



**SAVONIA**

OPINNÄYTETYÖ - AMMATTIKORKEAKOULUTUTKINTO  
SOSIAALI-, TERVEYS- JA LIIKUNTA-ALA

# HERRA HAKKARAISEN TALOSSA HÄÄDETÄÄN HAMMASPEIKOT

Toiminnallinen tapahtuma 3–6-vuotiaille lapsille

TEKIJÄT: Hämäläinen Jenna  
Vahekoski Kiia

Koulutusala Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala	
Koulutusohjelma/Tutkinto-ohjelma Suuhygienistin tutkinto-ohjelma	
Työn tekijä(t) Hämäläinen Jenna, Vahekoski Kiia	
Työn nimi Herra Hakkaraisen talossa häädetään hammaspeikot - toiminnallinen tapahtuma 3–6-vuotiaille lapsille	
Päiväys	13.4.2019
Sivumäärä/Liitteet	37/6
Ohjaaja(t) Lehtori Tarja Ruokokoski ja Anja Kainulainen	
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Taito Satakunta ry, Herra Hakkaraisen talo	
<p>Tiivistelmä</p> <p>Opinnäytetyömme on projektiluonteinen kehittämistyö. Opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella ja toteuttaa suun terveyden edistämisen ja omahoidon teemalla toiminnallinen tapahtuma 3–6-vuotiaille lapsille yhteistyössä Taito Satakunta ry:n kanssa, joka ylläpitää Herra Hakkaraisen taloa Sastamalassa. Taito Satakunta ry toimi myös opinnäytetyömme tilaajana. Opinnäytetyön tavoitteena oli edistää suun terveyden omahoidon tärkeyttä alle kouluikäisten lasten keskuudessa toiminnallisilla menetelmillä. Tapahtuman keskeisinä teemoina olivat ksylitolin ja suun terveyden edistäminen.</p> <p>Ksylitolin vaikuttaa suun terveyteen vähentämällä reikiintymistä aiheuttavien kariogeenisten mutans-streptokokkibakteerien (MS) määrää suussa, ja säännöllisesti käytettynä se hidastaa plakkin kasvua hampaan pinnalla. Lisäksi ksylitoli stimuloi syljen eritystä, joka vahvistaa suun omia puolustusmekanismeja. Mutans-streptokokkibakteerit siirtyvät ensisijaisesti äidiltä lapselle sylkikontaminaation välityksellä tyypillisesti ensimmäisten maitohampaiden puhkeamisen aikaan. Näin ollen äidin ksylitolin käytöllä on todettu olevan vähentävä vaikutus mutans-streptokokkibakteerin tartumisessa lapselle, kun äidin ksylitolin käyttö on säännöllistä lapsen ollessa 3–24 kuukauden ikäinen. Ksylitolin säännöllisen käytön hyödyt näkyvät vielä vuosienkin päästä, jos lapsi ei ole saanut mutans-streptokokkibakteeritartuntaa alle kahden vuoden ikäisenä.</p> <p>Tässä opinnäytetyössä kuvasimme toiminnallisen tapahtuman suunnittelun ja toteutuksen sekä raportoimme, miten tapahtuman järjestämisessä onnistuimme. Tapahtuman nimeksi valikoitui ”Herra Hakkaraisen talossa häädetään hammaspeikot” ja sinne ideoitui erilaisia pisteitä, joissa lähtökohtana oli toiminnallisuus. Toiminnallisten pisteiden teemat liittyivät ksylitoliin, fluorin- ja ravinnon vaikutukseen suun terveyteen sekä hampaiden mekaaniseen puhdistukseen. Tapahtuma toteutettiin helmikuussa 2019 Herra Hakkaraisen talossa ja siihen osallistui noin 200 henkilöä. Kävijäryhmä koostui laajasta kirjosta eri-ikäisiä lapsia yhdessä vanhempien, huoltajien ja muiden elämässä mukana olevien aikuisten kanssa. Tapahtumaa arvioitiin kirjallisella kyselyllä, johon vastasivat lasten huoltajat (n=20).</p>	
Avainsanat ksylitoli, mutans-streptokokkibakteeri, suun terveys, toiminnallinen tapahtuma	

Field of Study Social Services, Health and Sports			
Degree Programme Degree Programme in Dental Hygiene			
Author(s) Hämäläinen Jenna, Vahekoski Kiia			
Title of Thesis Dental trolls ejected at Mr. Clutterbuck´s house – a functional event for children aged 3 to 6 years			
Date	13.4.2019	Pages/Appendices	37/6
Supervisor(s) Senior lecturer Tarja Ruokokoski and Anja Kainulainen			
Client Organisation /Partners Taito Satakunta ry, the house of Mr. Clutterbuck			
<p><b>Abstract</b></p> <p>Our thesis is project-based development work in which we designed and implemented a functional event for children aged 3 to 6 years. The event was organized in co-operation with Taito Satakunta ry, Mr. Clutterbuck´s house, who also was the orderer of our Thesis.</p> <p>The theme of the event was xylitol and oral health promotion. Our objective was to organize an amusing event for children and to create a positive image of oral health and emphasize the importance of daily xylitol use for oral health. The objective of our thesis work is to develop our professional expertise around xylitol and gain and share the importance of xylitol and oral self-treatment for children and their parents.</p> <p>Xylitol affects the oral health by reducing the number of carcinogenic streptococcus mutans in the mouth and, when used regularly it slows down plaque growth on the tooth surface. In addition, xylitol stimulates the secretion of saliva, which strengthens its own defense mechanisms. Streptococcus mutans bacterias are primarily transmitted from mother to child through saliva contamination, typically at the time of the first milk teeth bursts. Thus, the use of maternal xylitol has been shown to have a reducing effect on the adherence of streptococcus mutans bacteria to children when the use of maternal xylitol is regular with a child aged 3 to 24 months. The benefits of regular use of xylitol can still be seen for years to come if the child has not received a streptococcus mutans bacterial infection when she or he is younger than two years old.</p> <p>In this work, we describe the design and implementation of an operational event and report on how we succeeded in organizing such event. For the operational event we had different points where functionality was highly valued. The themes of the operational points were related to xylitol, the effect of fluoride and nutrition on the oral health and the mechanical cleaning of teeth. The event was held on Saturday, February 23th, 2019 at the Mr. Clutterbuck´s house. Mr. Clutterbuck´s house is located in Sastamala, Finland. Total of 200 people attended the event which was huge success. The visitors consisted of a wide variety of children of different ages together with parents, care-givers and other adults involved in children´s lives. The purpose of the operational event and our Thesis is to increase the awareness of xylitol and issues affecting oral health for children and their care-givers.</p>			
<p><b>Keywords</b> Xylitol, streptococcus mutans, oral health, functional event</p>			

## SISÄLTÖ

1	JOHDANTO .....	5
2	KSYLITOLI SUUNTERVEYDEN EDISTÄJÄNÄ .....	7
3	MUUT 3–6-VUOTIAIDEN LASTEN SUUNTERVEYTEEN VAIKUTTAVAT TEKIJÄT .....	11
3.1	Suuhygienian merkitys .....	11
3.2	Ravinnon vaikutus suunterveyteen .....	14
4	TOIMINNALLISEN TAPAHTUMAN TUOTTAMINEN.....	17
4.1	Onnistuneen tapahtuman järjestäminen.....	17
4.2	Tapahtuman suunnittelu.....	20
4.3	Toiminnallisten pisteiden esittely .....	23
4.4	Toiminnallisen tapahtuman toteutus.....	25
4.5	Arviointi.....	28
5	YHTEENVETO JA POHDINTA .....	34
5.1	Luotettavuus ja eettisyys .....	34
5.2	Oman oppimisen pohdinta .....	34
5.3	Opinnäytetyön merkitys.....	35
5.4	Kehittämisideat.....	37
	LÄHTEET .....	39
	LIITE 1: KYSELYLOMAKE.....	41
	LIITE 2: KUVAUSLUPA .....	42
	LIITE 3: PAIKALLISLEHTI ALUEVIESTIN HAASTATTELU .....	43
	LIITE 4: FLYERI.....	44
	LIITE 5: KUVIA TOIMINNALLISISTA PISTEISTÄ.....	45
	LIITE 6: SAMULIN HARJAUSOPETUS.....	47

## 1 JOHDANTO

Opinnäytetyömme on projektiluonteinen kehittämistyö, jonka tarkoituksena on suunnitella ja toteuttaa suunterveyden edistämisen ja omahoidon teemalla toiminnallinen tapahtuma 3–6-vuotiaille lapsille. Saimme alun perin idean toisen opinnäytetyön tekijän työskennellessä Herra Hakkaraisen talossa ja hänen huomattessaan lasten usein yhdistävän Herra Hakkaraisen samaa nimeä kantaviin ksylitolipastilleihin. Opinnäytetyömme tavoitteena on edistää suunterveyden omahoidon tärkeyttä alle kouluikäisten lasten keskuudessa toiminnallisilla menetelmin.

Tässä raportissa käymme läpi suunnittelemamme ja toteuttamamme toiminnallisen tapahtuman vaiheittain. Ensin paneudumme tapahtuman suunnitteluun, sitten toteutukseen ja lopuksi raportoimme tapahtuman kulkua sekä jaamme lukijalle teoriatietoa ksylitolista ja lasten suunterveyden edistämisestä ja ylläpitämisestä. Emme käyttäneet tapahtuman ideoinnissa mitään edeltävää vastaavaa tapahtumaa, vaan kehitimme tapahtuman sisällön omista ajatuksistamme yhteistyössä Herra Hakkaraisen talon henkilökunnan kanssa.

Suuhygienistin työssä tapaamme paljon lapsia sekä heidän vanhempiaan, joten työn aihe linkittyy tulevaan ammattiimme vahvasti. Keskeisin aihe suunterveyden näkökulmasta on tässä opinnäytetyössä ksylitoli, mutta työssä sivutaan myös muita suunterveyden kannalta oleellisia osa-alueita, kuten ravintoa, fluoria sekä hampaiden mekaanista puhdistusta. Ksylitoli, hampaiden huolellinen puhdistus, säännöllinen ja vähähiilihydraattinen ruokavalio sekä fluorin käyttö ehkäisevät hampaiden reikiintymistä (Käypä hoito -suositus, karies 2014). Näihin teemoihin paneudumme raportissa tarkemmin.

