuutta arvioiden on tärkeää, verrataksemme työmme tuloksia suurempaan kontekstiin.

Hoitotieteessä hyödynnetään kirjallisuuskatsauksia tarkastellakseen aihealueen tutkimustarvetta. Työssämme käytämme kuvailevaa kirjallisuuskatsausta, jonka tarkoitus on kuvata aiheeseen liittyen edeltäviä tutkimuksia ja niistä saatuja tutkimustuloksia, huomioiden sen syvyyttä, laajuutta ja määrää. (M. Stolt, A. Axelin, R. Suhonen 2006, 4.). Työn tarkoitus nousee merkittävään osaan tutkimusaineistoa hakiessa (Johansson – Axelin – Stolt - Ääri 2007: 3).

Aineiston valinta kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa ohjautuu tutkimuskysymyksen avulla. Tehtävämme on löytää opinnäytetyön kannalta olennaiset aineistot vastaten tarkoitusta. Aineiston valinnassa ratkaisee miten se täsmentää, jäsentää, kritisoi tai avaa tutkimuskysymystä. Aineiston riittävyys määräytyy tutkimuskysymyksen laajuudella. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen aineisto muodostuu aiemmin julkaistusta, tutkimuskysymyksen kannalta merkityksellisestä tutkimustiedosta ja sisältää kuvauksen aineiston valinnan kulusta. Aineisto kuvailevaan kirjallisuuskatsaukseen haetaan erilaisista tieteellisistä tietokannoista tai manuaalisilla hauilla tieteellisistä julkaisuista. Tärkeintä aineiston valinnassa on, että se vastaa tutkimuskysymykseen. (Kangasniemi ym. 2013: 295.)

#### 4.2. Aineistohaku ja valintakriteerit

Aineistohaun vaiheessa etsimme mahdollisimman paljon sopivia julkaisuja tietokannoista ja julkaistusta tieteellisestä kirjallisuudesta työmme tarkoituksen kannalta. Haku prosessi kirjataan selkeästi niin, että se olisi helposti toistettavissa. Etsiessämme tieteellisiä artikkeleita olemme hyödyntäneet Cinahl, Medline ja Academic Search Elite -tietokantoja. Sähköisten tietokantojen lisäksi, haimme manuaalisesti kirjallisuuslähteitä Metropolia Ammattikorkeakoulusta, kuten Tutkiva hoitotyö ja Hoitotiede-lehtien vuosikertoja 2010- 2017 sekä pääkaupunkiseudun muita kirjastoja perehtyäksemme kyseiseen aiheeseen.

Taulukko 1. Hakuprosessi

Tietokanta ja hakusana(t)	Kaikki tulokset	Poistettu otsikon perusteella	Poistettu abstraktin perusteella	Poistettu koko tekstin perusteella	Hyväksytään
CINAHL (Ebsco):					
Cancer patient positive experiences	19	16	2	0	1

Cancer patient empowerment	20	12	2	2	4
Empowerment Cancer	17	13	4	0	0
Empowerment cancer health related	3	1	1	0	1
Hope when cancer	7	4	1	1	1
Religion cancer empowerment	1	0	0	0	1
Medline (Ovid):					
Cancer patient positive experiences	34	17	9	5	3
Cancer patient empowerment	15	11	3	0	1
Empowerment Cancer	18	11	4	1	2
Empowerment cancer health related	0	0	0	0	0
Hope when cancer	2	1	1	0	0
Religion cancer empowerment	0	0	0	0	0
Academic Search Elite (Ebsco):					
Cancer patient positive experiences	18	10	2	4	2
Cancer patient empowerment	12	8	0	2	2
Empowerment Cancer	32	12	10	8	2
Empowerment cancer health related	3	2	0	0	1
Hope when cancer	3	2	0	0	1
Religion cancer empowerment	5	3	1	0	1
<b>Yhteensä</b>	<b>209</b>	<b>123</b>	<b>40</b>	<b>23</b>	<b>23</b>

Olemme rajanneet hakua erilaisilla valintakriteereillä, jotta tieto vastaisi tarkoitusta. Haimme julkaisuja käyttäen hakusanoja sekä niiden yhdistelmiä: "Cancer patient positive experiences", "Cancer patient empowerment", "Empowerment cancer", "Empowerment cancer health related", "Hope when cancer", "religion cancer empowerment". Saa- duista tuloksista valitsimme meille sopivat, joita lähdimme rajaamaan tarkemmin tarken- netuilla valintakriteereillä. Kriteerimme oli, että tieto on peräisin ainoastaan julkaistuista

tieteellisistä artikkeleista, joka on oleellinen tutkimuskysymysten kannalta. Julkaistun tutkimuksen oli oltava suomen- tai englanninkielellä ja, että se oli saatavilla kirjaston hakupalveluiden kautta. Lisäksi julkaisun piti olla kirjoitettu hoitotyön näkökulmasta. Tämän jälkeen lähdimme rajaamaan vuosiluvulla. Vanhimmat käyttämämme aineistot saivat olla vuoden 2010 julkaisut. Sitä vanhempia emme käyttäneet itse aineistossa.

Etsimme vastaukset vain esitettyihin tutkimuskysymyksiin. Aineistoja etsiessä valintakriteerinä toimi myös rajattu ikä, joka tässä työssä on 25-35 vuotiaat. Tuloksia tuli näillä rajoituksilla paljon, joten varsinkin kansainvälisiltä sivuilta valitsimme vain englannin kieliset aineistot. Tämän jälkeen jäljelle jääneet tulokset valittiin aineiston otsikon perusteella. Rajattu ikä toi myös haasteita artikkeleiden valinnassa, koska harvoin ikäjakauma vastaa täsmälleen haluttua. Tästä syystä, valituissa aineistoissa saattaa ilmetä vaihtelua asetetun ikäjakauman suhteen. Aineiston määräksi rajautui lopulta yhdeksän artikkelia (N=9).

Taulukko 2. Sisäänotto- ja poissulkukriteerit

<b>Aineiston sisäänottokriteerit</b>	<b>Aineiston poissulkukriteerit</b>
Julkaistu vuosina 2010-2018	Julkaistu ennen vuotta 2010
Tieteelliset julkaisut	Ammattilehtien julkaisut
Hoitotyön näkökulma	Lääketieteen näkökulma
Suomen ja englannin kieliset julkaisut	Muun kieliset julkaisut
Tutkimuskysymyksiin vastaavat aineistot	Aineistot eivät vasta tutkimuskysymyksiin
Otanta vastaa 25-35 vuotiaiden kokemuksia	Otanta ei vastaa 25-35 vuotiaiden kokemuksia

#### 4.3. Aineiston analyysi

Opinnäytetyön toteutusvaiheessa analysoimme aineistoa soveltaen aineistolähtöisen sisällönanalyysin periaatteita. Sisällönanalyysi on tieteellinen metodi, jonka tavoitteena on analysoida tekstiä eritellen ja tiivistäen etsien yhtäläisyyksiä ja eroja. Sisällönanalyysissa tarkastellaan tekstimuotoisia aineistoja, joita voivat olla esim. kirjat, artikkelit, raportit sekä muu kirjallisessa muodossa saatu materiaali. (Tuomi – Sarajärvi 2009: 105.)

Tämä on tehokas tapa syventää tutkittua tietoa. Näin saadaan koottua tiivistetty versio tutkittavasta tapahtumasta, joka taas on yhteydessä laajempaan asiayhteyteen. (Tuomi – Sarajärvi 2009: 105).

Aineistolähtöinen sisällönanalyysi eli induktiivinen aineiston analyysi muodostuu kolmesta eri vaiheesta: aineiston pelkistäminen eli redusointi, aineiston ryhmittely eli klusterointi ja teoreettisten käsitteiden luominen eli abstrahointi. Pelkistämisen vaiheessa aineistosta karsitaan opinnäytetyön kannalta epäolennainen tieto pois. Pelkistäminen eli redusointi voi olla joko aineiston tiivistämistä tai pilkkomista osiin. Pelkistämistä ohjaa tutkimuskysymys, jolloin aineistosta poimitaan vain olennaiset asiat. Aineiston klusteroinnissa eli ryhmittelyssä aineistosta poimitut osat käydään läpi ja etsitään yhdistäviä tai eroavia tekijöitä. Samankaltaiset osat ryhmitellään ja yhdistetään luokaksi, jonka sisältöä nimetään kuvaavalla käsitteellä. Luokittelu tiivistää sisältöä ja luo pohjan opinnäytetyön perusrakenteelle. Viimeisessä vaiheessa, aineiston abstrahoinnissa eli käsitteellistämässä muodostetaan teoreettisia käsitteitä valikoidun aineiston perusteella. Abstrahointia jatketaan yhdistämällä luokkia, niin kauan kuin se on mahdollista aineiston näkökulmasta. Aineistolähtöinen analyysi yhdistää käsitteitä ja näin vastaa tutkimuskysymykseen. (Tuomi – Sarajärvi 2009: 108-112.)

Kävimme läpi alkuperäisen aineiston. Tutkimusten ollessa suomenkielisiä, pelkistimme ne, muuttamatta tekstin sisältöä. Kyseen ollessa englanninkielisistä tutkimuksista, käännsimme ne suomeksi.

Saadut tulokset jaoinme alaluokkiin, jotka kuvasivat syöpäpotilaiden kokemuksia, tunteuksia, kohtaamisia, hoitohenkilökuntaa, perhettä tai sosiaalista verkostoa. Esimerkkeinä alaluokista ovat: pelko, huoli, masennus, sairaanhoitaja, lääkäri, diagnoosi, lapset, vaimo, ystävät, työkaverit. Alaluokkia pitää olla mahdollisimman paljon. Alaluokkien niukkuus viittaa yleensä siihen, että aineistoa ei ollut tarpeeksi, tai se ei ollut sopivaa.

Yhdistämme alaluokat yläluokkiin - esimerkiksi sairaanhoitaja ja lääkäri ovat hoitohenkilökunta, lapset ja vaimo ovat perhe. Analysoimalla yläluokat pääsimme pääluokkaan, joka kuvasti varsinaiset tulokset meidän opinnäytetyölle. Tarkoituksemme oli kuvata syöpähoitojen aikaisia voimaannuttavia sekä ehkäiseviä tekijöitä.

## 5. Tulokset

Valitsimme opinnäytetyöhömmme yhdeksän tutkimusartikkelia, joiden perusteella vastasimme tutkimuskysymyksiimme. Esittelemme myös työmme lopussa liitteenä artikkeleiden alkuperäisilmaukset (Liite 1.). Valituista artikkeleista, potilasta voimaannuttavia keinoja sekä edistäviä tekijöitä esiintyi selkeästi ehkäiseviä tekijöitä enemmän. Opinnäytetyömme keskeiset tulokset on esitelty Taulukossa 3.

Taulukko 3. Voimaantumista edistävät tekijät

Voimaantumista edistävät tekijät						
Yksilöllisyyden huomiointi	Potilasohjaus	Vertaistuki	Psyykkiset voimavarat	Sosiaalinen tuki	Musiikki	Arvomaailman yhtenevyys

### 5.1. Potilasta voimaannuttavat keinot

Nuoret käyttävät internetiä huomattavasti enemmän kuin iäkkäät ihmiset. Esimerkiksi Facebookin käyttö yli puolella käyttäjistä on päivittäistä. Internet-pohjaiset palvelut ovat innovatiivinen tapa tarjota apua. Ne tarjoavat asiakkaille paikasta riippumatonta, ajan-kohtaista ja helposti saatavilla olevaa tietoa. Tutkimus osoitti, että nuorten, syövästä toipuneiden aikuisten keskustelufoorumilla reilusti yli puolet viesteistä olivat kannustavia, informatiivisia ja emotionaalisia. Potilaat kokivat sivuston olevan hyödyllinen ja kertoivat sen auttavan pitkällä tähtäimellä, antavan tietoa luotettavista lähteistä, sekä opastamaan muun muassa miten käsitellä paniikkikohtauksia. (Fasciano – Souza – Braun – Trevino 2015: 44–45, 47.)

Tutkimukseen osallistuneet ovat kokeneet voimaannuttavana mahdollisuuden saada tietoa syövästä internetin avulla, joka on samalla vaikuttanut heidän päätöksentekoon. Internetistä saatu tieto on mahdollistanut potilaille paremman yhteistyön päätöksenteossa hoitohenkilökunnan kanssa. Potilaat arvostivat, kun hoitaja puhui selkeällä kielellä, tarvittaessa toistaen kertomansa, puhumalla suoraan ja rehellisesti. Potilaat, jotka olivat varustautuneet niin sanotusti ”oikeilla kysymyksillä”, tunsivat voimaantumista keskustellessaan hoitavan tahdon kanssa. Saadun tiedon kautta potilaista on tullut oman tilanteen asiantuntijoita. (Becze 2011: 15.)



Hoitajat käyvät koko prosessin potilaan rinnalla. Onnistuneessa hoitosuhteessa he sitoutuvat vastaamaan potilaan tarpeisiin. Potilaan luottamus ja hoitajan sitoutuminen luovat vahvan siteen. Siksi onnistumisen aikana kaikki haluavat juhlia yhdessä. Henkilökunta Clarian North Medical Center, Carmel Indianassa päätti järjestää tapahtuman syövästä selviytyneiden kunniaksi. Juhlan lisäksi haluttiin jotain erikoista, jotain mitä vaikuttaisi asenteisiin. Tarkoitus oli tuoda kaikki selviytyjät yhteen – ei pelkästään juhlimista varten, vaan voimaantumisen takia. (Whiteker 2010: 679.)

Positiivinen ajattelu auttaa myös vakavissa tilanteissa. Eräs nuori potilas kertoi huumorin keventävän ilmapiiriä vaikeiden toimenpiteiden aikana. Hänen mukaan ”hoitajat aina tiesivät mitä piti sanoa saadakseen sinut voimaan paremmin.” (Jacobsen – Bouchard – Emed – Lepage – Cook 2015: 253.)

O’Callaghan, Barry ja Thompson tekivät tutkimuksen liittyen musiikin vaikutuksista syöpää sairastaviin nuoriin sekä nuoriin aikuisiin. Tutkimus toteutettiin puolistrukturoituna haastatteluna, johon osallistui 12 henkilöä. Haastateltavista vain pieni enemmistö oli naisia. (O’Callaghan – Barry – Thompson 2012: 689.) Musiikin kuuntelu on yksi yleisimmistä ja suosituimmista aktiviteeteista nuorten kesken. Potilaat kokevat musiikin vaikutukset rauhoittavana, tukevana sekä rentouttavana tekijänä. Musiikki merkitsee ja mahdollistaa toivon tunteen, se vaikuttaa sietokykyyn, identiteetin kehittymiseen ja auttaa mukautumaan syöpähoitojen keskellä sekä sen jälkeisissä vaiheissa. Tutkimuksesta tuli myös ilmi, miten eri musiikkityylit auttoivat eri tilanteissa. Heavymetallin kuuntelu auttoi esimerkiksi eräitä potilaita vapauttamaan vihansa sekä mahdollistamaan oman itsensä ilmaisun. Musiikilla koettiin olevan keskeinen rooli kehityksessä sekä selviytymisessä. (O’Callaghan – Barry – Thompson 2012: 687-688.)