Ksylitoli on laajasti tutkittu aihe suunterveyden edistämisen kannalta. Muun muassa hammaslääketieteen lisensiaatti Jaana Autio-Gold on tehnyt väitöskirjan, jossa on pyrkinyt selvittämään kariksen esiintyvyyttä maitohampaissa ja tutkinut kahden erilaisen kariesprevention, fluorilakkauksen ja ksylitolin käytön vaikutusta hammasterveyteen (Autio-Gold 2005). Turun yliopiston hammaslääketieteellinen laitos ja Kuwaitin yliopiston hammaslääketieteellinen tiedekunta ovat yhteistyössä tehneet tutkimuksen, jossa ksylitolin on osoitettu vähentävän kariesta aiheuttavien eli kariogeenisten mutans- streptokokkibakteerien (MS) määrää suussa (ElSahly 2015). Lisäksi 1990-luvun alussa toteutettu äiti-lapsitutkimus on osaltaan osoittanut äidin ksylitolin käytön lapsen ollessa alle 2-vuotias, ehkäisevän mutans-streptokokkibakteerin tarttumista lapselle (Söderling, Isokangas, Pienihäkkinen ja Tenovuo 2000; Isokangas, Söderling, Pienihäkkinen ja Alanen 2000).

Opinnäytetyössä suunnittelimme ja toteutimme suunterveyden edistäminen ja omahoidon teemalla toiminnallisen tapahtuman helmikuuisena lauantaina 2019. Työn tilaajana ja yhteistyökumppanina toimi Sastamalassa sijaitseva Herra Hakkaraisen talo, joka sopi hyvin tapahtuman toteutuspaikaksi, sillä kirjailija Mauri Kunnaksen fiktiivinen hahmo Herra Hakkarainen

on myös ksylitolia sisältävän valmisteen nimi. Tätä suunterveyden omahoidon tuotetta myydään ja markkinoidaan lapsille ja nuorille laajalti Suomessa. Herra Hakkaraisella brändätyjä suunterveyden omahoidon tuotteita ovat muun muassa ksylitolia sisältävät purukumit, pastillit ja hammastahnat. Tapahtuman tavoitteena oli vahvistaa vanhempien valmiutta huolehtia lasten suunterveydestä ja suun omahoidosta sekä saada lapset leikin avulla oppimaan suun omahoitoon ja terveyteen myönteisesti vaikuttavia asioita. Opinnäytetyön tilaajana toimi Herra Hakkaraisen taloa Sastamalassa hallinnoiva Taito Satakunta ry.

## 2 KSYLITOLI SUUNTERVEYDEN EDISTÄJÄNÄ

Ksylitoli on luonnossa esiintyvä viidestä hiiliatomista muodostuva sokerialkoholi, jota on viimeisten neljänkymmen vuoden ajan tutkittu laajasti. Sen vaikutusten on havaittu olevan merkityksellisiä etenkin hammaskarieksen ehkäisyssä. Ksylitolia löytyy luonnosta muun muassa hedelmistä, vihanneksista ja marjoista ja sitä valmistetaan myös keinotekoisesti ksylaanirikkaista kasvimateriaaleista kuten koivusta, pyökistä ja maissista. Ksylitolin hammaslääketieteellinen merkitys löydettiin jo 1970-luvulla, kun Turussa tehdyssä tutkimuksessa havaittiin ksylitolin merkitys hammasplakin vähenemiseen. (Nayak, Nayak ja Khandelwal 2014.) Ksylitoli on hampaiden terveyden kannalta osoittautunut hyödylliseksi siitä syystä, että kariesbakteerit eivät pysty käyttämään ksylitolia ravinnokseen ja ksylitolilla makeutettu ruoka ei myöskään aiheuta suussa pH:ta alentavaa vaikutusta, joka liuottaa hammaskiillettä (Aro 2015).

Mutans-streptokokit (MS) ovat hampaiden reikiintymistä aiheuttavia bakteereita, jotka viihtyvät happamassa ympäristössä ja kiinnittyvät hampaan pintaan tuottaen happoja ravinnon sokereista aineenvaihduntatuotteenaan. Karieksen kehittymiseen ja esiintyvyyteen vaikuttavat useat bakteerit, mutta luotettavinta tutkimusnäyttöä on saatu MS-bakteereista sekä laktobasilleista. MS-bakteerit lisääntyvät happamassa ympäristössä, jonka ruokailun aiheuttama happohyökkäys eli demineralisaatio bakteereille tarjoaa. (Honkala 2015.) MS-bakteerit siirtyvät ensisijaisesti äidiltä lapselle sylkikontaminaation välityksellä tyypillisesti ensimmäisten maitohampaiden puhkeamisen aikaan (Norja, Laitala ja Virtanen 2014).

Tutkimuksissa on osoitettu, että ksylitolipurukumin säännöllinen käyttö edistää lasten ja nuorten hampaiden terveyttä. Ksylitoli vähentää kariesta aiheuttavien bakteereiden määrää ja säännöllisesti käytettynä hidastaa plakin kasvua hampaan pinnalla. Lisäksi ksylitoli stimuloi sylkirauhasia ja lisää syljen eritystä, joka puolestaan vahvistaa suun omia puolustusmekanismeja. (Norja ym. 2014.) Ksylitolin vaikutusmekanismi perustuu sen tehoon vähentää hammaskariesta lisäämällä syljen eritystä sekä vähentämällä kariogeenisia ja parodontaalisia eli iensairauksia aiheuttavia bakteereja, suun kuivuutta, plakin määrää, ientulehduksia ja hammaseroosiota. MS-bakteerit optimaalinen esto saavutetaan siten, että sen päivittäinen kulutus on 5–6 grammaa vähintään kolmesti tai useamman kerran päivässä. Ksylitolipurukumin pureskelu edesauttaa happojen poistumista suuontelosta, eli katkaisee happohyökkäyksen ja edistää kalsiumfosfaattimolekyylien kiinnittymistä takaisin hampaiden pinnoille. Purukumia suositellaan käytettävän jokaisen ruokailun jälkeen noin 20 minuutin ajan, jotta parhaat mahdolliset lopputulokset saadaan aikaiseksi. (Nayak ym. 2014.)

Lapsilla, jotka ovat altistuneet ksylitolille päivittäin 12–40 kuukauden aikavälillä, kariksen esiintyvyys on vähentynyt. Kariksen ennaltaehkäisevän vaikutuksen todettiin olevan pitkäaikaisin niillä lapsilla, joilla ksylitolia käytettiin hampaiden puhkeamisen aikaan. Ksylitolin säännöllisellä käytöllä on havaittu olevan positiivisia vaikutuksia vielä jopa viisi vuotta sen jälkeen, kun ksylitolin käyttö on lopetettu. (Nayak ym. 2014.)

Hammaslääketieteen lisensiaatti Jaana Autio-Gold on tehnyt väitöskirjan ”Caries prevention in high-risk preschool children in the United States” jossa oli tavoitteena selvittää kariesen esiintyvyys maitohampaissa sekä määrittää kahden erilaisen kariesprevention, fluorilakkauksen ja ksylitolipurukumin käytön vaikutusta hammasterveyteen. Tutkimus toteutettiin esi-kouluikäisillä lapsilla, joiden perheet lukeutuvat alhaisempaan tuloluokkaan ja käyvät kouluja, jotka kuuluvat kansallisen Head Start-kehityspalveluohjelman piiriin Pohjois-Floridassa. Tutkimukseen osallistui yhteensä noin 202 lasta, joista osalla tutkittiin fluorilakkauksen ja osalla ksylitolipurukumin tehoa kariespreventiona. Ksylitolin vaikutusta kariesaktiivisuuden tutkittiin noin 60:llä 3–5-vuotiaalla lapsella. Vaikutusta tutkittiin mittaamalla syljestä MS-bakteeriarvot ennen tutkimuksen alkua sekä kolmen viikon ksylitolipurukumin pureskelun jälkeen. Syljestä mitattiin MS-bakteeriarvot yksinkertaisella sylkitestillä (Dentocult SM strip mutans, Vivacare/Vivadent, Orion diagnostica, Finland). (Autio-Gold 2005.)

Ksylitoliryhmään kuuluvat lapset pureskelivat ksylitolipurukumia kolme kertaa päivässä kolmen viikon ajan, ksylitoli ryhmään kuului yhteensä noin 33 lasta. Verrokkiryhmä ei saanut pureskeltavaksi mitään. Tutkimuksen tulokset paljastivat ksylitolin käytön vähentävän syljen MS-bakteerin määrää jo kolmen viikon pureskelun jälkeen ja näin ollen mahdollisesti vähentäen kariesriskiä. Karieskokemuksen ja syljen MS-bakteerien määrän välillä todettiin olevan vahva korrelaatio. Lapset pitivät purukumin pureskelusta ja sen mausta, mutta jos menetelmän halutaan yleistyvän yhdysvaltalaisissa kouluissa, on saatava motivoitua opettajia ja lasten vanhempia. Tutkimukseen osallistuneiden koulujen opettajat eivät olleet valmiita osallistumaan enää seuraavaan mahdolliseen purukumiohjelmaan. (Autio-Gold 2005.)

Turun yliopiston hammaslääketieteellinen laitos ja Kuwaitin yliopiston hammaslääketieteellinen tiedekunta ovat yhteistyössä tehneet tutkimuksen, jossa ksylitolin on osoitettu vähentävän kariogeenisten MS-bakteerien määrää suussa. Tutkimus suoritettiin Kuwaitissa kahdessa koulussa ja yhdessä nuorisokeskuksessa, tutkimukseen osallistui yhteensä 192 perustervettä 10–12-vuotiasta poikaa. (EISahly 2015.) Tutkimukseen osallistuneet pojat seulottiin mittaamalla syljen MS-bakteerimäärä. Heiltä, joilla todettiin suuri määrä MS-bakteereja, pyydettiin osallistumaan tutkimukseen. Tutkimus toteutettiin satunnaistettuna kaksoissokkotutkimuksena, joista ensimmäisessä tutkimusryhmän pojat käyttivät ksylitolipurukumia ja verrokkiryhmän pojat sorbitolipurukumia viiden viikon ajan.

Tutkimuksen alussa osallistujien suunterveystottumukset kartoitettiin haastattelemalla, ja karies rekisteröitiin käyttäen ICDAS (International caries detection and assesment system) -menetelmää. Toisessa tutkimuksessa puolet pojista käyttivät neljän viikon ajan ksylitolia ja puolet suuhuhdetta, joka sisälsi sakkariinia. Tutkimusten päätyttyä otettiin uudet sylkinäytteet, joista tutkittiin MS-bakteerien määrä ja muutokset muiden suun mikrobistojen esiintyvyydestä. EISahlyn (2015) tekemässä tutkimuksessa tultiin siihen tulokseen, että muutkin suun mikrobiston bakteerit kuin MS-bakteerit ovat yhteydessä kariesen esiintyvyyteen. Ksy-

litolin säännöllisen käytön vaikutus MS-bakteereihin vahvistettiin, mutta muuhun suun mikrobistoon ei löydetty selvää yhteyttä. Uusin havainto ksylitolista oli se, että sen käytön ei havaittu häiritsevän suunterveyden kannalta hyödyllistä mikrobistoa. (EISahly 2015.)

Ylivieskassa 1990-luvun alussa tehdyssä äiti-lapsi-tutkimuksessa raportoitiin ensimmäisten joukossa ksylitolin kyvyistä ehkäisevään vaikutukseen MS-bakteeritartuntaa vastaan. Äitien ksylitolipurukumin käytön todettiin vähentävän huomattavasti MS-bakteerien tartuntaa kaksivuotiailla sekä maitohammaskarieksen esiintyvyyttä viisivuotiailla lapsilla. Testiryhmän äidit söivät ksylitolipurukumia päivittäin 21 kuukauden ajan heidän lastensa ollessa 3-24 kuukauden ikäisiä. Ksylitoliryhmään kuuluvat äidit nautiskelivat kaksi täysksylitolipurukumityynyä keskimäärin neljä kertaa päivässä siitä lähtien kun lapsi oli täyttänyt kolme kuukautta. Kontrolliryhmän äidit saivat ylimääräisen fluori- tai kloorheksidiinilakkauksen puolen vuoden välein niin kauan kunnes lapsi täytti kaksi vuotta. (Söderling, Isokangas, Pienihäkkinen ja Tenovuo 2000.)

Tutkimuksen aikana sekä äideiltä että lapsilta kerättiin plakki- ja sylkinäytteitä, joista muun muassa määritettiin MS-bakteerien määrää. Mikrobiologiset tutkimukset tehtiin, kun lapset olivat kaksivuotiaita. Sen vuoksi, että Suomessa lapsilla ei tämän ikäisenä vielä esiinny juurikaan kariesta, jatkettiin kariestilanteen seuraamista siihen saakka, kun lapset täyttivät viisi vuotta. Kun tutkimukseen osallistuneet lapset olivat 2-vuotiaita, mukana oli edelleen 169 äitiä, Kun tutkimukseen osallistuneet lapset olivat 2-vuotiaita, mukana oli edelleen lähes kaikki kokeilun aloittaneet 195 äiti-lapsiparia, kokeilun oli keskeyttänyt vain noin 30 paria. Tutkimuksessa huomattiin, että vaikka äitien MS-bakteeritaso syljessä pysyi korkeana, ainoastaan 10 prosenttia ksylitoliryhmän äideistä oli tartuttanut MS-bakteerin lapselleen. Kontrolliryhmässä fluorilakkauksen saaneista äideistä 49 % oli tartuttanut MS-bakteerin lapselleen ja kloorheksidiiniryhmästä 29 %. (Söderling, Isokangas, Pienihäkkinen ja Tenovuo 2000; Isokangas, Söderling, Pienihäkkinen ja Alanen 2000.)

Hammaslääketieteen lisensiaatti Marja-Liisa Laitala on julkaissut vuonna 2010 jatkotutkimuksen, joka vahvistaa ksylitolin käytön pitkäaikaisen hyödyn. Laitalan väitöstutkimus on seurantatutkimus 1990-luvun alussa tehdyille äiti-lapsitutkimukselle, jonka tulokset osoittivat ksylitolin käytön vähentävän viisinkertaisesti MS-bakteerin tarttumista äidiltä lapselle. Laitalan (2010) tutkimuksessa oli tavoitteena selvittää korkean kariesriskin omaavien lasten maitohampaissa varhaisen MS-kolonisaation ja sen ehkäisyn pitkäaikaisvaikutuksia sekä MS-bakteerin estämisen kustannuksia. Lisäksi tutkimuksessa haluttiin selvittää, onko mahdollista madaltaa korkean kariesriskin omaavien lasten kariestasoja vaikuttamalla MS-tartuntaan. Laitalan tutkimukseen osallistui yhteensä 507 tutkimuslasta, joista 148 oli ottanut osaa aiemmin tehtyyn äiti-lapsi-tutkimukseen. Lapsille tehtyjä hammashoidollisia toimenpiteitä ja niiden määrä seurattiin syntymästä aina kymmenvuotiaaksi saakka terveystieteiden tutkimuskeskuksen asiakirjoista kerätyillä tiedoilla.

Tutkimuksen tulokset osoittivat, että kymmenenvuotiaaksi asti maitohammaskariesta esiintyi merkittävästi vähemmän niillä lapsilla, jotka eivät olleet saaneet MS-tartuntaa alle kaksivuotiaana. Tämän ryhmän lasten maitohampaat säilyivät yli kolme vuotta pidempään täysin ehjinä ja korjaavan hoidon tarve maitohampaistossa oli huomattavasti alhaisempaa kuin niiden lasten, joiden hampaisto oli kolonisoitunut MS-bakteerilla jo kaksivuotiaana. Tutkimuksessa pystyttiin toteamaan, että tällainen äideille kohdistettu lasten kariksen ehkäisyyn käytettävä panostus näkyy lasten hampaiden reikiintymisen vähenemisenä. Marja-Liisa Laitalan tutkimuksessa pystyttiin osoittamaan äideille kohdistetun lasten kariksen ehkäisyyn käytetyn panostuksen, eli äidin ksylitolipurukumin käytön lapsen ollessa alle kahden vuoden ikäinen, näkyvän lasten hampaiden reikiintymisen vähenemisenä peräti kymmenen vuoden ajan varhaisen MS-kolonisaation estämisellä ksylitolin käytön avulla. (Laitala 2010.)

### 3 MUUT 3–6-VUOTIAIDEN LASTEN SUUNTERVEYTEEN VAIKUTTAVAT TEKIJÄT

#### 3.1 Suuhygienian merkitys

Suuhygieniasta huolehtiminen on osa kokonaisvaltaista hyvinvointia. Suuhygienia pitää käsitteenä sisällään hampaiden, kielen sekä hampaiden välipintojen puhdistuksen. Myös ksylitolin sekä fluorin käyttö ja suunterveyttä edistävät ravintotottumukset ovat osa suun omahoitoa. (Sirviö 2015, 74.) Vaikka hampaiden puhdistaminen on osa päivittäistä suun omahoidon rutiinia, jättää suomalaisista silti suuri joukko hampaiden pesemisen väliin joko aamu- tai iltaharjoituksen osalta. Tutkimukset ovat osoittaneet, että hampaat on perusteltua harjata kaksi kertaa päivässä, jotta hampaiden ja niiden kiinnityskudosten terveyttä voidaan ylläpitää. Aamuharjoituksen osalta ei ole kariuksen hallinnan osalta suurta merkitystä peseekö hampaat ennen aamiaista vai vasta sen jälkeen, mutta illalla hampaiden harjaus on suositeltavaa suorittaa viimeisenä ennen nukkumaanmenoa.

Hampaiden harjaukseen tulee käyttää pehmeää harjaa sekä oikeaoppista harjaustekniikkaa. Hampaiden oikeaoppinen puhdistaminen tavallisella manuaaliharjalla tapahtuu siten, että harja otetaan kynäotteeseen ja asetetaan hampaan pinnalle 45 asteen kulmassa. Harjan tulee osua sekä hampaisiin että ienrajaan, johon bakteerimassa helposti kertyy. Harjaa liikutellaan edestakaisin kevyin ja pyörivin liikkein järjestelmällisesti hammasrivillä eteenpäin. Manuaaliharjalla harjatessa on hyvä kiinnittää huomio liiallisen voiman käytön välttämiseen, ettei saa suun pehmytkudoksiin vahinkoa aikaan. (Heikka 2015, 74-75.)

Tutkimukset ovat osoittaneet sähköhammasharjan puhdistavan hampaat paremmin kuin manuaaliharja. Sähköhammasharja on oikein käytettynä tehokas ja hellävarainen väline hampaiden puhdistukseen. Sähköhammasharjan pienellä pyöreällä päällä pääsee myös lapsen suussa ahtaisiin ja hankaliinkin paikkoihin. Sykkivä ja pyörivä liike puhdistaa tehokkaammin sekä ehkäisee plakin ja ientulehduksen syntymistä manuaaliharjaa tehokkaammin. Oikeaoppisesti fluoritahna levitetään harjan avulla kaikille hampaiden pinnoille ja sen jälkeen aletaan kuljettaa harjaa rauhallisesti ja järjestelmällisesti hammasrivillä jokainen hammas ja hammaspinta läpikäyden. (Heikka 2015, 74-79.)

Lasten hammasharjojen harjasosan tulee olla lyhyt ja kapea ja harjan varren riittävän pitkä. Harjasosan täytyy olla pehmeä ja taipuisa, jotta sillä ei saa vahingoitettua lapsen suuta. Hammasharjan varren on hyvä olla niin pitkä, että siihen on helppo tarttua lapsen sekä harjausta ohjaavan aikuisen. Lasten hammasharjan varret on varustettu usein myös kumisilla osilla, joiden tarkoitus on estää harjan tippumista lapsen kädestä. (Heikka 2015, 77-78.) Lasten huoltajien tehtävä on valvoa hampaiden harjausta ja hampaiden puhtautta vähintään siihen asti, kun lapsi on yläkouluikäinen. Kansainvälisessä vertailussa suomalaisten hampaiston puhdistukseen liittyvät tavat ovat osoittautuneet melko huonoiksi. Vain alle puolella pikkulapsista harjaussuositus toteutuu. 2-vuotiaista 45 prosenttia harjaa hampaansa

harjaussuositusten mukaan. Kolmevuotiaiden osuus kasvaa 39 prosenttiin ja 5-vuotiaista jopa noin 40 prosenttia harjaa hampaansa suositusten mukaan. Näkyvää plakkia on löytynyt myös 60 prosentilta niistä aikuisista, jotka ovat ilmoittaneet harjaavansa hampaansa kahdesti päivässä. Aikuisten harjaustekniikassa on siis selvästi puutteita.