Omien tarpeiden täyttäminen, kuten ajan kuluminen, henkisen paineen purkautuminen sekä tunteiden kontrollointi tulivat mahdollisiksi musiikin kuuntelun kautta. Musiikin koettiin toimivan paremmin kuin sanallisen viestinnän. Musiikki muuttaa mielialaa aktivoimalla hermostoa sekä herättää mielihyvän, aktivoi opioidivälityksen sekä dopamiinituotannon paremmin sekä laajemmin. (O’Callaghan – Barry – Thompson 2012: 688.)

Potilaat olivat myös löytäneet apua ”itsensä hoitamiseen” musiikin kautta. Esimerkkejä näistä olivat muun muassa unettomuus, selviytyminen sekä hengelliset tarpeet, joihin musiikista koettiin olevan hyötyä. Musiikkia käytettiin niin sairaalassa kuin kotona helpottamaan oireita, kuten pahoinvointia, kipua ja motivoimaan nousemaan ylös sängystä.

Sen avulla koettiin pääsevän yli häiriötekijöistä, eskapismista eli todellisuuspakoisuudesta, muuttuneesta peilikuvasta, ilmeettömyydestä sekä muistamattomuudesta. (O'Callaghan – Barry – Thompson 2012: 688, 693-694.) Moni kertoi tullessa lyriikka-keskeiseksi, ja eräs kertoi, kuinka kappaleen kuuntelu saattoi olla ainut asia, joka auttoi vaikeina hetkinä voimaan paremmin. Sanoitukset auttoivat osallistujia myös ilmaisemaan ja ymmärtämään toisten syöpäpotilaiden maailmoja. (O'Callaghan – Barry – Thompson 2012: 693.)

Osallistujat kertoivat, kuinka musiikki toi heille inspiraatiota, vähensi yksinäisyyden tunnetta, turvattomuutta, katumusta, surua sekä heikkoutta. Ensisijaisesti musiikki potilaiden mukaan kuitenkin rauhoitti sekä rentoutti. Tutkimuksesta kävi ilmi myös se, kuinka pelkällä musiikin ajattelemisella koettiin olevan saman tyyllisiä vaikutuksia, kuin itse musiikin kuuntelemisella. Se koettiin luotettavana sekä vastaantulevana ystävänä sen helpouden takia. Musiikki oli aina käden lähettyvillä, sen pystyi ajattelemaan, sitä pystyi kuuntelemaan, soittamaan tai sulkea niin halutessaan. Sen koettiin olevan keino ymmärtää toista, tulla kuulluksi ja haastamaan pysyäkseen pinnalla. (O'Callaghan – Barry – Thompson 2012: 696.)

Laisaar-Powell, Butow, Bu, Fisher sekä Juraskova tekivät tutkimuksen vuonna 2016, jossa tutkittiin asenteita sekä kokemuksia liittyen vanhempien osallisuuteen syöpäpotilaiden neuvotteluissa. Tutkimus oli kvalitatiivinen puolistrukturoitu haastattelu, johon osallistui niin 30 syöpäpotilasta sekä 33 läheistä. (Laisaar-Powell – Butow – Bu – Fisher – Juraskova 2016: 4131-4132.) Suurin osa syöpäpotilaista oli tyytyväisiä ja he arvostivat perheenjäsenten tai tuttujen osallistumista hoitoneuvotteluihin, riippumatta siitä, kuinka läheiseksi henkilöt osoittautuivat. Läheisten tuki oli vahva voimaannuttava tekijä hoitojen aikana. Potilaat mainitsivat, että usein tapaamisiin valikoitui niin sanotusti ”avain henkilö”, jossa läheinen pysyi samana suurimmassa osassa neuvotteluita koko hoidon ajan. (Laisaar-Powell – Butow – Bu – Fisher – Juraskova 2016: 4133.)

Potilaat kokivat itsensä lohdullisiksi, rauhallisiksi sekä vahvoiksi johtuen läheistensä läsnäolosta. Varsinkin huonojen uutisten aikana, perheen tuki korostui. Voimaantumista vahvistavana keinona nähtiin myös fyysinen sekä henkinen kontakti. Tutkimuksessa potilaat kertoivat, kuinka se saattoi näkyä muun muassa kädestä kiinni pitämisenä tai sanallisena tyyntelyynä sekä vakuutteluna. ”Hand holding”. ”Reassuring comments to the patient”. ”Being there in consultations gave a sense of security”. (Laisaar-Powell – Bu-

tow – Bu – Fisher – Juraskova 2016: 4135.) Hoidon aikana korostui myös läheisten hiljainen tuki. Tieto siitä, että joku on läsnä, auttoi potilaita tuntemaan turvaa. (Laisaar-Powell – Butow – Bu – Fisher – Juraskova 2016: 4135.)

Tutkimuksessa potilaat toivat esille, kuinka he kokivat positiivisena asiana läheistensä roolin ottaa vastuu hoitoneuvotteluissa. Tilanteissa, joissa potilaat eivät pystyneet aktiivisesti osallistumaan keskusteluun kuntonsa tai kielitaitonsa puolesta, korostui läheisten osallisuus. Tunne siitä, että voi tukeutua muihin, vahvisti tunnetta voimaantumista. Potilaat pitivät läheisiään niin sanottuina viestinviejinä tai välimiehinä, koska nämä olivat keskeisessä roolissa heidän hoitajensa aikana. Kyseiset läheiset pystyivät selittämään tilanteen myös muulle perheelle. Tämä suojeli potilaita toistuvilta kysymyksiltä sekä muiden tunteilta. (Laisaar-Powell – Butow – Bu – Fisher – Juraskova 2016: 4136.)

Kaal, Husson, van Duivenboden, Jansen, Manten-Horst, Servaes, Prins, van den Berg ja van Der Graaf kehittivät tutkimuksen vuonna 2017, joka käsitteli nuorten sekä nuorten aikuisten syöpäpotilaiden voimaantumista. Kyselyyn osallistui kaiken kaikkiaan 83, joista 43 oli miehiä. Keinoja voimaantumiseksi oli oman henkisen vahvuuden, sosiaalisen tuen, yhteisön antaman tuen sekä terveydenhuollon tarjoaman tuen hyödyntäminen. (Kaal – Husson – van Duivenboden – Jansen – Manten-Horst – Servaes – Prins – van den Berg – van Der Graaf 2017: 4040.) Potilaiden henkiseen vahvuuteen vaikuttivat esimerkiksi itsensä johtamisen taito, johon kuuluu mm. päätöksenteko, ongelmanratkaisu kyky sekä päivittäiset omaan terveyteen liittyvät toiminnot. Tämä auttaa potilasta hahmottamaan sekä sulattelemaan uusia näkökulmia liittyen syövän hoitoon sekä onnistua hallitsemaan uusia rooleja sairauteen liittyen. Itsetietoisuus sekä kyky hallita uusia tilanteita olivat positiivisesti yhteydessä voimaantumiseksi. Tutkimuksessa todettiin, kuinka työllistyminen sekä opiskelu olivat yhteydessä voimaantumiseksi, vahvistaen näin omaa henkistä lujuutta. (Kaal ym. 2017: 4043.)

Sosiaalisen tuen saaminen perheeltä ja ystäviltä olivat vahvasti yhteydessä voimaantumiseksi. Tämä oli havaittavissa myös muiden potilaiden antamasta tuesta, koska se auttoi heitä selviämään sairautensa kanssa. Sosiaalinen tuki oli mahdollista vastaanottaa niin reaaliajassa kuin virtuaalisestikin. Monet tapasivat sekä jakoivat tietoa netin avulla, joka on osoittautunut vähentämään tunnetta eristäytymisestä, kehittämään tietoutta sairaudesta, olemaan tehokkaampia, parantamaan ongelmanratkaisutaitoja sekä lisäämään ihmistenvälistä vuorovaikutusta. (Kaal ym. 2017: 4045.)

Potilaat, joita oli hoidettu erikoissairaanhoidon piirissä, olivat yhteydessä korkean tason voimaantumiselle. Terveystuon tarjoama tuki vahvasti myös potilaan voimaantumista. Tämä huomioitiin ajattelemalla jokainen potilas yksilönä. Tutkimuksesta kävi kuitenkin ilmi, kuinka terveydenhuollossa on vielä kehitystä vaativia kohtia. Tulevaisuudessa olisi pyrittävä jakamaan tietoa myös alemman tason opetuksessa oleville. (Kaal ym. 2017: 4044-4045.)

Best, Butow sekä Olver julkaisivat vuonna 2014 tutkimuksen, joka käsitteli syöpäpotilaan hengellisen tuen sekä lääkärin roolin yhteyttä. Tutkimukseen osallistui 15 potilasta, jotka osallistuivat puolistrukturoituun haastatteluun. (Best – Butow – Olver 2014: 1334.) Tutkimuksesta kävi ilmi, kuinka potilaat pitivät yhtenä voimaantumisen keinona hyvää hoitosuhdetta ja kokonaisvaltaista hoitoa. Tämä mahdollisti avoimen keskustelun ja potilaat kokivat myös peloista puhumisen luontevana. (Best – Butow – Olver 2014: 1333.)

Hengellisyys sekä uskonnot, uskomukset sekä näiden harjoittamiset ovat monivaihtoisia, yksilöllisiä sekä kehittyneitä vastaamaan eri elämäntilanteisiin, kuten menetyksiin sekä terveysongelmiin. Henkinen tuki auttoi potilaita kohtaamaan sairautensa sekä tunnistamaan mahdollisen tuen tarpeet. Keinoja, jotka vahvistivat voimaantumista henkisesti tasolla, olivat koettu yhteys johonkin tuonpuoleiseen, suhteet omiin perheenjäseniin sekä ystäviin sekä suhde omaan itseensä. (Best – Butow – Olver 2014: 1334-1335.) Potilaille oli tärkeää, että heillä oli niin sanotusti avaimet tuen saamisen lähteeseen. Hoidon aikana perheille oli mahdollista järjestää vierailuja potilaan luo, tai potilaan oli mahdollista rukoilla. Osa potilaista oli myös yhteydessä henkisen tuen neuvojaan, kuten pappiin. (Best – Butow – Olver 2014: 1335.)

Useat potilaat kertoivat myös, kuinka pitivät voimaannuttavana tekijänä jakaa ajatuksia liittyen hoidossa tapahtuviin päätöksiin. Potilaat samalla odottivat, että lääkärit kunnioittavat potilaan uskomuksia. Eri uskontokunnista riippumatta, henkinen puoli on tärkeää kaikille potilaille. (Best – Butow – Olver 2014: 1336-1337.)

## 5.2. Voimaantumista edistävät tekijät

Nuoret aikuiset syöpäpotilaat ovat harvemmin tieteellisen tutkimuksen kohteena, johtuen sairastamisen vähäisyydestä verrattuna iäkkäisiin ihmisiin. Tästä huolimatta tutkimukset osoittivat, että juuri nuoriin aikuisiin syöpä vaikuttaa eniten kuin muissa potilasryhmissä. Potilaat arvostavat hoitoa, jossa huomioidaan heidän henkilökohtaiset tarpeet, tunteet ja

osoitetaan kiinnostusta heitä kohtaan. Hoidon jatkuvuus osoittautui myös tärkeänä osana psykososiaalista tukea. Vuorovaikutuksen rooli hoitajan ja nuoren potilaan välillä korostuu, sillä se luo pohjan luottamukselle, avoimelle keskustelulle ja parantaa potilaan tyytyväisyyttä. Kaikista tärkein aspekti vuorovaikutuksessa on potilaan näkeminen yksilönä, erillään hänen taudista, korostaen hänen inhimilliset piirteet ja tarpeet. (Jacobsen – Bouchard – Emed – Lepage – Cook 2015: 250–251.)

Potilasohjaus on yleistymässä ja monet syöpäklinikat järjestävät koulutustilaisuuksia, jossa kerrotaan hoidoista, sivuvaikutuksista ja yleisistä käytännöistä syövän hoidossa. Potilaat, jotka osallistuvat koulutukseen hyödyntävät tiedon saannissa sekä saavat vertaistukea muilta potilailta. Koulutus ”muistutti minua mitä piti tehdä”, ”koskaan ei voi oppia liikaa kemoterapiasta” ovat esimerkkejä osallistujien kommentteista. Tilaisuuksien aikana potilaat saavat mahdollisuuden kysyä ammattilaisten mielipiteitä sekä tapaavat muita, eri hoitomuodoissa olevia ihmisiä. (Fee-Schroeder – Howell – Kokal – Bjornsen – Christensen – Hathaway – Judy – Vickers 2013: 369.)

Tutkimuksessa, jossa selvitettiin musiikin vaikutuksia voimaantumiseen, löydettiin paljon edistäviä tekijöitä. Voimaantumisen tuntemiseen vaikutti muun muassa potilaan toimintakyky. Stressin sietokyky sekä itsetunto olivat tekijöitä, joilla nähtiin olevan vaikutuksia koettuun voimaantumiseen. Vahvuuksien huomattiin kehittyvän esimerkiksi musiikkiterapian avulla. Sen huomattiin vahvistavan potilaiden kapasiteettia hoitaa itseään sekä vahvistamaan oman identiteetin kehittymistä. (O’Callaghan – Barry – Thompson 2012: 688, 695.)

Potilaiden kunto vaihtelee hoitojen aikana, eivätkä hoitotoimenpiteetkään ole kestoiltaan lyhyitä. Moni potilaista kertoi jaksavansa silti kuunnella musiikkia sen vaivattomuuden takia. Asioiden vaivattomuus vaikutti voimaantumiseen, koska voimia oli säästettävä jo pelkästään yleistä jaksamista sekä hoitoja ajatellen toimintakykyjen eri tasoilla (fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen). (O’Callaghan – Barry – Thompson 2012: 690.)

Muuntautumiskyky ja kokemus tulla ymmärretyksi olivat myös tekijöitä voimaantumiseen. Tilanteet vaihtelevat syöpähoitojen aikana, jolloin oma tai muiden jaksaminen on koetuksella. Tutkimuksessa potilailla oli erityistoiveensa musiikkivalinnoilleen eri tunnetiloja varten. He keskustelivat musiikin välityksellä myös muiden potilaiden kanssa. Itsensä ilmaiseminen sekä tunnetiloihin reagoiminen oli mahdollista musiikin muuntautumiskyvyn avulla. Se helpotti eristyneisyyteen, vahvisti omaa sietokykyä ja potilaat saivat

vastakaikua sanoituksista. Osa kertoi myös, kuinka syövän vaikutukset omiin idoleihin vahvasti kokemusta tulla ymmärretyksi. (O'Callaghan – Barry – Thompson 2012: 690, 693, 695.)

Sosiaalisen tuen sekä yhteenkuuluvuuden merkitys korostui syöpäpotilaille. Ne mahdollistettiin esimerkiksi musiikin kuuntelulla tai musiikkiterapialla. Osa potilaista kertoi, kuinka perhe ja ystävät pysyivät läheisinä, heidän tuodessaan lisää levyjä tai laulaessaan heille. (O'Callaghan – Barry – Thompson 2012: 687, 690.)

Potilaat huomasivat, kuinka eri lähestymistavat hoitohenkilökuntaan, vaikutti tapaan tulla kohdatuksi. Eräs potilas kertoi, kuinka yksi terapeuteista oli auttavainen ja mahdollisti tämän tuntea itsensä normaaliksi ystävällisen, spontaanin ja joustavan keskustelun myötä. Kaikki potilaat eivät esimerkiksi halunneet osallistua musiikkiterapiaan, koska se muistutti heidän roolista olla syöpäpotilaita. Voimaannuttavana tekijänä voidaan ajatella ihmisten yksilöllisyyttä. Tietyt toimintatavat eivät päde kaikkiin samalla tavalla. (O'Callaghan – Barry – Thompson 2012: 694.)

Tutkimuksessa, jossa kuvattiin läheisten osallisuutta syövän hoitoneuvotteluissa, korostettiin sosiaalisen tuen merkitystä syöpäpotilaalle. Osalle pelkkä toisen ihmisen läsnäolo oli riittävä tekijä rauhoittaakseen tilannetta. Läheisten tuki koettiin suurimmaksi osaksi suotuisana. (Laidsaar-Powell – Butow – Bu – Fisher – Juraskova 2016: 4131.)

Tässäkin tutkimuksessa potilaat arvostivat läheisten muuntautumis- ja joustamiskykyä tilanteeseen. Tilanteiden muuttumiset sekä potilaiden tarpeet vaihtelivat, ja osa ohjasikin läheisiään auttavasta sekä sitä haittaavasta käytöksestä. Tätä havainnollistettiin eri roolien avulla, joita olivat muun muassa henkinen tukija, tiedollinen tukija sekä läheinen viestinviejänä. Nämä roolit korostuivat varsinkin tärkeissä hoitoneuvotteluissa, jossa käytiin läpi tärkeää tietoa tai potilas oli liian stressaantunut vastaanottamaan sitä. Moni potilas koki myös auttavana tekijänä, että läheiset osasivat kysyä laajemmin kysymyksiä liittyen vaihtoehtoihin hoitoihin tai niiden sivuvaikutuksiin. (Laidsaar-Powell – Butow – Bu – Fisher – Juraskova 2016: 4134, 4135.)

Tutkimuksessa jossa tarkasteltiin syöpäpotilaiden voimaantumista, otettiin esille sosiaalisen tuen lisäksi fyysinen tekijä, kuten sukupuoli. Miehet todettiin itsenäisemmiksi, jonka todettiin olevan myös vahvasti yhteydessä voimaantumiselle. Tähän vaikuttivat myös itsetietoisuus sekä taito hallita uusia tilanteita. Miehet vastaanottivat myös enemmän sosiaalista tukea. Heidän tapa olla tehokkaita ongelmallisissa tilanteissa sekä käyttämään

eri keinoja stressaavissa tilanteissa oli vahvempaa kuin naisilla. (Kaal ym. 2017: 4044, 4045.)

Henkisen tuen merkitys syöpäpotilaalle on keskeinen. Sen tarkoituksena on auttaa, lohduttaa sekä rauhoittaa tapahtunutta. Se ei auta pelkästään potilasta, vaan myös hänen omaisiaan. Kuten aiemmin kävimme läpi, keinoja henkisen tuen vahvistamiseen on muun muassa läheisten tapaamiset, rukoilu sekä omat uskomukset. Tekijä, joka vahvistaa voimaantumista, on sama arvoperusta. Potilaat toivoivat saavansa ymmärrystä ja odottivat lääkäreiden kunnioittavan uskomuksiaan. (Best – Butow – Olver 2014: 1335, 1337.)

Keskustelulle avoin ympäristö mahdollisti potilaiden avautumisen ja se auttoi myös hoitohenkilökuntaa. Tämän mahdollisti luottamuksen ansaitseminen, jotta potilaista tuntui turvalliselta keskustella uskomuksistaan. Hoitohenkilökunnan ollessa tietoisia potilaan ensisijaisen tuen lähteestä, pyrittiin se mahdollistamaan myös hoitojen sekä sairaalassa olon aikana. Tästä hyvänä esimerkkinä toimi eräs potilas, jolle mahdollistettiin pidemmät vierailuajat sekä hengellisten ammattilaisten tapaamiset. Nämä tiedustelut eivät olleet tarpeellisia pelkän henkisen tuen vahvistamiseksi, vaan se mahdollisti myös lähemmän suhteen potilaaseen. Hyvä hoitosuhde taas oli yhteydessä yksilölliseen sekä kokonaisvaltaiseen hoitoon sekä onnistuneeseen kommunikointiin. (Best – Butow – Olver 2014: 1335, 1336, 1337.)

### 5.3. Voimaantumista ehkäisevät tekijät

Internetin käytön kautta potilaat ja heidän omaiset ovat yhä paremmin tietoisia taudista, sen kulusta, mahdollisista hoidoista sekä selviytymisen mahdollisuuksista. Potilaiden mukaan hoitohenkilökunta on edelleen ensisijainen tiedon lähde, mutta internetin käyttö konsultoinnissa yleistyy koko ajan. Tutkittuaan internetistä saatavilla olevia hoitoja, potilaat hakivat apua terveysalan ammattilaisilta. Joissakin tapauksissa potilaat huomasivat, että he eivät saaneet ajankohtaista, näyttöön perustuvaa tietoa omalta hoitohenkilöstöltä, tai heidän kokemus on ollut puutteellista. Erittäin harvoissa tapauksissa, potilaat olivat saaneet väärän diagnoosin tai heidän sairauteensa liittyi harvinaisia sivuvaikutuksia, jolloin hoitava lääkäri ei pystynyt selittämään niistä tarpeeksi selkeästi. Myös näissä tapauksissa potilaat hakivat lisätietoa internetistä. (Becze 2011: 14–15.)

Keskustelufoorumit voivat myös johtaa pelon tai huolen lisääntymiselle. Tutkimukseen osallistuneet kertoivat, että joskus oma hyvinvointi sai heidät tuntemaan syyllisyyttä,

kuullessaan muiden potilaiden voivan huonosti. Samalla myös muiden tarinat syövän uusiutumisesta, kehittivät pelkotiloja uudelleen sairastumisesta. (Fasciano – Souza – Braun – Trevino 2015: 47.)

Musiikkiterapian vaikutukset voimaantumiseen vaihtelivat. Terapiaryhmässä pääseminen osaksi joukkoa oli keskeistä. Hoitojen vaikutukset itsevarmuuteen sekä uuden identiteetin kehittymiselle olivat kuitenkin niin radikaaleja tapahtumia, että osalla potilaista ne ehkäisivät voimaantumista. Erään potilaan mukaan säännölliset terapiatapaamiset leimasivat hänet syöpäpotilaaksi. Hän koki voimaannuttavampana keskustella asioista spontaanisti. (O'Callaghan – Barry – Thompson 2012: 688.) Toinen potilas kertoi, kuinka syöpädiagnoosin saaminen oli vaikuttanut negatiivisesti hänen suhdettaan musiikkiin. Jopa kuukausia hoitojen jälkeen, hän koki vaikeana palata takaisin muusikkona olemiseen. Tieto sairastumisesta on monelle pysäyttävä hetki. Ihminen kokee tilanteensa usein toivottomaksi. Tunne oman elämänhallinnan sekä kehon menetyksestä vaikuttaa heikentävällä tavalla voimaantumiseen. (O'Callaghan – Barry – Thompson 2012: 694.)

Syöpäpotilaille sosiaalinen tuki on korvaamaton. He kuitenkin toivat ilmi, kuinka läheisten osallistuminen hoitoon oli välillä monimutkaista. Osa potilaista kertoi, kuinka heidän läheiset kysyivät liikaa kysymyksiä tai he kyseenalaistivat ammattilaista. Nämä potilaat olivat huolissaan siitä, että kyseinen lääkäri ärsyyntyisi. Toiset taas mainitsivat, etteivät olleet kyenneet keskustelemaan arkaluontoisista asioista läheistensä ollessa paikalla. Osalla tämä vaikutti negatiivisesti voimaantumiseen. (Laidsaar-Powell – Butow – Bu – Fisher – Juraskova 2016: 4131, 4136.) Osa potilaista sekä heidän läheistään koki vaikeaksi hoitoihin liittyvän päätöksenteon. Monelle se aiheutti turhautumista, koska mielipiteet menettelyistä erosivat. Eräille potilaista päätöksenteko oli vaikeaa, koska he eivät voineet olla huomioimatta läheistensä toiveita. Osa läheisistä kuitenkin painotti potilaan oikeutta päättää asioista, vaikka todellisuudessa olisikin ollut erimieltä. (Laidsaar-Powell – Butow – Bu – Fisher – Juraskova 2016: 4136.)

Osa potilaista toivat ilmi, kuinka läheisten stressi vaikutti potilaisiin. He kokivat itsensä vastuullisiksi läheistensä taakkaan sekä suruun. Tämä taas rasitti potilaita henkisesti, joka nähtiin ehkäisevänä tekijänä voimaantumiseen. (Laidsaar-Powell – Butow – Bu – Fisher – Juraskova 2016: 4137.)

Voimaantumisen matalaan tasoon vaikutti puutteet itsenäisyydessä sekä sosiaalisessa tuessa. Muita tekijöitä oli muun muassa naissukupuoli sekä vaikeudet hallita elämää,



samalla kun oli yhteydessä muihin syöpäpotilaisiin. (Kaal ym. 2017: 4039.) Kyseisessä tutkimuksessa voimaantuminen oli jaettu neljään eri luokkaan, henkinen vahvuus, sosiaalinen tuki, yhteisö sekä terveydenhuolto. Naisena olo nähtiin negatiivisena tekijänä voimaantumiselle. Sen yhteyttä sosiaaliseen tukeen ei kuitenkaan nähty. Syy tähän saattoi olla se, että naiset käyttivät vähemmän tehokasta eli tunneperäistä elämönhallintatapaa, kun taas miehet olivat enemmän ongelmakeskeisiä. Naisilla, jotka olivat muita herkempiä, oli vaikeutta hyväksyä kyseinen tilanne, eivätkä he kokeneet voimaantumista yhtä vahvasti kuin muut. (Kaal ym. 2017: 4042-4043, 4045.)

Henkiseen vahvuuteen vaikutti negatiivisesti palliatiivinen hoito. Potilaan omat voimavarat, kuten itsenäisyys, itsetietoisuus sekä omat taidot hallita uusia tilanteita ja ongelmia vahvistivat henkistä jaksamista. Muihin kohdistuva havainnointi ja herkkyyks olivat yhteydessä heikentävästi voimaantumiseen. Samoin myös elämönhallinta vaikeudet sekä psyykinen stressi. (Kaal ym. 2017: 4043.) Puutteet sosiaalisessa tuessa, itsensä arvioimisessa sekä asianmukaisessa elämönhallinnassa voivat lisätä psyykkistä ahdistusta, joka on suorassa yhteydessä voimaantumiseen. Omien voimavarojen heikentyessä toteuttaa päivittäisiä rutiineja, tuo esiin uusia haasteita. Eteen saattaa tulla tilanne, jolloin on mietittävä vastuun siirtämistä muille tai mahdollisesta keskustelusta liittyen henkisen tuen huolista sekä elämänpäätymiseen liittyvistä päätöksistä. (Kaal ym. 2017: 4045.)

Kuten aiemmin on käynyt ilmi, potilaat toivoivat kokonaisvaltaista hoitoa, avointa keskustelua henkisen tuen voimavaroista sekä niiden kunnioittamisesta. Lääkärit kuitenkin kokivat, että potilaan tehtävä on ottaa asia puheeksi, jos hän kokee sen tarpeelliseksi. He olivat myös sitä mieltä, että kyseisen asian lähestyminen vaatii paljon enemmän vuorovaikutustaitoja kuin esimerkiksi DNR-päätöksestä puhuminen, ja onkin tästä syystä vaikeampaa. Moni toivoisikin, että tähän puututtaisiin jo opiskeluvaiheessa. (Best – Butow – Olver 2014: 1333, 1337.) Tutkimuksesta kävi ilmi, kuinka lääkärit koetaan olevan hyvässä asemassa helpottaakseen potilaan yhteyttä henkisen tuen saamiselle. Tämä vaatii kuitenkin joustavampaa aikataulua ajatellen sairaalan toimintaa. Esimerkiksi potilaat, jotka kokivat saavansa tukea läheisiltään, toivoivat pidempää vierailuaikaa tai jopa omaisten mahdollisuutta yöpyä sairaalan tiloissa. (Best – Butow – Olver 2014: 1337.) Lääkärit saattoivat vakuutella potilaille, etteivät he ole ensisijaisia henkisen tuen lähteitä, mutta ohjaisivat potilaat mieluummin hengellisistä asioista vastaavalle henkilölle. Tutkimuksesta kävi kuitenkin ilmi, kuinka kaikki tutkimukseen osallistuneet olivat päätyneet toisiin tukilähteisiin, kuten perheenjäseniin, sairaalapappiin tai oman yhteisön hengelliseen johtajaan. Tämä taas osoitti sen, etteivät potilaat halunneet lääkäriensä ohjaavan

heitä henkisesti, vaan pelkästään kunnioittamaan potilaiden näkemyksiä. Tutkimuksesta tulee hyvin ilmi, kuinka asioiden olettaminen voi pahimmassa tapauksessa ehkäistä voimaantumista. Potilaat toivovat pystyvänsä keskustelemaan ajatuksistaan sekä peloitetaan avoimesti. Vain kaksi tutkimukseen vastanneista oli sitä mieltä, että lääkärin tulisi kysyä henkisen voimavaran lähteistä. Moni syöpäpotilas kokeekin voimaantumista hyvästä sekä luotettavasta hoitosuhteesta. (Best – Butow – Olver 2014: 1333,1335, 1337.)