Fluorihammastahnan käytölle on ikäryhmittäin asetetut saantisuositukset kariksen Käypä hoito -suosituksessa (2014). Käypä hoito -suosituksen mukaan fluorihammastahnan käyttö tulisi aloittaa silloin, kun lapselle puhkeaa suuhun ensimmäinen maitohammas. Alle kouluikäisillä lapsilla fluorihammastahnan ja muiden fluorituotteiden käyttöä tulee valvoa ja käyttää varovaisuutta niiden käytössä. Liiallisella fluorin saannilla on epäedullisia vaikutuksia hampaiden ja luuston terveyteen. (Karies (hallinta): Käypä hoito -suositus, 2014.)

Fluorin saantisuositukset on kohdistettu alle 3-vuotiaille lapsille, 3–5-vuotiaille sekä 6-vuotiaille ja sitä vanhemmille. Fluorin määrä hammastahnassa ilmaistaan parts per million-asteikolla, josta käytetään lyhennettä ppm. Lapsille, jotka ovat 0–5-vuotiaita, suositellaan hammastahnaa, joka sisältää 1000–1100 ppm fluoridia. Alle 3-vuotiaille suositellaan fluorihammastahnan käyttöä kerran päivässä. Toinen pesu suoritetaan pelkästään vedellä kastellulla hammasharjalla ja toinen pesu harjaan sipaistun fluorihammastahnan kera. Käypä hoito -suosituksessa on suositus käyttää 3–5-vuotiaille lapsille fluorihammastahnaa lapsen pikkusormen kynnen kokoisen nokareen verran kahdesti päivässä. (Karies (hallinta): Käypä hoito -suositus, 2014.)

Jos juomaveden fluoridipitoisuus on yli 0,7 milligrammaa litrassa, mutta kuitenkin alle 1,5 milligrammaa litrassa, suositellaan alle 6-vuotiaille lapsille käytettäväksi fluoritahnaa, joka sisältää fluoridia ainoastaan 500 ppm. Kuusivuotiaat lapset ja sitä vanhemmat voivat käyttää 1450 ppm sisältävää fluorihammastahnaa kahdesti päivässä. Hammastahnaa annostellaan harjalle noin 0,5–2 senttimetrin pituinen viiva kummankin harjauskerran yhteydessä. (Karies (hallinta): Käypä hoito -suositus, 2014.)

Fluori on vahvasti epämetallinen alkuaine, jota löytyy luonnosta lähes kaikkialta muihin alkuaineisiin sekoittuneena. Poikkeuksellisen fluorista tekee se, että se on voimakas hapettaja, aggressiivinen ja luokseen päästämätön alkuaine. Fluoria on luonnehdittu jopa kaikkein reaktiivisimmäksi alkuaineeksi sen kemiallisten ominaisuuksien vuoksi. Ihminen saa luonnostaan fluoria, sillä sitä esiintyy lähes poikkeuksetta juomavedessä, ravinnossa, maaperässä ja kasvistossa. Pääasiallinen fluorin lähde ihmiselle onkin siis nauttimamme vesi ja ravinto. Vaikka fluorin fysiologisia vaikutuksia ihmisen elimistöön on tutkittu jo kauan, niin sen hammaslääketieteelliset vaikutukset havaittiin vasta 1900-luvun loppupuolella. (Fjodorov 2008.) Fluorihydrideillä tiedetään olevan hampaiden reikiintymistä ehkäisevä vaikutus,

sillä hampaan pinnalla fluori alkaa reagoida ja samalla muodostaa kariekselta suojaavaa kerrosta (Therapia Odontologica 2019).

Fjodorovin (2008) mukaan etenkin hammassairauksien ennaltaehkäisyssä fluorilla on erityisen tärkeä tehtävä. Jo 1950-luvulla huomattiin, että fluorin lisääminen ruokavalioon estää tehokkaasti hammasmätää. Uudempien tutkimusten valossa on havaittu myös, että fluori vaikuttaa poikkeuksellisen hyvin etenkin hampaiden mineralisoijana ja kariksen ehkäisijänä. Fluorilla on havaittu olevan erittäin positiivisia vaikutuksia alaikäisillä lapsilla kolmessa eri kehitysvaiheessa; hampaiden aikaisesta kehitysvaiheesta aina niiden puhkeamiseen saakka. Tämän lisäksi pienillä lapsilla fluorin saanti on erityisen tärkeitä kiilteen mineralisoitumisvaiheessa. Teini-iässä taas on tärkeitä, että fluoridia saadaan riittävästi, jotta hampaiden kiille ja nuorten luusto kehittyvät ja kypsyvät vahvoiksi. (Fjodorov 2008.) Kaikissa ikäryhmissä on havaittu, että fluorilla on suotuisten vaikutusten lisäksi myös haitallisia vaikutuksia etenkin yliannostuksina. Tutkimukset ovat osoittaneet fluorilla olevan merkittävästi kariksen yleisyyttä pienentävä vaikutus. Toisaalta tutkimukset ovat osoittaneet, että fluorooosi eli liiallisen fluorin saannin aiheuttama vaikutus lisääntyy alueilla, joissa on paljon fluoridia pohjavedessä. (Therapia Odontologia 2019.)

Kariespreventiivisten hyötyjen sekä muiden suuontelon sairauksia ennaltaehkäisevien ominaisuuksien vuoksi optimaalisen fluoriannoksen tasoa ja kohderyhmää on pyritty selvittämään ahkerasti viime vuosikymmenillä tehdyissä tutkimuksissa (mm. Hiiri, Ahovuo-Saloranta, Nordblad ja Mäkelä 2006). Fluorille vaihtoehtoisia menetelmiä tutkineet Hiiri ja kumppanit (2006) havaitsivat omassa Cochrane-tutkimuksessaan kuitenkin, että lapsilla pysyvien takahampaiden pinnoittamisella saadaan jopa paremmat tulokset reikiintymisen ehkäisyssä kuin purupintojen fluorilakkausmenetelmällä, joka toistetaan kaksi kertaa vuodessa. He eivät kuitenkaan pystyneet tutkimuksensa perusteella antamaan yksiselitteistä ohjeistusta pinnoituksen ja fluorilakkauksen välillä, joten tämän vuoksi niiden välillä tulee aina päättää paikallisesti.

Fluorilla on siis tutkitusti hammaskiilteeseen ja luustoon myönteinen vaikutus. Hampaiden reikiintymiseen fluori vaikuttaa vähentämällä reikiintymistä aiheuttavien bakteerien toimintaa. Fluori myös vähentää kiilteen liukenemista happohyökkäyksen aikana. (Sirviö 2015.) Matalina tai kohtuullisina määrinä saatuna fluori parantaa suunterveyttä suojaamalla kiillettä ja estämällä kariksen kehittymistä, kun taas liiallisina annoksina fluori saattaa aiheuttaa fluoroosia, joka aiheuttaa häiriöitä luiden muodostumisessa ja aineenvaihdunnassa. Kohtuullisena määränä fluoridia pidetään silloin, kun sitä ilmenee alle 1 milligrammaa litrassa juomavettä. (Therapia Odontologia 2019.) Jos fluorin määrä lähestyy 1,5 milligrammaa litrassa juomavettä, voidaan sen todeta olevan liian korkea, eikä Käypä hoito 2014 -suositusten mukaan silloin enää fluorihammastahnan käyttöä alle 6-vuotiailla voida suositella.

Hammastahnoilla eikä muillakaan hammasvalmisteilla voida kuitenkaan tutkimusten valossa havaita olevan merkittäviä negatiivisia terveydelle haitallisia vaikutuksia. (Therapia Odonto-

logia 2019.) Fluorin haittavaikutukset ilmenevät yleisesti ottaen pääasiassa silloin kun ihminen nauttii liiallisia määriä suuria fluoriannoksia sisältäviä nesteitä, eikä suinkaan hammastahnasta saatuna. On kuitenkin tärkeää, että etenkin pienten lasten vanhemmat selvittävät alueensa vesijohtoveden fluoripitoisuuden, jotta varhaisessa kehitysvaiheessa oleville lapsille osataan suunnata oikean vahvuista hammastahnaa. (Therapia Odontologia 2019.)

### 3.2 Ravinnon vaikutus suunterveyteen

Ravinnon merkitys kasvavalle lapselle on tärkeää normaalin kasvun ja kehityksen kannalta, mutta myös suunterveyden kannalta ravinnolla on suuri rooli. Ravinnolla on vaikutus hampaisiin jo ennen hampaiden puhkeamista, hampaiden puhkeamisen aikaan sekä koko niiden suussa oloajan. Ravinto vaikuttaa myös hampaattoman suun eli limakalvojen terveyteen. Ravinnon koostumuksella ja ruokailukertojen määrällä on merkittävä vaikutus suunterveydelle; hampaat, limakalvot ja kiinnityskudokset ovat ensimmäisenä ottamassa ruuan ja juoman vastaan. Myönteisiä vaikutuksia suunterveyden kannalta ovat fluoria, kalsiumia ja fosfaattia sekä pureskelua sisältävät ruuat, kun taas kielteisiä vaikutuksia tuo sokeri ja ravinnon sisältämät hapot. (Keskinen 2015, 56.)

Terveellisellä ravinnolla tarkoitetaan energiamäärältään riittäviä, ravintoainetiheitä, ravitsemussuosittelun mukaisesti koostettuja ja ravitsemustarpeet täyttäviä aterioita. Valtion ravitsemusneuvottelukunnan (2018) laatimat ravitsemussuosittelut ovat koko väestölle suunnattuja, tutkimuksiin perustuvia suuntaa antavia oppeja, kuinka terveyttä ja hyvinvointia edistävä ruokavalio voidaan rakentaa. Terveyttä sekä lapsen kasvun kehitystä tukevan ruokavalion perustana toimivat juurekset, kasvikset, vihannekset, hedelmät, marjat, peruna ja täysviljatuotteet sekä kasviöljyt. Vähärasvaiset maitovalmisteet, kala ja liha sekä palkokasvit täydentävät ruokavalion ja tekevät siitä tasapainoisen kokonaisuuden. On myös hyvä muistaa lapselle tarjottavassa ravinnossa pyrkiä aina vähäsuolaisuuteen. (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2018, 22-32.)

Lasten ravitsemukseen liittyy terveydellisiä haasteita, joihin lukeutuu ylipaino, allergiat sekä hammaskaries. Varhaiskasvatuksella onkin huomattava merkitys ravitsemuksen, ruokailutottumusten ja syömiseen liittyvien tapojen ja tottumusten opettelussa, ruokakasvatus on itseasiassa osa kokonaisvaltaista hyvinvointioppimista. (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2018, 14.) Lasten ruokavalion laadun on huomattu heikentyvän ensimmäisen ikävuoden jälkeen, kun lapsi alkaa nauttimaan muun perheen kanssa samaa ravintoa. Etenkin lisätyn sokerin, suolan ja tyydyttyneiden rasvahappojen määrän on huomattu ruokavaliossa lisääntyvät silloin. (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2018, 13.) Vuonna 2014 on julkaistu viimeisin Suomen Valtion ravitsemusneuvottelukunnan suositus kansallisista ravitsemussuosituksista, joiden tavoitteena on edistää suomalaisten terveyttä ja parantaa ruokavaliota.

Ravitsemussuositukset tukevat myös hyvää suunterveyttä. Ruokakolmio, lautasmalli sekä säännöllinen ateriarytmi tukevat terveyden näkökulmasta myös suunterveyttä. Muun muassa pähkinöiden ja kasvien syöminen lisää syljeneritystä ja toimivat hyvänä välipalana esimerkiksi yhdessä vilja- ja maitotuotteiden kanssa. (Keskinen 2015, 57-59.) Sokerin osuus saisi olla kokonaisenergiasta ainoastaan kymmenen prosenttia. Lapset syövät kuitenkin muun väestön mukana ravitsemussuosituksiin peilaten liian vähän kasviksia ja käyttävät liian paljon sokeria. Vuosina 1985–2002 makeisten ja virvoitusjuomien kulutus lasten ja nuorten ravintotottumuksissa kasvoi voimakkaasti. Lapsille ravitsemuksen merkitys on tärkeää ja tapa käyttää sokeria muodostuu jo usein todella nuorella iällä. Jo yli 2-vuotiaat lapset saavat sokeria suosituksia enemmän ja aikuisilla sokeri saanti liikkuu aivan suositusten ylärajalla. (Lingström ja Fjellström 2008; Keskinen 2015, 56-59.)

Ravinnon happamuus sekä luonnostaan makeat ruoka-aineet ja sellaiset ruoka-aineet, joihin on lisätty sokeria ja muita makeuttajia, aiheuttavat hammaserosiota. Eroosioon ei liity bakteeritoimintaa eikä siihen vaikuta ruuassa käytetty makeutusaine, siinä hampaiden liukeneminen tapahtuu happojen vaikutuksesta. Eroosio on hampaiden reikiintymisen kanssa yhdessä yksi merkittävimmistä hammasterveyttä heikentävistä ongelmista. Eroosion kehittymiseen vaikuttaa suuresti myös syljen määrä ja sen koostumus. Eroosiota voivat aiheuttaa kaikki ravintoaineet, joiden pH on alle 5,5, mutta piimä ja jogurtti ovat poikkeustapauksia niiden sisältämän kalsiumin vuoksi. Jos happamassa ravintoaineessa on mukana kalsiumia, ei eroosiota tapahdu. (Keskinen 2015, 66-72.) Pahimpia eroosion aiheuttajia ovat sitruunahappoa sisältävät ravintoaineet kuten sitrushedelmät ja sitrushedelmistä uutetut juomat. Hedelmät kuten omenat, sisältävät myös happoa, joka on kylläkin hieman heikompi liuottaja kuin sitruunahappo, mutta myös omenahapolla on hammaskiillettä liuottava vaikutus.

Lasten suunterveyden kannalta olisi suotavaa tarjota lapselle hedelmät ja vihannekset sellaisina paloina, jotka hän voi pureskella, sillä pureskelu lisää syljen eritystä ja näin ollen laimentaa happojen vaikutusta. Jos hedelmät tarjoaa mehuna, juoma viipyy kauemmin suussa ennen nielemistä ja aiheuttaa pH-arvon laskua voimakkaammin. Keskinen (2015, 66-67) on antanut tähän hyvin viittaavan esimerkin porkkanasta, jonka pH on kokonaisena kuusi, mutta kun porkkanan puristaa mehuksi, sen pH laskee lähelle neljää. Mehustaminen muuttaa siis terveelliseksi mielletyn porkkanan erosiiviseksi ravintoaineeksi.

Erosioaurioiden ehkäisemiseksi olisi tärkeä välttää tiettyjä eroosiota aiheuttavia ruoka-aineita, mutta ehkä tärkeämpää on muistaa se, että ajoittaisi niiden nauttimisen ruokailun yhteyteen. Jos haluaa välttyä eroosioauriolta, on suositeltavaa, ettei hampaita tule harjata heti happamien ravintoaineiden nauttimisen jälkeen. Keskinen mukaan happamien ravintoaineiden nauttimisen jälkeen olisi heti hyvä ottaa ksylitolipastilli- tai imeskelytabletti ksylitolipurukumin sijaan. Happamat juomat tulisi nauttia viilennettyinä ja lyhyen ajan sisällä. (Lingström ja Fjellström 2008; Keskinen 2015, 66-72.)

Säännöllinen ateriarytmi on perusta terveyttä edistävälle ruokavaliolle. Pienet lapset tarvitsevat usein ruokaa, koska eivät pysty syömään suuria määriä kerrallaan. Sekä aikuisille, että lapsille suositellaan 4–6 ateriakertaa päivässä, joka tarkoittaa 3–4 tunnin välein syömistä. Varhaiskasvatuksen ja koulun on velvollisuus tarjota lapsille säännölliset ateriat. Samaa rytmiä olisi tärkeää käyttää myös kotona niin arkena kuin vapaalla, jotta rytmi säilyy ja ruokavälit eivät pääse venymään liian suuriksi. Säännöllinen ateriarytmi pitää ruokavalion monipuolisena ja auttaa pitämään annoskoot kohtuullisena. Lasta ei koskaan pitäisi jättää yksin syömään, vaan aikuisen on hyvä olla ruokailussa läsnä vaikkei itse söisikään. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2016, 18-20.)

Vaikka suomalaisten ravitsemustilanne on parantunut viime vuosikymmenistä ja nykyään käytössä on enemmän vähärasvaisia maitotuotteita, hedelmiä, kasviksia ja pehmeitä kasvirasvoja, on toisaalta myös huonojen rasvojen käyttö lisääntynyt tihentyneen juustojen ja jogurttien käytön myötä. Suunterveyden kannalta huolestuttavaa on etenkin sokerin käytön runsas lisääntyminen makeisten ja happamien tuotteiden yleistymisen myötä. (Keskinen 2015, 56.)

Terveyttä voi edistää yksinkertaisilla ruokavalinnoilla, joita tekee päivittäin. Esimerkiksi vähäkuituisten viljatuotteiden vaihtaminen täysviljatuotteisiin, tai voi- ja voipohjaisten levitteiden vaihtaminen kasviöljypohjaisiin öljyihin, tai vaikkapa runsassuolaisten tuotteiden vaihtaminen vähäsuolaisiin tuotteisiin, esimerkiksi juuston, leikkeleiden ja leivän osalta, ovat jo suuria terveyttä edistäviä valintoja. Viimeisimpien ravitsemussuosittelujen mukaan koottu Itämeren ruokakolmio havainnollistaa missä suhteessa mitäkin ruoka-aineita kannattaa nauttia saavuttaakseen parhaiten ravinnon terveyttä edistävät vaikutukset. (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2018, 32-33.)

Alimmalla tasolla ruokakolmiossa ovat ruoka-aineet, jotka toimivat päivittäisten aterioiden perustana, näihin lukeutuvat kasvikunnan tuotteet, peruna, täysjyväviljalisäkkeet, täysjyväleipä, puurot, vähärasvaiset ja rasvattomat maitovalmisteet sekä ravintorasvat. Näiden lisäksi aterioita voidaan täydentää kolmion puolivälistä löytyvillä ruoka-aineilla, kuten kalalla, siipikarjalla, kananmunalla, lihavalmisteilla tai punaisella lihalla. Kolmion huipulla ovat niin sanotut sattumat, eli tuotteet, jotka eivät lukeudu jokapäiväiseen terveyttä edistävään ruokavalioon. Tällaisia tuotteita ovat täysrasvaiset maitovalmisteet, vähäkuituiset viljatuotteet, makeiset sekä makeat leivonnaiset, jäätelöt, suolaiset naposteltavat, sokeroidut juomat ja makkarat. (Valtion ravitsemusneuvottelukunta 2018, 32-33.)

## 4 TOIMINNALLISEN TAPAHTUMAN TUOTTAMINEN

### 4.1 Onnistuneen tapahtuman järjestäminen

Opinnäytetyömme keskipisteenä toimi lauantaina 23.2.2019 suunterveyden edistämisen ja omahoidon teemalla järjestetty toiminnallinen tapahtuma, joka sai nimen ”Herra Hakkaraisen talossa häädetään hammaspeikot”. Koska opinnäytetyömme on projektityyppinen kehittämistyö, joka käsittelee toiminnallisen tapahtuman järjestämistä, etsimme teorialietoa ksylitolin ja suunterveyden edistämisen lisäksi siitä, kuinka tapahtuma järjestetään ja mitä kaikkea tulee ottaa huomioon. Tapahtumaa järjestettäessä on hyvä aloittaa suunnittelu siitä, että miettii vastaukset seuraaviin kysymyksiin (Korhonen 2018):

- Miksi tämä tapahtuma halutaan tehdä?
- Mitä tavoitteita tapahtuman suhteen on?
- Miksi kukaan kiinnostuisi tapahtumasta?
- Tehdäänkö tapahtuman itseämme vai muita varten?
- Ja ollaanko valmiita kantamaan riski epäonnistumisen mahdollisuudesta?