## 6. Pohdinta

### 6.1. Tulosten tarkastelu

Opinnäytetyömme tulosten perusteella merkittävimmät tekijät, jotka vaikuttavat syöpäpotilaan voimaantumiseen, ovat vertaistuki, tiedonsaanti sekä sosiaalinen tuki. Sosiaalinen tuki käsittää omaisten sekä hoitohenkilökunnan tarjoaman tuen. (Laidsaar ym. 2016: 4133.) Tutkimukset osoittavat, että hoidon jatkuvuus on tärkeä osa psykososiaalista tukea. Vuorovaikutus hoitajan ja potilaan välillä luo pohjan luottamukselle, avoimelle keskustelulle sekä vaikuttaa potilaan näkemiseen yksilönä, erillään hänen taudistaan, korostaen hänen inhimillisiä piirteitä ja tarpeita. (Jacobsen ym. 2015: 250–251.)

Nuoret aikuiset syöpäpotilaat arvostavat vuorovaikutusta, huomioonottamista sekä yksilöllistä suhtautumista heihin ja heidän hoitoonsa. Internet on mahdollistanut ympärivuorokautisen yhteydenpidon muihin sekä mahdollistamaan rajattoman tiedon jakamisen. Nuoret ihmiset ovat tietoisia uusista mahdollisuuksista, hoidoista ja käytännöistä. He jakavat kokemuksiaan muiden kanssa, oppivat syövästä ja hoidoista sekä antavat ja saavat vertaistukea muilta kohtalotovereilta. (Becze 2011: 15.) Sosiaalisen tuen ja tiedonsaannin lisäksi, opinnäytetyömme tuloksista nousee esille myös muita voimaannuttavia tekijöitä. Potilaan oman sairauden käsitteleminen esimerkiksi musiikin kautta, on tärkeä osa voimaantumista (O’Callaghan ym. 2012: 687-688).

Opinnäytetyömme tulokset osoittavat, että hengellisyys sekä uskonto ovat tapoja käsitellä eri elämäntilanteita, kuten menetyksiä tai terveysongelmia. Henkinen tuki auttoi potilaita kohtaamaan sairautensa sekä tunnistamaan mahdollisen tuen tarpeet. Hoidon aikana, potilaiden oli mahdollista rukoilla ja sekä tavata perhettään. Osalle perheen tarjoama tuki oli niin tärkeää, että vierailuaikoja pidennettiin. Useat potilaat kertoivat, kuinka he pitivät voimaannuttavana tekijänä jakaa ajatuksia liittyen hoidossa tapahtuviin pää-

töksentekoihin. Potilaat samalla odottivat, että lääkärit kunnioittavat potilaan vakaumuksia. Keskustelulle avoin ympäristö mahdollistaa potilaiden avautumisen, mikä auttaa hoitohenkilökuntaa tarjoamaan yksilöllisempää sekä kokonaisvaltaisempaa hoitoa. Eri uskontokunnista riippumatta, henkinen puoli on tärkeää kaikille potilaille. (Best ym. 2014: 1334-1337.)

Voimaantumisen ehkäisevänä tekijänä, potilaat pitivät pelkoa syövän uusiutumisesta. Samalla he saattoivat kokea syyllisyyttä omasta hyvinvoinnistaan, kuullessaan toisten syöpäpotilaiden heikosta tilanteesta. (Fasciano ym. 2015: 47.) Läheisten osallistuminen hoitoon voi myös negatiivisesti vaikuttaa potilaan kokemukseen voimaantumisesta. Läheiset saattavat kysellä liikaa tai he kyseenalaistavat ammattilaista. Potilaalle voi olla myös vaikeaa keskustella arkaluontoisista asioista läheistensä ollessa paikalla. (Laidsaar ym. 2016: 4031-4136.)

Opinnäytetyömme tulosten perusteella voidaan päätellä, että syöpäpotilaan voimaantuminen on yksilöllistä ja se on yhteydessä moniin eri tekijöihin. Aikaisemmat tutkimukset korostavat läheisten tuen merkitystä. Esimerkiksi Inger Palm ja Maria Friedrichsen tutkivat vuonna 2008 fyysisen ja emotionaalisen läheisyyden merkitystä syöpäpotilaille. Omassa tutkimuksessaan he osoittivat läheisyyden olevan erittäin tärkeää syöpäpotilaille ja heidän omaisilleen. Chang, Li ja Liu puolestaan tutkivat vuonna 2004 Freire'n dialogia voimaannuttavana tekijänä syöpäpotilaille. Tuloksena oli potilaissa selkeästi kohonnut aktiivisuus, itseluottamus, tahto elää, halu osallistua omaan hoitoprosessiin sekä auttaa muita. Voidaan todeta, että tuoreet tutkimukset tukevat aikaisempia tutkimuksia sosiaalisen tuen tärkeydestä sekä vertaistuen merkityksestä hoitojen aikana. Uutena tietona on noussut esille potilaiden kasvanut kiinnostus omaan hoitoprosessiin ja päätöksentekoon, potilaiden itsetietoisuus, sekä kriittisempi asenne liittyen omiin elämänvalintoihin.

## 6.2. Eettisyys ja luotettavuus

Eettisyys vaikuttaa tutkimuskysymyksen muotoiluun ja tutkimusetiikan noudattamiseen kaikissa vaiheissa. Luotettavuuskysymys perustelee valitun kirjallisuuden, ja liittyy prosessin johdonmukaisuuteen ja vakuuttavuuteen argumentoinnissa. (Kangasniemi ym. 2013: 292.) Tähän opintotyöhön käytetty aika on ollut rajallinen, ja se on vaikuttanut tutkimusaineistoon perehtymiseen. Analysointivaiheessa saadut tulokset olivat kuitenkin

uskottavia ja siten ne voidaan pitää luotettavina. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus tutkimusmenetelmänä on saanut kritiikkiä sattumanvaraisuuden vuoksi. Toisaalta menetelmän argumentoituvuutta pidetään vahvuutena. Kirjallisuuskatsauksen vaiheet auttavat kehittämään menetelmää ja ovat keskeisessä roolissa sen luotettavuuden ja eettisyyden arvioinnissa. (Kangasniemi ym. 2013: 292.) Olemme esitelleet seminaareissa opinnäytetyötämme, sen ollessa eri vaiheissa, jotta saisimme rakentavaa palautetta. Kommenttien perusteella muokkasimme sitä paremmaksi.

Kirjallisuuskatsauksen luotettavuusongelmat voivat ilmetä, jos tutkimukset ovat puutteellisia. Myös itse kirjallisuuskatsauksen tekemisessä voi tulla luotettavuusongelmia. (Malmivaara 2002.) Vain suomen- ja englanninkielisten julkaisujen käyttö jättää huomioimatta mahdollisesti muut korkeatasoiset tutkimukset, jolloin kirjallisuuskatsauksesta voi tulla suppeampi olemassa olevaan tietoon nähden. (Salanterä – Hupli 2003: 26-27; Pudas-Tähkä – Axelin 2007: 53.) Olemme kunnioittaneet muita tutkijoita ja heidän tutkimuksiaan käyttämällä tieteellisiä lähdeviitteitä, emmekä esittäneet muiden saavutuksia omilla nimissämme. Kääntäessä englanninkieliset tekstit suomeksi pyrimme sanatarkkaan tulokseen. Tämä kuitenkin heikensi luotettavuutta, koska käänös voi muuttaa asian merkitystä. Myös muu kielisten tutkimusten poisjättäminen vaikutti negatiivisesti opinnäytetyömme tulosten luotettavuuteen.

Opinnäytetyö on toteutettu kuvailevana kirjallisuuskatsauksena, jolloin eettisyyden näkökulmasta se on melko ongelmaton. Kirjallisuuskatsauksessa eettiset kysymykset ohjaavat tutkimuskysymyksen muotoilua ja liittyvät tutkimuseettikan noudattamiseen jokaisessa opinnäytetyön vaiheessa (Kangasniemi ym. 2013: 292). Opinnäytetyö perustuu aikaisempiin tutkimuksiin, minkä vuoksi emme tarvinneet erillistä tutkimuslupaa.

Opinnäytetyössä poissuljimme toissijaiset artikkelit ja käytimme alkuperäistutkimuksia, jotka lisäsivät luotettavuutta. Luotettavuutta lisäsi myös se, että opinnäytetyössämme oli kaksi tekijää, jotka kävivät läpi alkuperäistutkimuksia samoilla kriteereillä.

Opinnäytetyömme noudattaa tutkimuseettisen neuvottelukunnan tekemää ohjetta sekä anonymiteettia (Varantola – Launis – Helin – Spoof & Jäppinen 2012). Aineisto on luotamuksellinen ja sen tallentaminen on asianmukaista. Opinnäytetyössämme käytetty materiaali on ajanmukaista tutkittavan aiheen näkökulmasta. Julkaisimme tutkimustulok-

set totuudenmukaisesti mitään lisäämättä tai poistamatta. Raportointi vaiheessa opin-  
näytetyö on käytetty Turnitin-ohjelmassa plagioinnin tarkistukseksi. Työn siirrettävyyttä  
on mietitty suunnittelemalla jatkotutkimusaiheita sekä arvioimalla tulosten merkitystä.

### 6.3. Opinnäytetyön hyödynnettävyys ja jatkotutkimusehdotukset

Opinnäytetyömme on toteutettu osana Näe minut näin -hanketta. Opinnäytetyömme tar-  
koituksena oli kuvata 25-35 vuotiaiden kokemuksia syöpähoitojen aikaisista voimaannut-  
tavista sekä ehkäisevistä tekijöistä. Opinnäytetyömme tulokset kertoivat voimaannut-  
tavista keinoista sekä tekijöistä, jotka edistivät tai ehkäisivät voimaantumista. Saatuja  
tuloksia voivat käyttää niin potilaat ja heidän omaiset, kuin myös hoitohenkilökunta ja  
aiheesta kiinnostuneet. Tuloksia voidaan hyödyntää auttamaan potilaita selviytymään  
paremmin sairaudesta.

Opinnäytetyöstä saatuja tuloksia on mahdollista hyödyntää henkilökunnan ohjaami-  
sessa, potilaan ja omaisten kohtaamisissa, sekä potilaan yksilöllisten tuen tarpeiden tun-  
nistamisessa. Jatkotutkimuksia ajatellen, ehdotamme tutkimaan, miten sairaanhoitajat  
omalla ammattitaidollaan voivat vaikuttaa syöpäpotilaiden voimaannuttamiseen ja  
kuinka hyvin tämä huomioidaan opiskelujen aikana.

Suomessa moni sairastuu vuosittain syöpään. Tästä syystä uudet tutkimukset, jotka  
käsittelevät syöpäpotilaiden sekä heidän omaistensa voimaantumista ja taudista selviy-  
tymistä, ovat erittäin tarpeellisia.

## Lähteet

Becze, Elisa 2011. Survivors Seeking Cancer Information Online Can Experience Disenchantment, Empowerment. *Oncology Nursing Forum*. Five-Minute In-Service, April 2011. 15.

Best, Megan – Butow, Phyllis – Olver, Ian 2014. Spiritual support of cancer patients and the role of the doctor. *Support Care Center* 22: 1333-1339.

Chang, Li-Chun – Li, I-Chuan – Liu, Chieh-Hsing 2004. A Study of Empowerment for Cancer Patients Using Freire's Dialogical Interviewing. *Journal of Nursing Research (Taiwan Nurses Association)* 12(1). 41–55.

Fasciano, Karen M. – Souza, Phoebe M. – Braun, Ilana – Trevino, Kelly 2015. An Innovative Website in The United States for Meeting the Emotional and Supportive Care Needs of Young Adults with Cancer. *Journal of Adolescent and Young Adult Oncology* 4(1). 44–45, 47.

Fee-Schroeder, Kelliann – Howell, Lisa – Kokal, Janine – Bjornsen, Susan – Christensen, Sarah – Hathaway, Julie – Judy, Debi – Vickers, Kristin S. 2013. Empowering Individuals to Self-Manage Chemotherapy Side Effects. *Clinical Journal of Oncology Nursing* 17(4). 369.

Gray, R.E. – Doan, B.D. – Church, K. 1991. Empowerment Issues in Cancer. *The Journal of Health Behavior* 15(4). 22–28.

Idjam, Irja 2013. Syöpäpotilaan psyykkisten oireiden hoitopalliativisessa vaiheessa. *Duodecim* 129(4). 403–9.

Jacobsen, Susanna K. – Bouchard, Gabrielle M. – Emed, Jessica – Lepage, Karine – Cook, Erin 2015. Experiences of “Being Know” by the Healthcare Team of Young Adult Patients With Cancer. *Oncology Nursing Forum* 42(3). 250–251.

Joensuu, Heikki – Jyrkkiö, Sirkku – Kellokumpu-Lehtinen, Pirkko-Liisa – Kouri, Mauri – Roberts, Peter J. – Teppo, Lyly 2013. *Syöpätaudit*. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Johansson, Risto 2015. Solunsalpaajat eli sytostaatit. *Duodecim*. Verkkodokumentti. <://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\_artikkeli=dlk01077>. Luettu 23.2.2018

Johansson, Risto 2015. Sädehoito. *Duodecim*. Verkkodokumentti. <https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\_artikkeli=dlk01078>. Luettu 23.2.2018

Kaal, Suzanne E.J. – Husson, Olga – van Duivenboden, Saskia – Jansen, Rosemarie – Manten-Horst, Eveliene – Servaes, Petra – Prins, Judith B. – van den Berg, Sanne W. – van der Graaf, Winette T.A. 2017. Empowerment in Adolescents and Young Adults with Cancer: Relationship with Health-Related Quality of Life. *Institute of Cancer Research*. July 2017. 11. 4039-4047.

Kangasniemi, Mari – Utriainen, Kati – Ahonen, Sanna-Mari – Pietilä, Anna-Maija – Jääskeläinen, Petri – Liikanen, Eeva 2013. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus: eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsenettyyn tietoon. *Hoitotiede*, 25(4), 291–301.

Keuhkosyövän TNM-luokitus 2018. Käypähoito. Verkkodokumentti. <<http://www.käypähoito.fi>>. Luettu 23.2.2018

Laisaar-Powell, Rebekah – Butow, Phyllis – Bu, Stella – Fisher, Alana – Juraskova, Ilona 2016. Attitudes and experiences of family involvement in cancer consultations: a qualitative exploration of patient and family member perspectives. *Support Care Cancer* 24: 4131-4140.

Malmivaara, A. 2002. Systemoitu kirjallisuuskatsaus - työkalu tutkimusnäytön tavoittamiseen. *Duodecim* 118(9). 877–879.

O’Callaghan, Clare – Barry, Philippa – Thompson, Kate 2012. Music’s relevance for adolescents and young adults with cancer: a constructivist research approach. *Support Care Cancer* 20: 687-697.

Palm, Inger – Friedrichsen, Maria 2008. The Lived Experience of Closeness in Partners of Cancer Patients in the Home Care Setting. *International Journal of Palliative Nursing*. 14(1). 6–13.