Vastataksemme kysymyksiin, tapahtuma haluttiin tehdä, jotta saataisiin lisättyä tietoutta ksylitolista ja suunterveyteen vaikuttavista asioista lapsille sekä heidän vanhemmilleen toiminnallisen tapahtuman merkeissä. Tavoitteeksi tapahtuman suhteen asetimme sen, että saisimme tapahtumaan asettamaamme ikäryhmään soveltuvia kävijöitä ja että kävijöille jäisi mieleen positiivinen mielleyhtymä ksylitolista ja suunterveyden huolehtimisesta. Siihen miksi kukaan kiinnostuisi tapahtumasta tiesimme vastauksen jo tapahtumaa suunniteltaessa. Herra Hakkaraisen talo on itsessään lapsia kiinnostava, hauska leikkipaikka ja kun siihen yhdistettiin ksylitolin ja suunterveyden hoidon teema, niin osasimme aavistaa, että se kiinnostaa myös lasten huoltajia. Tapahtuma tehtiin suurimmalta osin lapsia varten, mutta pieneltä osin tapahtuman järjestämisessä oli myös itsekäs näkökulma, sillä onhan tämä kuitenkin opinnäytetyömme. Epäonnistumisen riski on aina, kun tällaista tapahtumaa lähdetään järjestämään, esimerkiksi jos tapahtumaan ei olisi saapunut kävijöitä tai kävijät eivät olisi tapahtumassa viihtyneet, olisimme laskeneet sen epäonnistumiseksi.

Korhonen (2018) on koostanut tapahtumajärjestäjän oppaan, jossa hän kertoo vinkkejä, kuinka saada menestyvä tapahtuma järjestettyä. Korhonen (2018) muistuttaa oppaassa myös siitä, että monesti kun lähdetään rakentamaan ensimmäistä tapahtumaa, on riskinä, että omaan ideaan rakastutaan niin paljon, ettei todellisuutta pystytä näkemään innostuksen läpi. Vallo ja Häyrisen (2012, 157-164) mukaan onnistuneen tapahtuman järjestäminen vaatiikin saumatonta yhteistyötä kaikilta tapahtumanjärjestäjiltä. Tapahtuman sujuvan onnistumisen kannalta on tärkeää, että jokainen tapahtumanjärjestäjä ymmärtää roolinsa ja oman

vastuunsa tapahtuman jokaisessa vaiheessa. Onnistuneen tapahtuman aikaa vievin osio on sen suunnittelu ja sen yhteydessä kannattaakin jakaa tapahtuman järjestäjille omat roolit. Itse tapahtuma eli sen toteutusvaihe kestää yleensä vain hetken ja sen onnistuminen on hankalaa, ellei suunnitteluvaihetta ole toteutettu huolella. Toteutusvaiheen jälkeen raportoinnin yhteydessä käydään läpi tapahtuman kulku, sen onnistuminen, sekä saatu palaute ja kehittämismahdollisuudet tulevaisuutta varten. (Vallo & Häyrinen, 2012, 157-164.)

Onnistuneen tapahtuman järjestämiseen tarvitaan noin kaksi kuukautta aikaa. Tällöin kaiken pitäisi sujua ongelmitta. Jos tapahtuma on järjestetty tätä lyhyemmässä ajassa, vaikuttaa se tapahtuman toteutukseen ja erityisesti laatuun. (Vallo ja Häyrinen 2012, 157.) Tapahtumamme toteutettiin nopeahkolla aikataululla, joten riskinä oli, että tapahtuman laatu kärsisi ja yksi Korhosen (2018) esille nostamista riskeistä realisoituisi, esimerkiksi kiinnostuneiden kävijöiden puutteen vuoksi. Huolenamme oli myös tietenkin se, ettei lapset eivät viihtyisi tapahtumassamme. Emme pitäneet riskejä kuitenkaan kovinkaan vakavina, koska olimme luottavaisia järjestämiimme pisteisiin ja Herra Hakkaraisen talo on muutenkin lasten suosiossa, joten uskoimme vahvasti, että lapset sekä aikuiset tulisivat toiminnallisen päivän aikana viihtymään.

Pääasiallinen tavoitteemme projektissa oli se, että saamme kävijät viihtymään ja kokemaan päivän mielekkääksi, emmekä asettaneet itsellemme paineita siitä jäisikö vanhemmille tai lapsille mieleen tarkkoja faktoja fluorin saantisuosituksista tai ksylitolin grammamääräisistä käyttösuosituksista. Erityisesti toivomme, että päivästä jäisi kävijöille positiivinen mielleyhtymä suunterveyden omahoidosta ja ksylitolin käytöstä sekä myös suuhygienisteistä ja hammaslääkärikäynneistä. Jos perheet ja etenkin lapset poistuisivat tapahtumasta iloisella mielellä, ilman suunterveydenhoitoon liittyviä traumoja, olemme onnistuneet tavoitteessamme.

Tapahtumaa järjestettäessä on paljon huomioitavia asioita. Hyvissä ajoin ennen tapahtumaa on huolehdittava ilmoitukset, luvat ja muut järjestelyt kuntoon. Tapahtuman suunnittelu pitää aloittaa jo hyvissä ajoin, sillä suunnitteluvaihe vie projektissa eniten aikaa. Jo varhaisessa vaiheessa mukaan täytyy ottaa kaikki, jotka tapahtuman järjestämisessä ovat millään tapaa mukana. Tällä tavoin tapahtumaa järjestämässä mukana olevat henkilöt sitoutuvat yhteiseen tavoitteeseen ja voivat jokainen esittää omia ideoita ja näkökulmia. (Vallo ja Häyrinen 2012, 157-158.) Tapahtuman toteutusvaiheessa suunnitelmat muuttuvat todeksi. Jotta tapahtuma saataisiin onnistumaan, kaikkien tulee tietää omat vastualueensa ja roolinsa tapahtuman kulussa. Eri tahojen tulee tehdä saumatonta yhteistyötä, jotta tapahtuma onnistuu.

Tapahtuman toteuttaminen voidaan jakaa kolmeen eri vaiheeseen, joita ovat rakennusvaihe, itse tapahtuma ja tapahtuman purkuvaihe. Toteutuksen vaiheista rakennusvaihe on yleensä aikaa vievin osuus. Silloin rekvisiitta laitetaan esille ja kulissit pystytetään tapahtumaa varten. Tapahtuma on hetkessä ohi, vaikka sitä olisi suunniteltu viikkoja, kuukausia tai jopa vuosia. Kun viimeinen vieras on lähtenyt, voi alkaa purku- ja jälkimarkkinointivaihe. (Vallo

ym. 2012, 163-164.) Jälkimarkkinointivaiheeseen kuuluu kiitosten lähettäminen mukana olleille, palautteen kerääminen ja sen käsittely sekä yhteenvedon kokoaminen. Kiitosten lähettämällä tapahtuman järjestäjät osoittavat osallistujille, että arvostivat heidän osallistumistaan tapahtumaan. Tapahtuman aikana kerätty palaute antaa järjestäjille tietoa siitä, mikä meni hyvin ja missä olisi ollut parannettavaa sekä antaa oppia tulevien tapahtumien varalle. (Vallo ym. 2012, 180-181.)

Onnistuneen tapahtuman voi aistia. Sen tuntee sielussa asti ja kun tapahtuma on onnistunut, siinä ovat ajatus ja tunne kohdallaan. Onnistunut tapahtuma vastaa kolmeen strategiseen kysymykseen: miksi tapahtuma järjestetään, kenelle tapahtuma järjestetään, mitä järjestetään ja missä ja milloin se järjestetään. Onnistunut tapahtuma vastaa myös kolmeen operatiiviseen kysymykseen: miten tapahtuma järjestetään, millainen on tapahtuman ohjelma tai sisältö ja kuka toimii tapahtuman isäntänä. Seuraavissa kappaleissa käsiteltyihin kysymyksiin vastaaminen on tapahtuman toteuttamista. Näiden kysymysten tulee olla yhtä vahvassa, tasa-arvoisessa asemassa tapahtumaa järjestettäessä. Jos näin ei ole, tapahtumasta voi tulla tasapainoton. Lähtökohdat onnistuneelle tapahtumalle ovat silloin hyvät, jos tapahtumaa suunniteltaessa on käyty läpi kaikki nämä kuusi kysymystä ja niihin on haettu vastaukset. (Vallo ym. 2012, 101-106.)

On pohdittava perusteellisesti, miksi tapahtuma järjestetään ja mitä organisaatio haluaa sillä viestiä. Täytyy olla selkeästi mielessä mikä on tapahtuman tavoite ja viesti. Jos näihin strategisiin kysymyksiin ei osata vastata, on järkevämpää olla järjestämättä kyseistä tapahtumaa. Kohderyhmä on tärkeää määrittää. Kenelle tapahtuma järjestetään ja miten hyvin kohderyhmä sekä heidän kiinnostuksen kohteensa tunnetaan. Miten kohderyhmän voisi tavoittaa ja miten tavoite saadaan perille juuri tälle kohderyhmälle. Lähtökohdat eli kysymykset mitä, missä ja milloin ovat olennaisia kysymyksiä. Mitä järjestetään ja millainen tapahtuma halutulle kohderyhmälle on oikea. Onko tapahtuma asia- vai viihdetapahtuma. Pitää myös päättää tapahtuman paikka ja ajankohta. Näihin edellä mainittuihin kysymyksiin tulee olla vastaus tapahtuman järjestäjillä, jolla on tarve tai halu järjestää kyseinen tapahtuma. Kolmesta strategisesta kysymyksestä kumpuaa yleensä vastaus siihen, mikä on tapahtuman idea. Idea on peruspilari, jonka päälle tapahtuman loput osat rakennetaan. (Vallo ym. 2012, 101-106.)

Operatiivisia kysymyksiä on tapahtumaa järjestettäessä kolme. Kysymyksistä ensimmäinen liittyy tapahtumaprosessiin. Miten tapahtuma toteutetaan? Tässä tulee huomioida se, että tavoite saavutetaan ja haluttu viesti saadaan välitettyä. Miten idea ja teema saadaan näkyväksi koko tapahtuman ajan? Tulee myös pohtia, millainen on tapahtuman sisältö ja ohjelma. Ne riippuvat tietysti tapahtuman tavoitteesta, tapahtumalla välitettävästä viestistä sekä valitusta kohderyhmästä. On hyvä pohtia, löytyykö omasta organisaatiosta esiintyjä vai tarvitaanko ulkopuolisia työntekijöitä. Viimeinen operatiivinen kysymys liittyy vastuuhenkilöihin. Kuka ja ketkä tapahtumaa järjestävät. Heille tulee olla selvää, että tapahtumalle on

aito tarve, eikä sitä järjestetä vain hovin tai tavan vuoksi. Näistä kysymyksistä muodostuu vastaus siihen, mikä on tapahtuman teema. (Vallo ym. 2012, 101-106.)