Pelttari, Hanna 2016. Maksasyöpä. *Duodecim*. Verkkodokumentti. <[https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk01064](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk01064)>. Luettu 22.2.2018

Pudas-Tähkä, S.M. – Axelin, A. 2007. Systemaattisen kirjallisuuskatsauksen aiheen rajausta, hakutermit ja abstraktien arviointi. Turun yliopisto. Hoitotieteen laitoksen julkaisuja. Tutkimuksia ja raportteja sarja A:51. Turku: 53.

Räsänen, Juhani 2006. Voimaantumisen mahdollistaminen ja ratkaisut- yhteiskunna, yhteisön ja yksilön valtaistaminen. *Julkiviestintä Oy*.

Salanterä, S. – Hupli M. 2003. Tutkitun tiedon hankinta ja arviointi. Teoksessa *Näyttöön perustuva hoitotyö*. Lauri S. (toim.). WS Bookwell Oy, Juva, 21–39.

Salminen, Ari 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyypeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Vaasan yliopiston julkaisuja. Vaasa: 1.

Siitonen, Juha 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Oulun yliopisto. Oulu. Verkkodokumentti. <<http://jultika.oulu.fi/files/isbn951425340X.pdf>>. Luettu 23.2.2018.

Stolt, Minna – Axelin, Anna – Suhonen, Riitta 2006. Katsaus kirjallisuuteen. Turku: Turun yliopisto Hoitotieteen laitoksen julkaisuja. Tutkimuksia ja raportteja. Sarja A.

Stolt, Minna – Axelin, Anna – Suhonen, Riitta 2016. Kirjallisuus hoitotieteessä. Turun yliopisto. Hoitotieteen laitoksen julkaisuja. Tutkimuksia ja raportteja sarja A:73/2016. Turku: 7.

Syöpä lääkehoito 2017. Tampereen yliopistollinen sairaala. Verkkodokumentti. <<http://www.pshp.fi/fi-FI/Palvelut/Syovanhoito/Syopalaakehoito>>. Luettu 23.2.2018

Syövän hoito 2018. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. Verkkodokumentti. <<https://thl.fi/fi/web/kansantaudit/syopa/syovan-hoito>>. Luettu 23.2.2018

Syövän vaiheet- erilaistuminen ja levinneisyys. Kaikki syövästä. Verkkodokumentti. <<https://www.kaikkisyovasta.fi/tietoa-syovasta/syovan-vaiheet-erilaistuminen-ja-levinneisyys/>>. Luettu 22.2.2018

Tautitilastot 2015. Suomen syöpärekisteri. Verkkodokumentti < <https://syoparekisteri.fi/tilastot/tautitilastot/>>. Luettu 10.11.2017.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014a. Syövän yleisyys. Verkkodokumentti <<https://www.thl.fi/fi/web/kansantaudit/syopa/syovan-yleisyys>>. Luettu 10.11.2017.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2014b. Syöpä. Verkkodokumentti <<https://www.thl.fi/fi/web/kansantaudit/syopa>>. Luettu 10.11.2017.

Tran, K. – Chadder, J. – Niu, J. – Fung, S. – Louzado, C. – Rahal, R. in collaboration with the System Performance Steering Committee and the Technical Working Group 2017. The experience of patients with cancer during diagnosis and treatment planning: a descriptive study of Canadian survey results. *Current Oncology* 24(5). 332-337.

Tuomi, Jouni – Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi: 105-112.

Turati, F. – Edefonti, C. – Bosetti, M. – Ferraroni, M. – Malvezzi, S. – Franceschi, R – Talamini, M. – Montella, F. – Levi, L. Dal Maso – Serraino, D. – Polesel, J. – Negri, E. – Decarli C. La Vecchia 2013. Family history of cancer and the risk of cancer: a network of case-control studies. *Annals of oncology* 24(10). 2651-2656.

Varantola, Krista – Launis, Veikko – Helin, Markku – Spoo, Sanna Kaisa – Jäppinen, Sanna 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Verkkodokumentti <[http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf)>. Luettu 25.04.2018.

Vehmanen, Leena 2017. Rintasyöpä: seuranta ja kuntoutuminen. Duodecim. Verkkodokumentti. < [https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00250](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00250)>. Luettu 22.2.2018

Whiteker, Julia Sinden 2010. Flash Mob Dance: Empowering Survivors. *Clinical Journal of Oncology Nursing* 14(6). 679.



## Liite 1. Taulukko 4. Analyysin eteneminen

## Potilasta voimaannuttavat keinot

Alkuperäinen teksti	Suomennos	Pelkistetty ilmaus	Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
This would help nurses and clinical specialists to focus on religion and spirituality well-being in order to increase hope in the patients.	Tämä voisi helpottaa hoitajia sekä erikoislääkäreitä keskittymään uskonnon sekä henkisen hyvinvoinnin tärkeyteen parantaakseen potilaiden toiveikkautta.	Hoitohenkilökunnan keskittyminen uskonnon sekä henkisen hyvinvoinnin tärkeyteen.	Hoitohenkilökunnan ammattitaidon kehittäminen	Ammattilaisten koulutus	Voimaannuttavat keinot
Physical displays of support (e.g. hand holding)	Tavat tukea fyysisesti, kuten kädestä kiinni pitäminen.	Kädestä kiinni pitäminen	Kosketus	Fyysinen läheisyys	Voimaannuttavat keinot
Many patients value the silent support if their FM.	Moni potilas arvosti läheistensä äänetöntä tukea.	Äänetön tuki	Läsnäolo	Fyysinen läheisyys	Voimaannuttavat keinot
The results of this study emphasized on the importance of the spiritual well-being and religion as variables affecting on hope in patients with cancer.	Hengellinen hyvinvoinnin sekä uskonnon tärkeys syöpäpotilaiden toivon kokemisessa.	Hengellinen hyvinvointi ja uskonto toivon lähteenä.	Hengellinen hyvinvointi	Henkinen tuki	Voimaannuttavat keinot
Spirituality and religion, and the beliefs and practices associated with them, are eclectic, individualized, and evolving in response to life events such as loss and health crises.	Hengellisyys sekä uskonto, uskomukset sekä harjoitteet ovat monivivahteisia, yksilöllisiä ja kehittyvät vastaamaan elämän eri tapahtumiin, kuten menetykseen ja terveysongelmiin.	Hengellisyys ja uskonto ovat yksilöllisiä ja tarjoavat apua elämän eri tapahtumiin	Hengelliset voimavarat	Henkinen tuki	Voimaannuttavat keinot
These were relationship with a transcendental being, in this case the Judeo-Christian God; relationships with family and	Suhteet tuonpuoleiseen, tässä tapauksessa juutalaiskristittyjen Jumalaan,	suhde Jumalaan, perheeseen, sisäiseen voimaan	Hengelliset voimavarat	Henkinen tuki	Voimaannuttavat keinot

friends; and relationship with self, i.e., inner strength.	suhteet perheeseen ja ystäviin sekä suhteet niin sanotusti sisäiseen voimaan.				
Several mentioned how helpful it had been to have spiritual advisors from the community visit them while in hospital	Useat mainitsivat, kuin hyödylliseksi koettiin henkisten tukijoiden vierailut omasta yhteisöstä, ollessaan sairaalassa.	Hengellisten tukijoiden vierailu sairaalassa	Hengellinen tuki	Henkinen tuki	Voimaannuttavat keinot
All but two of the patients interviewed agreed that doctors should ask patients about the source of spiritual support that was most important to them.	Kaikki paitsi kaksi haastateltua potilasta olivat sitä mieltä, että lääkärin tulisi kysyä potilailta heidän tärkeintä hengellisen tuen lähdettä.	Potilaat tahtoivat lääkärin kysyvän heitä hengellisen tuen lähdettä.	Hengellisen tuen lähteen tiedostelevinen	Henkinen tuki	Voimaannuttavat keinot
AYA patients with cancer who were treated in a specialized care center had relatively high levels of empowerment.	Nuorilla sekä nuorilla aikuisilla syöpäpotilailla, joita hoidettiin syöpään erikoistuneessa keskuksessa, ilmeni voimaantumista merkittäväällä tasolla.	Nuorten syöpäpotilaiden vahvaa voimaantumista erikoishoitojen aikana	Erikoistuneiden keskusten merkitys	Hoitopaikka	Voimaannuttavat keinot
When traditional medicine could no longer offer any treatment for their cancer, the patients started looking for help in other ways, e.g. searching on the Internet to find new information. Some of the patients also moved their focus to alternative medicines.	Kun perinteiset lääkkeet eivät pystyneet tarjoamaan tarvittavaa hoitoa heidän syöpäänsä, alkoivat potilaat etsiä apua muualta esim. Internetistä saadakseen uutta tietoa. Osa potilaista kääntyi jopa vaihtoehdoisen lääketieteen/uskomuslääkinnän puoleen	Potilaat etsivät tietoa internetistä ja muualta.	Oma-aloitteisuus ja aktiivinen ote omaan hoitoon	Itsehoito	Voimaannuttavat keinot
Empowered AYA patients with cancer may be more likely to understand and participate in their own care by mobilizing resources and taking actions that can	Voimaantuneet nuoret sekä nuoret aikuiset syöpäpotilaat todennäköisemmin ymmärtävät ja osallistuvat omaan hoitoonsa voimavarojen mobilisoinnissa sekä	Itsensä kuunteleminen ja aktiivisuus itsensä hoitamiseksi, parantaakseen oloa.	Itsensä tunteminen ja aktiivisuus	Itsehoito	Voimaannuttavat keinot

reduce distress, enhance strategies for dealing with cancer	ottavat vastuuta alentaakseen tuskaa sekä tehostakseen strategioita syövän käsittelyssä.				
Friendliness of the staff, which contributed to the overall positive atmosphere of the setting	Henkilökunnan ystävällisyys, joka heijastuu yleiseen ilmapiiriin.	Ystävällisyys heijastuu ilmapiiriin.	Henkilökunnan ystävällisyys	Mieliala ja asenteet	Voimaannuttavat keinot
Terminally ill patients have been found to maintain hope by discussing the future and through receiving emotional and practical support	Tutkittaessa loppuvaiheen potilaita, he ovat kykeneet ylläpitämään toivoa keskustelemalla tulevaisuudesta sekä vastaanottamalla henkistä sekä käytännönläheistä tukea	Toivoa, henkistä sekä käytännönläheistä tukea loppuvaiheen potilailla.	Jaksamisen tukeminen	Mieliala ja asenteet	Voimaannuttavat keinot
Employment and education were found to be positively associated with the empowerment	Työllistyminen sekä opiskelu olivat positiivisesti yhteydessä voimaantumiseen	Työllistymisen sekä opiskelun hyödyt voimaantumisessa.	Aktiivisuuden ylläpito	Mieliala ja asenteet	Voimaannuttavat keinot
One described how a song that made her cry was the only thing that helped her feel better when sad.	Eräs kuvaili, kuinka itkemään laittanut kappale oli ainoa asia, joka auttoi häntä voimaan paremmin surun keskellä.	Laulun kautta itkeminen auttoi voimaan paremmin surun keskellä.	Musiikin vaikutus tunteisiin	Musiikki	Voimaannuttavat keinot
Lyrics also helped participants to express and understand their worlds. A 23,2-year-old female said that songs articulated words that were hard to express	Sanoitukset auttoivat myös osallistujia ilmaisemaan ja ymmärtämään toistensa maailmoja. 23,2 –vuotias nainen kertoi, kuinka laulut pukevat sanoiksi tunteita, joita on vaikea ilmaista	Sanoitusten kautta omien tunteiden ilmaiseminen.	Musiikin vaikutus tunteisiin	Musiikki	Voimaannuttavat keinot
Imagining music could have similar effects to hearing and singing it, even	Silloinkin kun musiikkia ei soitettu, sen kuvittelemisella saattoi olla samoja	Musiikin kuvittelemisella samat vaikutukset kuin kuuntelemisella.	Musiikin vaikutus	Musiikki	Voimaannuttavat keinot

when music was not playing.	vaikutuksia kuin sen kuuntelemisella ja laulamisella.				
Three respondents reported that after treatment, music listening, playing, composing, and dancing were motivating and pivotal for self-expression, communication, or the return of "normalcy".	Kolme osallistujaa kertoivat, kuinka hoitojen jälkeen musiikin kuuntelu, soittaminen, säveltäminen sekä tanssiminen motivoivat ja olivat keskeisiä itsensä ilmaisemisessa, vuorovaikutuksessa sekä normaaliksi palautumisessa.	Musiikki motivoi itseensä ilmaisemiseen sekä normaaliksi palauttamiseen.	Musiikin vaikutus	Musiikki	Voimaannuttavat keinot
Participants mostly reported music's calming, supportive, and relaxing effects, which alleviated hardship associated with their cancer diagnoses.	Osallistajat kertoivat musiikin vaikutukset pääosin rauhoittavina, tukevana sekä rentouttavina, jotka lievittivät vastoinkäymistä johtuen syöpädiagnoosistaan.	Musiikin rauhoittava ja terapeuttinen merkitys.	Musiikin rooli ja vaikutus	Musiikki	Voimaannuttavat keinot
Music can signify and creatively enable AYA's (adolescents and young adults) hope, endurance, identity development, and adjustment through cancer treatment and post-treatment phases	Musiikki voi merkitä ja luovalla tavalla mahdollistaa nuorten, sekä nuorten aikuisten toivoa, kestävyyttä, identiteetin kehittymistä sekä mukautumista syöpähoitojen osalta sekä hoidon jälkeisissä vaiheissa	Musiikki tuen, toivon, kestävyuden mahdollistajana hoitojen aikana sekä niiden jälkeen.	Musiikin rooli ja vaikutus	Musiikki	Voimaannuttavat keinot
Two people aged 30 and 24 years who had cancer reported that "hard and heavy metal" music purged their anger and enabled "ideal self" expression.	Kaksi henkilöä iältään 30 sekä 24 vuotiaat syöpäpotilaat kertoivat, että raskas ja hevi metalli auttoi vihan vapauttamisessa sekä mahdollistivat oman itsensä ilmaisun	Raskas metallimusiikki auttoi stressin vapauttamisessa.	Musiikin rooli ja vaikutus	Musiikki	Voimaannuttavat keinot
Music therapy methods improved adolescent cancer patients' self-esteem and	Musiikkiterapian menetelmät kehittivät nuorten syöpäpotilaiden itsetuntoa sekä	Musiikkiterapia kohottaa itsetuntoa ja auttaa stressin hallinnassa. Musiikkivideot	Musiikkiterapian voimaannuttava rooli	Musiikki	Voimaannuttavat keinot