## 4.2 Tapahtuman suunnittelu

Tämä opinnäytetyö on luonteeltaan projektiluonteinen kehittämistyö, johon keksimme idean Herra Hakkaraisen talon ja Herra Hakkaraisen täyskysylitolipastilleista muodostuneen mielenlyhtymän pohjalta. Työmme koostuu toiminnallisen tapahtuman suunnittelusta, toteutuksesta sekä tapahtuman raportoinnista. Toiminnallinen tapahtuma toteutettiin yhteistyössä Taito Satakunta ry:n hallinnoiman Herra Hakkaraisen talon kanssa. Ajankohdaksi valikoitui lauantai 23.2.2019, joka asettui sopivasti Etelä-Suomen ja Väli-Suomen koulujen hiihtolomien väliselle viikonlopulle. Mahdollisuus saada potentiaalisesti eniten kävijöitä tapahtumaan kasvoi huomattavasti hiihtolomien myötä. Vastuuhenkilöinä työssämme Herra Hakkaraisen talon puolelta toimi talon markkinointivastaava sekä toiminnanjohtaja. Tapahtuma suunnattiin 3–6-vuotiaille lapsille sekä heidän vanhemmilleen ja huoltajilleen, mutta myös vanhemmille kouluikäisille lapsille pyrittiin kehittämään tekemistä.

Tapahtuman suunnittelu aloitettiin työn tilaajan/yhteistyökumppanin kanssa käydyssä palaverissa, jossa sovittiin tapahtuman ajankohta sekä sen sisällöstä ja tapahtuman markkinoinnista. Palaverissa sovittiin vastuualueista ja jaettiin työtehtävät opinnäytetyön tekijöiden ja työn tilaajan kesken. Meidän vastuualueeseen kuului toiminnalliseen tapahtumaan aktiviteettien suunnittelu sekä toteutus ja tekstin tuottaminen markkinointimateriaaleihin. Työn tilaajan ja yhteistyökumppanimme, Herra Hakkaraisen talon markkinointivastaava vastasi tapahtuman markkinoinnista ja hioi kirjoittamamme markkinointimateriaalin sellaiseen muotoon, että ne soveltuivat Herra Hakkaraisen talon imagoon. Kaikki tapahtumaan sisältyneet aktiviteetit sekä materiaalit olivat meidän vastuullamme, mutta tapahtuman markkinoinnista ja markkinoinnin ulkoasusta vastasi täysin Herra Hakkaraisen talon markkinointivastaava. Itse tapahtumassa meidän vastuullamme oli toiminnallisista pisteistä huolehtiminen ja kaikkiin suunterveyteen liittyviin kysymyksiin vastaaminen. Herra Hakkaraisen talon henkilökunta vastasi itse talon normaalista toiminnasta.

Tapahtuman suunnittelua jatkettiin työnjaon jälkeen ryhmäkoon miettimisellä ja sillä, kuinka saisimme taloon tarpeeksi asettamaamme ikäryhmään soveltuvia kävijöitä. Tapahtuman oli tarkoitus olla toiminnallinen, joten se asetti hyvät raamit päivän aktiviteeteille. Ikäryhmäksi rajautui 3–6-vuotiaat alle kouluikäiset lapset, mutta varaudumme myös siihen todellisuuteen, että päivän aikana lapsia kävisi luultavasti myös ikäryhmän ulkopuolelta. Suunnitelimme päivän toiminnalliset aktiviteetit kuitenkin asettamallemme ikäryhmälle, eli 3–6-vuotiaille soveltuviksi. Herra Hakkaraisen talon toiveet tapahtumalta oli, että saisimme taloon maksavia asiakkaita hiljaisena talviaikana ja lisäisimme ihmisten tietoutta, että tällainen paikka on olemassa.

Toiminnallista tapahtumaa mainostettiin näkyvästi ennen tapahtumapäivää muun muassa hammashoitoloihin jaetuilla mainoslehtisillä ja Herra Hakkaraisen talon omilla Facebook sivuilla. Alla olevasta listasta tulee julki markkinoinnin ja tiedotusten päivämäärät sekä kohteet, joissa tapahtumaa mainostettiin.

30.1.2019 Pirkanmaan alueen, Turun Sanomat, VisitSastamala, VisitTampere- menokalenteriin tiedotteet.

30.1.2019 alkaen Facebook ja Instagram päivitykset

1.2.2019 MailChimpillä uutiskirje lähetetty kaikille kyseisen palvelun tilaajille

4.2.2019 Toiminnalliseen päivään eli *"Herra Hakkaraisen talossa häädetään hammaspeikot"* painottuvat flyerit jaettu hammashoitoloihin, josta ne on lähetetty eteenpäin kaikkiin Sastamalan alueen hammashoitoloihin

6.2.2019 Suuhygienistiopiskelija Kiia Vahekosken antama haastattelu paikallislehti Alueviestiin

8.2.2019 Julisteet paikallisiin kauppoihin, matkailuneuvontaan ja Hesburgeriin

12.2.2019 Lehdistö tiedote Pirkanmaan, Satakunnan ja Varsinais-Suomen lehtiin sekä Ellivuoren hotellin televisio- infotauluihin mainos

12.-23.2.2019 Facebookissa ja Instagramissa maksettua markkinointia, joka kohdistettu viikon 8 lomailijoille.

13.2.2019 Paikallislehti Alueviestissä painettu mainos

21.-28.2.2019 Alamedian medioissa (Iltasanomat, Aamulehti ja paikallislehdet) Tampereen alueella natiivimainontaa, eli kaupallisena yhteistyönä näkyvä artikkeli

20.2.-1.3.2019 Facebookissa ja Instagramissa maksettua markkinointia kohdistettuna viikon 9 lomailijoille.

Tapahtumaa mainostaaksemme, tiedustelimme olisiko paikallinen lehti Alueviesti ollut halukas tekemään tapahtumaan liittyvän jutun lehteen. Painotimme, että aihe on tärkeä ja ajankohtainen monille. Tiedustelimme olisiko jutun mahdollista ilmestyä ennen tapahtumapäivää, jotta mahdollisimman moni tietäisi tulle paikalle. Tapahtumasta tehtiin ennakkojuttu Alueviestiin, jossa haastateltiin toista opinnäytetyön tekijöistä, Kiia Vahekoskea. Haastattelu ilmestyi keskiviikkona 6.2.2019 ja sen kirjoitti Alueviestin toimittaja.

Saatuamme vahvistuksen siitä, että toiminnallinen tapahtuma saadaan järjestymään, olimme sähköpostitse yhteydessä kolmeen suunterveydenhoitotuotteisiin erikoistuneeseen yritykseen, joilta tiedustelimme mahdollisuutta saada tuotenäytteitä tapahtumaamme. Iloksenne saimme tuotenäytteitä kaikilta yrityksiltä, joihin olimme yhteyksissä tapahtumaan liittyen. Mukaan yhteistyöhön lähti Cloetta, Oxygenol sekä Colgate. Yritysten innokkuus olla mukana tukemassa tapahtumaamme viesti meille, että tällaiselle tapahtumalle oli todellakin kysyntää. Cloetta on ksylitolituotteiden asiantuntija. Cloettan tunnetuimpiin suun hyvinvointiin jo vuosikymmenien ajan vaikuttaneisiin tuotteisiin lukeutuu muun muassa Xylitol- Jenkki ja Läkeröl Dents sekä lapsiperheissä tunnettu täysksylitolituote- Herra Hakkaraisen pastillit ja purukumit. Oxygenol on suomalainen suuhygieniasarja, jonka hammastahnat ja suuvedet

valmistetaan Bernerin tehtaalla, Heinävedellä. Oxygenol valmistaa sekä aikuisten että lasten hammastahnoja ja heidän Herra Hakkaraisen kuvaa kantava lasten fluoritahna sisältää myöskin ksylitolia. Colgaten tuotevalikoimaan sisältyy hammasharjat ja fluorihammastahnat sekä suuvedet.

Yhteistyöhön mukaan lähteneet yritykset soivat meille kunnian järjestää tapahtuman yhteyteen tuotearvonnan sekä ilmaisenäytteiden jakamisen. Kokosimme Cloettalta saamiimme pieniin kestokasseihin kaikilta yhteistyöhön lähteneiltä kumppaneilta saamiimme ilmaisenäytteitä. Oxygenolilta tuotearvontaan päätyi Herra Hakkaraisen hammastahnatuubit, jotka oli suunnattu 2–6 vuotiaille lapsille. Colgate tarjosi arvontaan kuusivuotiaille lapsille suunnattuja hammasharjoja- ja tahnoja. Myös Cloettan tarjoamat Herra Hakkaraisen täysksylitolipastillirasiat- ja purukumipussit päätyivät arvontaan. Tuotearvontaan saatiin koostettua yhteensä 12 kappaletta pusseja, jotka sisälsivät kaikkia edellä mainittuja tuotteita. Arvontavoiton sisältö oli runsas ja arvannon suoritti tunnin välein itse talossa vierailut Herra Hakkarainen.

Toiminnalliset aktiviteetit sijoitettiin eri teemoilla varustettuihin huoneisiin toiminnallisten pisteiden nimellä. Ideat näihin tapahtuman toiminnallisiin pisteisiin saatiin muun muassa sosiaalisesta mediasta sekä aikaisemmin koulutuksessa eteen tulleista ideoista, joista taas suurin osa tuli opiskelijakollegoiltaamme. Herra Hakkaraisen talo on Mauri Kunnaksen lastenkirjoista tutun fiktiivisen hahmon perusteella rakennettu toiminnallinen näyttely, jossa on erilaisilla teemoilla varustettuja huoneita. Yksi huone kuvaa ikään kuin Herra Hakkaraisen taloa, toinen huone perustuu kissakuningas Artturin ritarihuoneeseen ja pääsee näyttelyssä tutustumaan myös avaruusseikkailuun sekä 1800-luvun vanhaan kaupunkiin. Kaikki Herra Hakkaraisen talon toiminnalliset huoneet ja eri teemat ovat Mauri Kunnaksen lastenkirjoihin perustuvia.