stress management, and therapeutic music video interventions during stem cell transplant produced favourable effects in AYAs' spirituality, confidence/mastery, hope, and self-transcendence.	stressin hallintaa, ja terapeuttiset musiikkivideot kantasolusiirron aikana vaikuttivat positiivisesti nuorten sekä nuorten aikuisten henkiseen puoleen, itsetuottamukseen, toivoon sekä itsensä ylittämiseen.	antavat toivoa, positiivisesti vaikuttavat itsetuottamukseen.			
Music has a pivotal role in young people's development and coping.	Musiikilla on keskeinen rooli nuorten ihmisten kehityksessä sekä selviytymisessä.	Musiikin rooli nuoren ihmisen elämässä	Musiikin rooli	Musiikki	Voimaannuttavat keinot
Lyrical messages provide promise of relief from difficulties	Viestit sanoituksissa tarjoavat lupauksia vaikeuksien helpottamisesta	Sanoitukset lupaavat helpotusta	Sanoitusten vaikutus	Musiikki	Voimaannuttavat keinot
Adolescents seek music to fulfil needs including passing time, reducing tension and controlling mood.	Nuoret etsivät musiikkia täyttääkseen eri tarpeita, kuten ajan kulumiseen, jännitteiden vähentämiseen sekä tunteiden kontrolloimiseen	Musiikin rooli nuorten eri tarpeiden täyttämässä	Musiikki nuorten elämässä	Musiikki	Voimaannuttavat keinot
Adults with cancer may use music for "self-care", including for sleep difficulties, coping and spiritual needs.	Aikuiset syöpäpotilaat saattavat käyttää musiikkia itsensä hoitamiseen, kuten univaikeuksiin, selviytymiseen sekä henkisiin tarpeisiin.	Aikuiset käyttävät musiikkia hoitamiseen ja henkisiin tarpeisiin.	Musiikin käyttö erilaisiin tarpeisiin aikuisilla	Musiikki	Voimaannuttavat keinot
Participants reported that music brought them hope, joy, relaxation, comfort, courage, tension, inspiration, reduced aloneness, centeredness, regret, sadness, weakness, and/or courage. People repeatedly	Osallistujat kertoivat kuinka musiikki antoi heille toivoa, iloa, rentoutta, lohtua, rohkeutta, jännitettä, inspiraatiota, vähensi yksinäisyyttä sekä keskiössä oloa, katumusta, surua, heikkoutta sekä/tai rohkeutta. Ihmiset	Musiikki toivon, ilon, rentoutumisen, lohdun, rohkeuden ja inspiraation antajana.	Musiikin positiivinen, rauhoittava vaikutus	Musiikki	Voimaannuttavat keinot

said that preferred music calmed and relaxed.	suosivat kuitenkin musiikissa rauhallisuutta sekä rentoutta.				
Music was also used to support sleep in hospital and at home, relieve symptoms, including nausea and pain, or to motivate getting out of the bed.	Musiikkia käytettiin myös tukemaan unta niin sairaalassa kuin kotona, rauhoittamaan oireita: kuten huonovointisuutta sekä kipua, tai motivoimaan nousemaan sängystä.	Musiikin käyttö rauhoittamiseen, kivunhoitoon sekä motivoimiseen.	Musiikin rauhoittava vaikutus	Musiikki	Voimaannuttavat keinot
Music helped through distraction, reminiscence, escapism, eliciting images, enabling blankness and zoning out, and quickening or monitoring time during scans.	Musiikki auttoi selviytymään häiriötekijöistä, muistikuvista, todellisuuden kieltämisestä, mielikuvista, selviytymään ilmeettömydestä, muistamattomuudesta sekä nopeuttamaan ajan tarkkailua tutkimuksen aikana.	Musiikin apu orientoimisessa mielikuvituksen käytössä	Musiikin auttava rooli	Musiikki	Voimaannuttavat keinot
Music remained a reliable but occasionally confronting friend: always there to reach out to, hear, imagine, play, or turn off.	Musiikki pysyi uskollisena ja väiillä myös haastavana ystävänä: aina paikalla kuunnellakseen, kuvitellakseen sekä soittaakseen, mutta myös tullakseen suljetuksi.	Musiikki ystävän roolissa: aina paikalla auttamaan	Musiikin auttava rooli	Musiikki	Voimaannuttavat keinot
Music was used to help others understand, for personal understanding, to enable one's feeling of being heard, and when elusive, music was there for the challenge of "getting back".	Musiikkia käytettiin auttamaan muiden ymmärtämisessä, itsensä ymmärtämisessä sekä mahdollistamaan kuulluksi tulemisen, ja kun oli vaikeasti tavoiteltavissa, musiikki haastoi tulemaan takaisin.	Musiikki apuna muiden ja itsensä ymmärtämisessä, sekä kuulluksi tulemisessa.	Musiikin auttava rooli	Musiikki	Voimaannuttavat keinot

Providing information in an understandable way, repeating when needed, and using direct and honest communication, were appreciated	Arvostetaan tiedon antamista selkeällä kielellä, tarvittaessa toistettuna, suora ja rehellinen kommunikointi.	Selkeä, suora ja rehellinen kommunikointi.	Selkeäkielinen kommunikointi	Vuorovaikutustaidot	Voimaannuttavat keinot
Wanted to be treated holistically and to have a good relationship, which allowed them to discuss their fears.	Halusivat tulleen hoidetuksi kokonaisvaltaisesti, ja mahdollistamaan hyvän suhteen, auttaen heitä keskustelemaan peloista.	Halusivat kokonaisvaltaisen hoidon ja avoimen keskustelun peloista	Kokonaisvaltainen hoito ja avoimuus	Vuorovaikutustaidot	Voimaannuttavat keinot
Several patients in our sample described the empowerment they felt when sharing decision making with their doctor.	Kyseisessä tutkimuksessa useat potilaat kuvailivat heidän kokemaa voimaantumista, saadessaan osallistua päätöksentekoon lääkärinsä kanssa.	Osallistuminen päätöksentekoon voimaannuttaa.	Päätöksentekoon osallistuminen	Päätöksenteko	Voimaannuttavat keinot
Perception of social support demonstrated a strong positive association with total empowerment	Käsitys sosiaalisesta tuesta demonstroi positiivista yhteyttä voimaantumiseen	Sosiaalisen tuen positiivinen vaikutus voimaantumiseen	Sosiaalisen tuen vaikutus	Sosiaalinen tuki	Voimaannuttavat keinot
Perceived social support from family and friends contributes to high levels of empowerment.	Läheisiltä saatu sosiaalinen tuki oli yhteydessä vahvaan voimaantumiseen.	Sosiaalisen tuen yhteys voimaantumiseen	Sosiaalisen tuen merkitys	Sosiaalinen tuki	Voimaannuttavat keinot
Online peer support groups and age-specific information portals for AYA patients have been shown to significantly reduce feelings of social isolation, and improve knowledge, self-efficacy, problem-solving skills, and effective interpersonal interactions.	Netin vertaistukiryhmien sekä tietyille iälle kehitellyt tietoportaalit nuorille sekä nuorille aikuisille potilaille, ehkäisivät sosiaalista eristytymistä, kehittivät tietämystä, tehokkuutta, ongelmanratkaisutaitoja sekä voimassa olevaa ihmistenvälistä vuorovaikutusta	Internetistä saatu vertaistuki ehkäisee eristytymistä ja parantaa voimavaroja	Internetin vertaistuki	Sosiaalinen tuki	Voimaannuttavat keinot

<p>I felt it was time to hold an event to celebrate our survivors. I wanted all the usual things, a party and community partnerships, but something special too —something amazing and something that made a statement. I wanted to create a moment of unity for all of the survivors, not entertainment, but empowerment.</p>	<p>Päätin järjestää tapahtuman syövästä selviytyneiden kunniaksi. Juhlan lisäksi halusin jotain erikoista, jostain mitä vaikuttaisi asenteisiin. Halusin tuoda kaikki selviytyjät yhteen – ei pelkästään juhlimista varten, vaan voimaannuttamisen takia.</p>	<p>Syövästä selviytyneiden juhlahetki voimaannuttamisen vuoksi.</p>	<p>Kokemuksen jakamisen kautta saatu voimaannuttaminen.</p>	<p>Sosiaalinen tuki</p>	<p>Voimaannuttavat keinot</p>
<p>Responses around website helpfulness included addressing “coping long term,” getting “information from reliable sources,” and learning about “how to control anxiety.”</p>	<p>Verkkosivua kuvataan auttavan pitkällä tähtäimellä, saamaan tietoa luotettavista lähteistä, sekä opastamaan miten käsitellään paniikkikohtauksia.</p>	<p>luotettavat tiedot internetistä opastavat paniikkikohtauksen käsittelyssä.</p>	<p>Internetin käyttö tiedon saamiseen</p>	<p>Tiedon saanti</p>	<p>Voimaannuttavat keinot</p>
<p>The ability to access cancer information on the Internet empowered participants to influence and control their cancer care decisions during survivorship.</p>	<p>Mahdollisuus saada tietoa syövästä internetin avulla voimaannuttanut tutkimuksen osallistujat ja vaikuttanut heidän päätöksentekoon.</p>	<p>Tiedon saanti internetistä voimaannuttavana tekijänä.</p>	<p>Internetin käyttö tiedon saamiseen</p>	<p>Tiedon saanti</p>	<p>Voimaannuttavat keinot</p>
<p>Even when they were close to death, the patients would continue actively trying to maintain their life as well as preparing for death. Some tried to accept their approaching death while at the same time struggling against it.</p>	<p>Jopa silloin, kun he olivat lähellä kuolemaa, yrittivät he aktiivisesti ylläpitää elämänsä valmistuen samalla kuolemaan. Osa yritti hyväksyä kuoleman lähestymistä, vaikkakin he yrittivät yhtä aikaa taistella sitä vastaan.</p>	<p>Ylläpidetään elämää valmistuen samalla kuolemaan; kuoleman hyväksyminen.</p>	<p>Reagointi ja hyväksyminen</p>	<p>Traumaattisen kriisin vaiheet</p>	<p>Voimaannuttavat keinot</p>



by praying	Rukoilun avulla	Rukoilu	Uskonnon harjoittaminen	Uskonto	Voimaannuttavat keinot
Although the patients became more and more dependent on other people in everyday situations, they said that it was important that their own contributions still counted for something with the people around them	Vaikkakin potilaat tulivat entistä riippuvaisemmiksi muihin ihmisiin päivittäisissä toiminnoissa, kertoivat he kuinka heidän oma panoksensa oli olennaista heidän lähipiirilleen.	Osallistumisen tärkeys päivittäisiin toimintoihin.	Oma ajattelutapa ja asenne	Yksilöllisyys	Voimaannuttavat keinot

#### Voimaantumista edistävät tekijät

The majority of patients wanted their doctor to ask about their source of spiritual support and facilitate access to it.	Suurin osa potilaista halusivat heidän lääkärinsä kysymään heidän hengellisen tuen lähteestä sekä heidän pääsytään siihen.	Potilaat toivovat lääkäreitä olemaan kiinnostuneita potilaiden hengellisestä puolesta	Hengellisen tuen lähde	Henkinen tuki	Voimaantumista edistävät tekijät
We also found that it was important to patients that their beliefs be respected.	Saimme myös selville kuinka tärkeää potilaille oli, että heidän uskomuksiaan kunnioitettiin.	Potilaille on tärkeää heidän uskomusten kunnioittaminen	Uskomusten kunnioittaminen	Henkinen tuki	Voimaantumista edistävät tekijät
They allowed the doctor to develop a closer relationship with the patient.	Ne auttoivat lääkäreitä kehittämään lähemmän suhteen potilaan kanssa.	Potilaan ja lääkärin välisen suhteen kehittäminen	Hoitosuhteen kehittäminen	Hoitosuhde	Voimaantumista edistävät tekijät
In our sample, the opportunity for shared decision making was also seen as a mark of respected for individual values and an expression of holistic care.	Tutkimuksessa, mahdollisuus päätöksenteon jakamiselle nähtiin myös merkkinä arvostaa yksilöllisiä arvoja sekä kokonaisvaltaista hoitoa.	Päätöksenteon jakaminen on merkinä arvostusta ja kokonaisvaltaista hoitoa.	Kokonaisvaltainen hoito	Hoitosuhde	Voimaantumista edistävät tekijät
Continuity of care has been identified as an important approach to addressing the many psychosocial needs expressed by the AYA	Hoidon jatkuvuus on osoittautunut tärkeänä aspektina osoittaa psykososiaalista tukea nuorelle aikuiselle potilaille.	Hoidon jatkuvuus osana psykososiaalista tukea	Hoidon jatkuvuus	Hoitosuhde	Voimaantumista edistävät tekijät

Through friendly conversations and spontaneous and flexible sessions.	Ystävällismielisen keskustelun ja spontaanien sekä joustavien hetkien kautta.	Spontaanisuus ja ystävälliset keskustelut	Avoin keskustelu	Kommunikointi	Voimaantumista edistävät tekijät
Music provided supportive messages, enabled personal and shared understandings about cancer's effects.	Musiikki tarjosi kannustavia viesteä, mahdollisti henkilökohtaiset sekä jaetut näkemykset syövän vaikutuksista.	Musiikin kannustava viesti, näkemys syövän vaikutuksista	Musiikin merkitys	Musiikki	Voimaantumista edistävät tekijät
Music therapy could also promote normalized and supportive connections with others.	Musiikkiterapia tuki myös yhteydenpitoa muihin normalisoivalla ja tukevalla tavalla.	Musiikkiterapian positiivinen vaikutus suhteisiin	Musiikkiterapian vaikutus	Musiikki	Voimaantumista edistävät tekijät
Weakness, fatigue, treatment times, and reduced mobility curtailed attendance at music venues; however, when too tired and unable to concentrate, participants often still listened to music because it required less effort.	Heikkous, väsymys, hoitoajat ja vähentynyt liikkuminen vähensi läsnäoloa musiikkitapahtumissa. Joka tapauksessa, ollessaan liian väsynyt sekä kykenemättömän keskittymään, osallistujat kuitenkin usein kuuntelivat musiikkia, koska se vaati vähemmän vaivaa.	Heikkovointisuus vähensi läsnäoloa musiikkitapahtumissa. Osallistujat silti kuuntelivat musiikkia, koska se ei vaadi paljon vaivaa.	Musiikin kuunteleminen	Musiikki	Voimaantumista edistävät tekijät
23,2-year-old participant listened to slow and calming music during treatment but used techno and "bassey" pulsating music to motivate regaining fitness post-treatment.	23,2 vuotias osallistuja kuunteli hidasta ja rauhallista musiikkia hoitojen aikana, mutta käytti teknoa sekä sykkivää musiikkia motivoitakseen jatkohoidossa esiintyvään kuntoiluun.	Rauhallista musiikkia hoitojen aikana, nopeaa musiikkia jatkohoidon kuntoiluun aikana.	Musiikin monipuollisuus	Musiikki	Voimaantumista edistävät tekijät
Music's important role in supporting young people's identity development through their cancer experience was also evident.	Musiikin roolin tärkeys tukea nuorten identiteetin kehitystä syövän keskellä oli myös selkeää.	Musiikki identiteetin tukena syövän keskellä	Musiikin merkitys	Musiikki	Voimaantumista edistävät tekijät
Even when adolescents share little "common ground", talking about	Jopa silloin, kun nuoret jaakoivat asioita yleisellä ta-	Musiikki yhdistävänä tekijänä nuorten keskuudessa	Musiikin merkitys	Musiikki	Voimaantumista edistävät tekijät

music can enable communication	solla, musiikista puhuminen mahdollisesti kommunikoinnin.				
Some also said that family and friends remained connected through giving CDs or singing to them.	Osa jopa kertoi, että perhe ja ystävät pysyivät yhteyksissä tuomalla CD-levyjä tai laulamalla heille.	Läheiset pitivät yhteyttä musiikin avulla.	Muusikin merkitys	Musiikki	Voimaantumista edistävät tekijät
Many changes in the AYAs' musicking helped them to endure cancer treatment and post-treatment phases through conveying messages to themselves, conveying messages to others, dealing with emotional reactions.	Monet muutokset nuorten sekä nuorten aikuisten musiikillisessä käytöksessä, auttoi heitä sietämään syöpähoidot sekä jatkohoidon vaiheet, ilmaisemalla viestejä itselleen sekä muille, ja kohdatakseen tunnereaktioita.	Itseilmaisu ja hoitojen yli selviytyminen musiikin avulla.	Musiikin merkitys	Musiikki	Voimaantumista edistävät tekijät
Used for personally connecting with family and friends, and symbolically connecting with resonating lyrics and musical elements.	Käytettiin yksilöllisesti ollen yhteydessä perheeseen ja ystäviin, ja symbolisesti ollen yhteydessä sanoituksiin ja musiikillisiin elementteihin.	Konkreettinen yhteys perheeseen ja ystäviin ja symbolinen yhteys musiikillisiin elementteihin.	Musiikki yhdistävänä tekijänä	Musiikki	Voimaantumista edistävät tekijät
Pop stars affected by cancer could help AYA feel understood.	Syöpää koskettaneet pop-tähdet auttoivat nuoria sekä nuoria aikuisia tuntemaan itsensä ymmärrettäviksi.	Pop tähtien syöpäkokemukset auttavat nuoria tulla ymmärretyksi	Musiikki yhdistävänä tekijänä	Musiikki	Voimaantumista edistävät tekijät
Patients with cancer and their families are increasingly using the Internet to become better informed about their disease, from diagnosis, throughout treatment, and into survivorship.	Potilaat ja heidän perheenjäsenet yhä useammin hakevat tietoa internetistä koskien tautia, diagnosointia, hoitomuotoja ja selviytymistä.	Tietoa taudin kuvauksesta ja hoidosta yhä useammin haetaan internetistä.	Tiedon hakeminen internetistä	Tiedonsaanti	Voimaantumista edistävät tekijät
The participants reported that they liked being able to ask questions to the nursing staff and felt the	Osallistujat kertoivat olevansa tyytyväisiä saadessaan vastauksia kysymyksiinsä ja huomattuun, että	Henkilökunnan ammattitaito sekä hyvät kommunikointitavat	Ammattitaito ja vuorovaikutustaidot	Ammatillisuus	Voimaantumista edistävät tekijät

nursing staff was knowledgeable and had positive interpersonal skills.	henkilökunnalla on tietoa ja hyvät kommunikointitavat.				
Self-awareness and capacity to handle new situations were positively associated with total empowerment.	Itsetietoisuus sekä kapasiteetti kohdata uusia tilanteita olivat positiivisesti yhteydessä voimaantumiseen.	Itsetietoisuus sekä uusien tilanteiden hallinta.	Henkilökohtaiset voimavarat	Psyykkiset voimavarat	Voimaantumista edistävät tekijät
The most important factors associated with empowerment in AYA patients were autonomy, sex, social support and coping.	Tärkeimmät tekijät liittyen voimaantumiseen nuorilla sekä nuorilla aikuisilla potilailla oli itsenäisyys, sukupuoli, sosiaalinen tuki sekä selviytyvyys.	Nuorten voimaantumiseen vaikuttavat itsenäisyys, sukupuoli, sosiaalinen tuki ja selviytyvyys.	Kehitys ja itsenäistyminen	Psyykkiset voimavarat	Voimaantumista edistävät tekijät
Autonomy was strongly associated with empowerment.	Itsenäisyys oli vahvasti yhteydessä voimaantumiseen.	Itsenäisyys osana voimaantumista.	Itsenäisyys	Psyykkiset voimavarat	Voimaantumista edistävät tekijät
Self awareness and the capacity to handle new situations were independently associated with total empowerment.	Itsetietoisuus sekä kapasiteetti kohdata uusia tilanteita olivat riippumattomasti yhteydessä voimaantumiseen.	Itsetietoisuus sekä keinot kohdata uusia tilanteita osana voimaantumista.	Tilanteiden kohtaaminen	Psyykkiset voimavarat	Voimaantumista edistävät tekijät
Most patients appreciate and prefer family involvement in cancer consultations	Suurin osa potilaista arvosti ja piti tärkeänä perheen osallistumisesta syöpäneuvotteluihin.	Perheen osallistumista syöpäneuvotteluihin arvostetaan.	Perheen tukea arvostetaan	Sosiaalinen tuki	Voimaantumista edistävät tekijät
Most patients reported satisfaction with their FMs' involvement, irrespective of their "relationship-type".	Useimmat potilaat kertoivat tyytyväisyydestään läheistensä osallistumiseen, riippumatta suhteen tyypistä.	Läheisten osallistuminen on tärkeää suhteen tyypistä riippumatta.	Läheisten tukea arvostetaan	Sosiaalinen tuki	Voimaantumista edistävät tekijät
Family support was amplified when bad news was delivered.	Perheen tuki vahvistui, kun kohdattiin huonoja uutisia.	Perheen tuki pysyy vahvana.	Perheen tuen vahvuus.	Sosiaalinen tuki	Voimaantumista edistävät tekijät
YAs described the overall website as helpful—particularly the social networking functions and the	Nuoret aikuiset kuvasivat verkkosivua hyödylliseksi, varsinkin sosiaalisessa tukemisessa, tiedottamisessa, terveys/elämäntavoissa	Verkkosivun hyödyntäminen sosiaalisessa tuessa, tiedon saannissa ja leviämässä	Verkkosivu sosiaalisenä tukena	Sosiaalinen tuki	Voimaantumista edistävät tekijät

skill-building, clinical services information, health/lifestyle resources					
FMs appear to make valuable contributions to cancer consultations, and their presence can benefit both the patient and the FM themselves in many ways.	Läheiset näyttivät antavan arvostettavan tuen syöpä-neuvotteluissa., ja heidän olemassa olo voi olla hyödyllinen niin potilaalle kuin heille itselleen monella tapaa.	Läheisten osallistuminen syöpäneuvotteluihin on hyödyllistä niin potilaalle kuin omaisille	Läheisten läsnäolo ja tuki	Sosiaalinen tuki	Voimaantumista edistävät tekijät
"role clarification" occurred post-consultation via feedback, where the patient discussed the FM's helpful/unhelpful behaviours	Roolin selvitys esiintyi jälki-neuvotteluissa palautteen kautta, jossa potilaat keskustelivat läheistensä hyödyllisistä/hyödyttömistä käytöksistä.	Palaute omaisille heidän hyödyllisestä / hyödyttömyydestä käyttäytymisestä	Läheisten läsnäolo	Sosiaalinen tuki	Voimaantumista edistävät tekijät
Some patients appreciated that their FM remained flexible in the roles they assumed based on the changing situation and needs of the patient.	Jotkin potilaat arvostivat, että heidän läheisensä pysyivät joustavina rooleissaan, perustuen vaihtuviin tilanteisiin ja tarpeisiin potilaiden tilanteesta riippuen.	Läheisten joustavuus ja potilaan tarpeisiin sopeutuminen	Läheisten joustavuus	Sosiaalinen tuki	Voimaantumista edistävät tekijät
FMs reportedly helped the patient obtain, understand and remember information, particularly during "important" consultations or when the patient was distressed.	Läheiset auttoivat jatkuvasti potilasta hankkimaan, ymmärtämään sekä muistamaan tietoa, varsinkin tärkeissä neuvotteluissa, tai kun potilas oli häätäntynyt.	Läheisten apu häätäntynelle potilaalle tiedon hankkimisessa ja ymmärtämisessä hoitoneuvotteluissa.	Läheisten antama tuki	Sosiaalinen tuki	Voimaantumista edistävät tekijät
He had appreciated his doctor allowing more flexible visiting hours at the hospital during his final illness.	Hän oli arvostanut lääkärin saadessaan joustavat vierailuajat sairaalassa, hänen sairautensa loppuvaiheen ajan.	Lääkärin joustavuus vierailuajakohta.	Vierailuajat	Sosiaalinen tuki	Voimaantumista edistävät tekijät
Our patients discussed the importance of maintaining relationships, especially through open communication.	Potilaamme keskustelivat suhteiden ylläpidon merkityksestä, varsinkin avoimen keskustelun välityksellä.	Avoin keskustelu suhteiden merkityksestä	Keskustelu ja sosiaaliset välit	Sosiaalinen tuki	Voimaantumista edistävät tekijät

Feeling that they were a valued and integral part of their healthcare team was important	Potilaan arvostaminen sekä mielipiteiden huomioiminen ja toivomusten huomioon ottaminen hoidon suunnittelussa.	Potilaan arvostaminen ja huomioon ottaminen	Turvaverkosto voimaannuttamisen lähteenä	Sosiaalinen tuki	Voimaantumista edistävät tekijät
Benefits of using the internet to provide supportive services include convenience of access, potential for peer support, inclusion of individuals living in isolated or rural areas, and portability.	Internetin käyttö niille, jotka asuvat vaikeasti saavutavissa alueissa on käytännöllistä sen helpon saatavuuden, mahdollisen vertaistuen ja liikkuvuuden takia.	Internetin helppokäyttöisyys ja hyödyllisyys vertaistuksessa	Internet apuvälineenä	Vertaistuki	Voimaantumista edistävät tekijät
Reduce isolation by improving connectedness; and reduce cancer-related worry, sadness, and fear.	Eristäytymisen väheneminen yhteydenpidon kautta; syöpään liittyvien pelkojen ja surujen väheneminen.	Yhteydenpito vähentää pelkoja ja eristäytymistä	Internet apuvälineenä	Vertaistuki	Voimaantumista edistävät tekijät
YAs reported using the website as a way to establish connections with peers also undergoing treatment for cancer	Nuoret aikuiset kertoivat käyttävänsä sivua vertaistuksessa muiden syöpäpotilaiden kesken	Verkkosivun hyödyntämisen vertaistuksessa	Verkkosivu vertaistukena	Vertaistuki	Voimaantumista edistävät tekijät
They found it helpful to shift their focus and to involve fellow "travellers" in their journey.	He kokivat auttavana tekijänä muuttaa ajatusmaailmaansa ja hyödyntää vertaistukea matkallaan.	Ajatusmaailman muuttaminen ja vertaistuki.	Henkisen jaksamisen tukeminen	Vertaistuki	Voimaantumista edistävät tekijät
Patients attending chemotherapy education class; opportunity to ask questions about the group format that provided the opportunity to discuss with other individuals their experiences in various stages of treatment	Potilaat, jotka osallistuivat kemoterapian koulutukseen hyödyntävät tiedon jakamista muiden potilaiden kesken.	Koulutuksessa saadun tiedon hyödyntäminen	Ryhmätyöskentely	Vertaistuki	Voimaantumista edistävät tekijät
Being known was described as a sense of connection distinct from the physical disease that	Olla tunnistettu erillään fyysisestä taudista on auttanut tunnista potilasta ainutlaatuisena ihmisenä	Potilaan näkeminen ihmisenä erillään taudista	Näkeminen ihmisenä	Yksilöllisyys	Voimaantumista edistävät tekijät

helped to define a patient as a unique human being.					
Exploring being known, via concepts such as continuity of care and individualized care, may allow the needs of AYA patients to be better understood.	Tunnistaminen hoidon jatkuvuuden ja yksilöllisyyden kautta auttaa paremmin ymmärtää nuorten aikuispotilaiden tarpeita	Yksilöllisyys ja hoidon jatkuvuus tarpeiden tunnistamisessa	Yksilöllinen hoito	Yksilöllisyys	Voimaantumista edistävät tekijät
A strong doctor-patient relationship was also a strong theme in this study-to be treated as an individual, to share decisions, and to have good communications.	Vahva lääkärin ja potilaan välinen suhde oli myös vahva teema kyseisessä tutkimuksessa, tulla hoideksi yksilönä, päätösten jakaminen sekä omaan hyvän yhteyden.	Vahva lääkärin ja potilaan välinen suhde perustuu päätösten jakamiseen, kommunikointiin ja yksilölliseen hoitoon.	Vuorovaikutus ja yksilöllisyys	Yksilöllisyys	Voimaantumista edistävät tekijät
The important components of such a relationship can be summarized as being treated as an individual and having good communication.	Näiden osatekijöiden tärkeys tällaisessa suhteessa voidaan kiteyttää, tulla kohdatuksi yksilönä sekä saavuttamaan hyvä vuorovaikutus.	Kohtaaminen yksilönä ja hyvä vuorovaikutus tärkeitä suhteen kehitykselle.	Vuorovaikutus ja yksilöllisyys	Yksilöllisyys	Voimaantumista edistävät tekijät
The finding that patients wanted their doctor to be truthful when giving information but also able to discern how much disclosure was desired is consistent.	Tieto siitä, että potilaat halusivat lääkäreiden olevan totuudenmukaisia antaessaan tietoja, mutta myös se, että huomioitaisiin kuinka paljastavasti.	Potilaat haluavat saavansa totuudenmukaista tietoa, mutta toivovat tiedon olevan suhteutettuna heidän jaksamiseen.	Vuorovaikutus ja yksilöllisyys	Yksilöllisyys	Voimaantumista edistävät tekijät
Nurse knows the patient as a unique individual and tailors care to the patient's experiences, behaviors, feelings, and perceptions	Potilaan näkeminen hoitajan silmissä ainutlaatuisena ihmisenä ja hoidon räätälöinti potilaan tarpeisiin, tunteisiin ja odotuksiin.	Yksilöllinen lähestymistapa potilaisiin ja hoidon räätälöinti sen mukaisesti	Yksilöllinen hoito	Yksilöllisyys	Voimaantumista edistävät tekijät
Being known was feeling as though they were "not a number"—being treated like a unique individual	Olla tunnistettu; tuntee että "ei ole numero" vaan ainutlaatuinen ihminen	Suhtautuminen ihmisenä ei numerona	Näkeminen ihmisenä	Yksilöllisyys	Voimaantumista edistävät tekijät

## Voimaantumista ehkäisevät tekijät

Sex was found to be negatively associated with total empowerment.	Sukupuoli löydettiin negatiivisena tekijänä voimaantumiselle	Sukupuolen merkitys voimaantumiselle	Sukupuoli	Fyysiset tekijät	Voimaantumista ehkäisevät tekijät
We found that being female had a significant negative correlation with empowerment.	Huomasimme että naisena oleminen negatiivisesti vaikuttaa voimaantumiseen	Sukupuolen vaikutus voimaantumiseen	Sukupuolen vaikutus	Fyysiset tekijät	Voimaantumista ehkäisevät tekijät
Some patients and FMs reported treatment decisions making challenges.	Eräät potilaat sekä läheiset kokivat päätöksenteon hoitoon liittyen haastavana.	Hoitoon liittyvä päätöksenteko haastavaa	Päätöksenteko haastavaa	Hoitoon osallistuminen	Voimaantumista ehkäisevät tekijät
Palliative treatment intent was found to be negatively associated with Personal Strength.	Palliativisen hoidon huomattiin olevan negatiivisesti yhteydessä henkilökohtaiseen jaksamiseen.	Palliativisen hoidon negatiiviset vaikutukset	Palliativinen hoito	Hoitotoimenpiteet	Voimaantumista ehkäisevät tekijät
Other patients recalled being unable to discuss sensitive information with the clinician because of their FMs' presence.	Muut potilaat muistivat olleensa kykenemättömiä keskustelemaan herkistä asioista lääkäriensä kanssa, koska läheisensä olivat paikalla.	Vaikea puhua asioista tietyissä tilanteissa.	Asioista puhuminen	Kommunikointi	Voimaantumista ehkäisevät tekijät
Patients did not want spiritual guidance from their doctors.	Potilaat eivät halunneet hengellistä ohjausta heidän lääkäreiltä	Potilaat eivät halua puhua uskonnosta	Uskonnosta puhuminen	Kommunikointi	Voimaantumista ehkäisevät tekijät
However, it is problematic in that previous studies have found that doctors expect patients to raise the issue if discussion of spirituality is desired.	Aikaisemmat tutkimukset osoittavat, että lääkärit odottavat potilailta aloitetta puhua hengellisistä asioista	Potilaan aloite puhua uskonnosta	Uskonnosta puhuminen	Kommunikointi	Voimaantumista ehkäisevät tekijät
Suggest the communicating about spirituality will be challenging for doctors.	Oletetaan että keskusteleminen hengellisistä asioista voi olla haastavaa lääkäreille	Keskusteleminen uskonnosta on haastavaa lääkäreille	Uskonnosta puhuminen	Kommunikointi	Voimaantumista ehkäisevät tekijät



Discussion of religious and spiritual issues requires communication skills more advanced	Uskonnollisista asioista puhuminen vaatii kehittyneitä kommunikointitaitoja	Uskonnosta puhuminen vaatii erikoistaitoja	Uskonnosta puhuminen	Kommunikointi	Voimaantumista ehkäisevät tekijät
Addressing this issue perhaps needs greater focus in medical education.	Tämän ongelman osoittaminen tarvitsee suurempaa keskittymistä terveysalan koulutuksessa.	Ongelman ratkaisu vaatii enemmän koulusta	Ongelman ratkaisu	Koulutus	Voimaantumista ehkäisevät tekijät
It is a little difficult to see when someone has a recurrence. It gives me some anxiety about my own cancer returning.	Se voi olla vaikea huomata, kun jotain uusiutuu. Se saa minut pelätä oman syövän uusiutumista.	Pelko syövän uusiutumista	Pelko	Mieliala ja asenteet	Voimaantumista ehkäisevät tekijät
Sometimes when I hear about other patients not doing well or having a relapse, it makes me feel sad and sometimes guilty for doing well	Oma hyvinvointi saa minut tuntemaan syyllisyyttä, kun kuulen että muut potilaat voivat huonosti.	Oma hyvinvointi syyllistää	Syyllisyyden tunne	Mieliala ja asenteet	Voimaantumista ehkäisevät tekijät
In particular, respondents reported an increase in these feelings when other website users shared Negative treatment outcomes or a cancer recurrence.	Vastaajat mainitsivat huonoista tunteista nähtyä muiden sivuston käyttäjien negatiiviset hoitotulokset tai syövän uusiutumista.	Negatiiviset kokemukset peilaavat muihin	Pelko	Mieliala ja asenteet	Voimaantumista ehkäisevät tekijät
YAs reported increased distress as a result of using the website	Nuoret aikuiset kertoivat kasvaneesta stressistä sivustoa käyttäessä	Sivuston käyttö on stressaava	Kohonnut stressitaso	Mieliala ja asenteet	Voimaantumista ehkäisevät tekijät
When group acceptance is essential, time with peers decreases, and treatment effect may damage self-esteem and developing identity.	Kun ryhmään kuuluvuus on tärkeää, aika vertaistensa kanssa lisääntyy ja hoitojen vaikutukset saattavat vahingoittaa itsetuntoa sekä kehittyvää identiteettiä.	Hoitojen aktiivinen läsnäolo vaikuttaa heikentävällä tavalla potilaan henkiseen puoleen.	Hoitojen negatiiviset vaikutukset potilaaseen	Mieliala ja asenteet	Voimaantumista ehkäisevät tekijät
She felt that the cancer diagnosis affected her selection for a desired part in a musical and, months after treatment	Hän tunsi, että syöpädiagnoosin vaikutti hänen rakastamaansa musiikilliseen osaansa, kuukausia hoitoista, hän koki vaikeana	Syöpädiagnoosi vaikutti negatiivisesti rakastamaansa harrastukseen.	Negatiiviset vaikutukset mieltymyksiin.	Mieliala ja asenteet	Voimaantumista ehkäisevät tekijät

had finished, was finding it hard to return to her musical self.	palata musiikilliseen itseensä.				
Predetermined times which made him feel more like a cancer patient	Hän koki itsensä syöpäpotilaaksi, joka johtui ennalta sovitusta tapaamisajoista.	Syöpäpotilaana olon korostaminen	Sairauden korostuminen	Mieliala ja asenteet	Voimaantumista ehkäisevät tekijät
These patients were concerned that their physician "would become annoyed".	Nämä potilaat olivat huolissaan, että heidän lääkäri "ärsyyntyisi".	Huoli muiden tunteista	Muiden tunteet	Mieliala ja asenteet	Voimaantumista ehkäisevät tekijät
Further, some patients reported that the stress their FM was under negatively affected the patient themselves, for example some patients felt responsible for the FMs burden and sadness.	Lisäksi, eräät potilaat kertoivat, että läheistensä kokemaa stressi vaikutti negatiivisella tavalla potilaisiin, esim. Eräät potilaat kokivat itsensä vastuullisiksi läheistensä tuskasta sekä surusta.	Potilaat kokivat syyllisyyttä muiden ahdingosta.	Syyllisyyden tunto	Mieliala ja asenteet	Voimaantumista ehkäisevät tekijät
Sensitivity to others was found to be negatively associated with total empowerment	Muihin kohdistuva herkkyys nähtiin negatiivisena tekijänä voimaantumiseen.	Herkkyydellä on negatiivinen vaikutus voimaantumiseen	Tunnetila	Mieliala ja asenteet	Voimaantumista ehkäisevät tekijät
Coping difficulties and psychological distress were negatively associated with total empowerment.	Vaikeudet selviytyä ja psykologinen stressi negatiivisesti yhteydessä kokonaisvaltaisen voimaantumiseen	Stressi ja vaikeudet selviytyä vaikuttavat voimaantumiseen	Tunnetila	Mieliala ja asenteet	Voimaantumista ehkäisevät tekijät
Those with high levels of sensitivity toward others, more commonly women, have greater difficulty accepting this realization and therefore feel less empowered.	Heille, joilla on korkeampi tunnesiteet muita kohtaan, tavallisesti naisilla, on vaikeampi hyväksyä nykytilanne ja näin tuntevat itseensä vähemmän voimaantuneena	Naiset, joilla on herkäät tunteet, kokevat vähemmän voimaantumista	Tunnetila	Mieliala ja asenteet	Voimaannuttamista ehkäisevät tekijät
In addition, the stress of living with an enduring sense of loss brings new challenges, such as	Sen lisäksi eläminen jatkuvan menettämisen pelon parissa tuo uusia haasteita, esim. päätösvallan siirtämisestä, emotionaaliset tai	Elämä pelossa, päätösvallan siirtäminen, hengelliset kysymykset ja loppuelämän päätökset.	Pelko ja epävarmuus	Mieliala ja asenteet	Voimaantumista ehkäisevät tekijät

when to hand responsibilities to others and whether to discuss emotional or spiritual concerns and end-of-life decisions.	hengelliset kysymykset ja loppuelämän päätökset.				
Factors such as cost, service availability, and limited availability of providers trained in YA-specific services	Tekijät kuten kulut, palvelun saatavuus, rajattu saatavuus henkilöstöä, joka olisi erikoistunut nuorten aikuisten hoidossa	Kulut ja palvelun saatavuuden vaikeudet	Kulut ja palvelun saatavuus	Resurssit	Voimaantumista ehkäisevät tekijät

Liite 2. Taulukko 5. Tutkimusaineiston analyysikehys

Tekijä(t), vuosi, maa	Tarkoitus	(Otos) Kohderyhmä	Aineiston keruu	Huomattavaa	Vastaa tutkimuskysymykseen
Becze, Elisa 2011, USA	Verrata potilaiden kokemuksia tiedon saannista hoitohenkilöiltä ja internetista	Aikuiset syöpäpotilaat	Cancer Online Resources yhdistyksen e-mail lista, sähköinen kysely	Osallistuneiden tarkkaa ikähaarukkaa ei ole	<ul style="list-style-type: none"> <li>Potilasta voimaantuttavat keinot</li> <li>Voimaantumista ehkäisevät tekijät</li> </ul>
Best, Megan – Butow, Phyllis - Olver Ian 2014, Saksa	Tutkia potilaiden mieltymyksiä hengellisestä tuesta vs. lääkäreistä	Yli 18-vuotiaat	Tutkimus toteutettiin kyselyn sekä haastattelun muodossa.	15 syöpää sairastavaa osallistui	<ul style="list-style-type: none"> <li>Potilasta voimaantuttavat keinot</li> <li>Voimaantumista edistävät tekijät</li> <li>Voimaantumista ehkäisevät tekijät</li> </ul>
Fasciano, Karen M. – Souza, Phoebe M. – Braun, Ilana – Trevino, Kelly 2015, USA	Tutkia Internetsivusto, jonka tarkoituksena on tukea nuoria aikuisia syöpäpotilaita	Nuoret aikuiset 18-39 vuotiaat, jotka sairastavat syöpää	Määrällinen tutkimus, aineisto kerättiin sivuston käyttäjiltä sähköisen kyselyn avulla	Aineisto kerätty Syyskuun 2012 ja Lokakuun 2013 välisenä aikana	<ul style="list-style-type: none"> <li>Potilasta voimaantuttavat keinot</li> <li>Voimaantumista ehkäisevät tekijät</li> </ul>
Fee-Schroeder, Kelliann – Howell, Lisa – Kokal, Janine – Bjornsen, Susan – Christensen, Sarah – Hathaway, Julie – Judy, Debi – Vickers, Kristin S. 2013, USA	Kemoterapian koulutus potilaille ja sen merkitys	Nuoret aikuiset potilaat sekä hoitohenkilö	Määrällinen tutkimus. Aineisto kerättiin koulutukseen osallistuneilta kyselyn muodossa. SPSS tilastoanalyysi.	Vastanneista 66 potilasta ja 15 hoitohenkilöä	<ul style="list-style-type: none"> <li>Voimaantumista edistävät tekijät</li> </ul>
Jacobsen, Susanna K. – Bouchard, Gabrielle M. – Emed, Jessica – Lepage, Karine – Cook, Erin 2015, USA	Tutkia miten nuoret aikuiset syöpäpotilaat tulevat huomatuksi hoitotimissä	18-39 vuotiaat syöpäpotilaat	Aineisto on kerätty semisturuturoituna haastatteluna.	Tutkimuksen osallistui 13 potilasta	<ul style="list-style-type: none"> <li>Potilasta voimaantuttavat keinot</li> <li>Voimaantumista edistävät tekijät</li> </ul>
Kaal, Suzanne E.J. - Husson, Olga – van Duivenboden, Saskia – Jansen, Rosemarie – Manten-Horst, Eveliene – Servaes, Petra – Prins, Judith B. - van den Berg, Sanne W. - van der Graaf, Winette T.A. 2017. USA	Arvioida voimaantumisen eri tasoja, yhdistää tekijöitä sekä tutkia voimaantumisen ja terveyteen liittyvän elämänlaadun yhteyksiä toisiinsa syöpäpotilailla	18-35- vuotiaat potilaat syöpä diagnoosin aikana	Aineisto kerättiin sähköisenä kyselynä	Keski-ikä vastanneilla 27,5 vuotta. Vastanneista n. puolet miehiä sekä naisia. Suurin osa oli saanut sytostaattihoidoa (86%)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Potilasta voimaantuttavat keinot</li> <li>Voimaantumista edistävät tekijät</li> <li>Voimaantumista ehkäisevät tekijät</li> </ul>

Laidsaar-Powell, Rebekah - Phyllis Butow, Stella Bu - Fisher, Alana - Juraskova, Ilona 2016, Saksa	Tutkia kvalitatiivisesti Australialaisten syöpäpotilaiden ja perheenjäsenten kokemuksia sekä asenteita liittyen perheenjäsenten osallistumiseen syöpähoidoissa	yli 18-vuotiaat	Tutkimus toteutettiin puolistrukturoidulla haastattelulla.	30 potilasta ja 33 perheenjäsentä	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Potilasta voimaannuttavat keinot</li> <li>• Voimaantumista edistävät tekijät</li> <li>• Voimaantumista ehkäisevät tekijät</li> </ul>
O'Callaghan, Clare - Barry, Philippa – Thompson, Kate 2012, Australia	Nuorten sekä nuorten aikuisten perspektiiviä musiikin roolia heidän elämässään	Nuoret ja nuoret aikuiset	Tutkimus toteutettiin haastatteluna		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Potilasta voimaannuttavat keinot</li> <li>• Voimaantumista edistävät tekijät</li> <li>• Voimaantumista ehkäisevät tekijät</li> </ul>
Whiteker, Julia Sinden 2010, USA	Syöpäpotilaiden voimaannuttaminen tanssin avulla	Rintasyövästä selviytyneet	Aineisto pohjautuu Clarian North Medical Center, Carmel, IN järjestämään tilaisuuteen osallistuneiden kokemuksiin.	Tanssiin osallistui 22 potilasta	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Potilasta voimaannuttavat keinot</li> </ul>