Toiminnallisen tapahtuman aktiviteeteista yritimme tehdä mahdollisimman mielenkiintoisia ja lapsia innostavia. Tapahtumapaikka oli suuri ja yhtenäistä tilaa ei juurikaan ollut, joten toiminnalliset pisteet piti suunnitella siten, että meidän jatkuvaa läsnäoloa ei tarvittu. Läsnäolon puutteen korvasimme tekemällä pisteisiin infolappuja, joista kävi ilmi toiminnallisten pisteiden teemat sekä aktiviteetit. Tavoitteena oli assosoida toiminnallisiin pisteisiin ksylitoliin ja suunterveyteen liittyviä teemoja, joista lapset ja heidän huoltajansa saivat mahdollisesti uutta motivaatiota suunterveyden edistämiseen ja ylläpitämiseen. Pisteitä suunniteltaessa yritimme parhaamme mukaan hyödyntää käytössämme olevaa tilaa mahdollisimman innovatiivisesti. Käytössämme oli myös Herra Hakkaraisen talon piha-alue, jota pystyimme käyttämään hyödyksi. Saimme keksittyä viisi pistettä, joissa toiminnallisuus oli vaihtelevaa. Tavoitteena oli tehdä aktiviteeteista ja materiaaleista mahdollisimman yksinkertaisia, selkeitä ja mielenkiintoisia. Tapahtuman suunnittelussa yritimme eläytyä lasten maailmaan ja miettiä sillä tavoin millainen toiminta lapsia kiinnostaisi.

Tapahtumapäivän aikataulu suunniteltiin yhdessä Herra Hakkaraisen talon henkilökunnan kanssa ottaen huomioon tapahtumapaikan aukioloajat ja Herra Hakkaraisen vierailut talossa.

Tapahtuma suunniteltiin alkavaksi lauantaina 23.2.2019 aamulla kello kymmeneltä ja päättyväksi neljältä iltapäivällä. Herra Hakkaraisen oli tarkoitus vierailla talossa tervehtimässä lapsia aina tunnin välein, kello 11:00, 13:00 ja viimeinen vierailu ennen sulkemista kello 15:00. Suunnittelimme yhdessä markkinointivastaavan kanssa, että lapsille jaettaisiin kas-salta, sisäänkäynnin yhteydessä juoksevilla numerolla varustetut arvontalipukkeet, joiden perusteella Herra Hakkarainen tunnin välein suorittaisi tuotearvonnan.

Halusimme liittää opinnäytetyöhömmä tapahtumasta otettuja valokuvia, mutta tätä suunnitellessamme törmäsimme kuvauslupia koskevaan ongelmaan. Kaikilta lapsilta, jotka näkyisivät kuvissa, täytyisi heidän kummaltakin vanhemmalta saada kuvien julkaisuun kirjallinen lupa. Tämä osoittautui ongelmaksi sen vuoksi, että emme voineet tietää missä seurassa lapset tapahtumaan saapuisivat ja jos tapahtumapäivä olisi kovin vilkas, kuinka saisimme kaikilta vanhemmilta tarvittavat luvat. Päädyimme ratkaisuun, jossa suoritimme valokuvauksen ennen tapahtuman varsinaista alkua. Herra Hakkaraisen talon markkinointivastaava, jonka kanssa teimme koko tapahtuman suunnittelun ajan tiiviisti yhteistyötä, lupasi tuoda omat sekä ystävän lapset valokuvattavaksi, jolloin saisimme luvat kuntoon ja valokuvia liitettäväksi raporttiimme.

#### 4.3 Toiminnallisten pisteiden esittely

Koska tapahtumapaikka oli melko suuri ja emme voineet olla henkilökohtaisesti läsnä kaikilla toiminnallisilla pisteillä, päätimme tehdä infolappuja, joihin kokosimme tietoa keskeisimmistä suunterveyteen vaikuttavista teemoista. Infolaput sisälsivät tietoa ksyliitolista, fluorista ja sen saantisuosituksista, ravinnon merkityksestä suun ja hampaiden terveyteen, hampaiden puhdistuksesta sekä yleisiä ohjeita miten pisteillä kuului toimia. Infolappuihin etsimme kuvia internetistä ja teoritiedon saimme samoista lähteistä, joita olemme muutenkin opinnäytetyössämme käyttäneet.

Yhdessä toiminnallisista pisteistä oli aktiviteettina hammaspeikkojen keilaus, ajatuksena oli kaataa keiloja, joiden kyljessä komeilivat huonohampaiset peikot, haastetta peliin toi unissa kävelevän Herra Hakkaraisen väistäminen. Keiloja kaadettiin pehmeällä pallolla, jonka saimme Herra Hakkaraisen talon henkilökunnalta lainaan. Keiloina toimivat mehukattipurkit, jotka olimme maalanneet valkoisiksi ja liimanneet kylkeen hammaspeikkojen- ja Herra Hakkaraisen kuvia. Tämä piste oli tarkoitus järjestää alun perin ulkona piha-alueella, mutta sääolosuhteiden pakosta siirsimme pisteen sisätiloihin. Piste päädyttiin järjestämään hiljaisemmassa ja hieman syrjässä olevassa huoneessa, joka mahdollisti sen, että pystyimme kertomaan lapsille ja etenkin heidän huoltajilleen ksyliitolista sekä suunterveydestä ja mitä suunterveyden edistämisen suhteen voi itse kotona tehdä. Jaoimme hammaspeikkojen keilaamisen yhteydessä lapsille Cloettan tarjoamia pieniä ksyliolinäytteitä sekä Colgatelta saamiimme hammasharjoja- ja tahnoja.

Ravintoon liittyviin pisteisiin saatiin idea sosiaalisesta mediasta. Etsimme internetistä ruoka-aiheisia kuvia sekä Mauri Kunnaksen kuvia Herra Hakkaraisesta ja tulostimme sekä lami-noimme kuvat ja teimme näistä muistipelin. Muistipeliä pystyi pelaamaan itsenäisesti aiemmin mainitun ritarihuoneen pöydällä. Ravinnon merkitystä hampaiden terveyteen kannustimme miettimään myös iloisen ja surullisen hampaan avulla. Kiinnitimme seinään iloisen- sekä surullisen hampaan ja kiinnitimme sinitarralla hampaiden viereen internetistä tulostamiamme erilaisia ruoka-aiheisia kuvia. Ideana oli, että lapset saivat miettiä, mikä on hampaille hyväksi ja mitä ruoka-aineita kannattaisi nauttia harvemmin.

Hampaiden puhdistukseen liittyvän pisteen päätimme sijoittaa Herra Hakkaraisen kotiin. Ideana oli, että kaikki pesevät hampaat yleensä aamuisin sekä iltaisin kotonaan ja Herra Hakkarainen ei ole poikkeus. Hakkaraisen kotiin veimme muovisen lelun, jolle annoimme nimeksi Samuli. Samulilla oli suuret hampaat ja suuri hammasharja, jolla ajattelimme lasten haluavan harjata Samulin hampaita ja näyttävän miten he itse harjaavat hampaansa kotona. Hakkaraisen kotiin teimme myös materiaaleja hampaiden mekaanisesta puhdistuksesta ja kokosimme taulukkoon fluorin saantisuositukset. Kuva Samulista löytyy opinnäytetyön liitteistä.

Mietimme tapahtumaa suunniteltaessa, että olisimme järjestäneet pisteen, jossa olisimme pitäneet pienen luennon ksytilolista. Suunnittelimme pistettä galleria- huoneeseen, pieneen tilaan, jossa normaalisti on esillä Mauri Kunnaksen tuotantoa luettavien lasten kirjojen muodossa ja lapset voivat pienen pöydän ääressä lukea tai värittää värityskuvia. Koska huoneen seinät olivat tumman punaiset ja tila oli hieman hämyinen, saimme ajatuksen toiminnallisesta pisteestä, jonka nimeksi tuli "Kurkista hampaan sisään". Asensimme huoneen ovelle kaksi valkoista verhoa, joista toiseen leikkasimme sopivan reiän sisäänkäyntiä varten. Verhoilla halusimme luoda huoneeseen jännittävän tunnelman, aivan kuin olisimme astuneet suun sisään. Galleria-huoneeseen askartelimme sosiaalisen median innoittamana pahvisen hampaan, joka havainnollisti miltä hammas näyttää sisältäpäin. Pahvisen hampaan avulla pystyimme helpommin kertomaan lapsille mitä hammas käsitteenä tarkoittaa ja miksi on tärkeää pitää hampaista huolta.

Herra Hakkaraisen talon yksi toiminnallisista huoneista liittyi avaruusseikkailuun. Avaruus oli itsessään niin mielenkiintoinen, joten päätimme sijoittaa sinne pisteen, joka ei vaatinut lapsilta liiemmin keskittymistä. Päädyimme sijoittamaan tähän pisteeseen hampaiden puhdistukseen liittyvän teeman. Piilotimme avaruuteen hammasharjoja, jotka lasten täytyi etsiä. Hammasharjoja piilotimme yhteensä seitsemän kappaletta, koska Mauri Kunnaksen lastenkirjoissa Herra Hakkaraisella on yhteensä seitsemän tättiä. Haastetta toi se, kun hammasharjat täytyi löytää pimeässä avaruudessa ja harjat saattoivat olla ihan missä vain.

Tapahtumamateriaaleissa, kuten infolapuissa, muistipelissä sekä palautelomakkeessa käytimme Mauri Kunnaksen kuvituksia Herra Hakkaraisesta, joiden tekijänoikeuksia hallitsee Rights & Brands- niminen yritys. Saimme Herra Hakkaraisen talolta luvan käyttää kuvia

23.2.2019 tapahtumassa, mutta kuvat eivät saa päästä yleiseen jakeluun tapahtuman tai tämän opinnäytetyön kautta. Tästä syystä opinnäytetyön liitteissä näkyvät kuvat ovat hie- man muokattuja siitä, mitä ne näyttivät itse tapahtumassa ja kuvia on liitetty työhön rajoi- tetusti. Työn liitteissä olevat kuvat ovat kaikki Reija Peuraniemen ottamia ja Herra Hakka- raisen talolla on kuviin täysi käyttöoikeus.

Tapahtumapalautteen keräämiseksi tehtiin kyselylomake (liite 1) johon toivoimme toimin- nallisessa tapahtumassa käyvien huoltajien vastaavan. Kyselyn avulla halusimme selvittää mitä mieltä ihmiset, erityisesti lasten huoltajat, tällaisesta tapahtumasta olivat ja mistä he pitivät, mikä oli tapahtumassa parasta ja olisiko tapahtumassa ollut jotain parannettavaa. Parannusehdotukset auttavat kehittämään toimintaa ja jatkojalostamaan toiminnalliseen ta- pahtumaan käyttämiämme ideoita ja ajatuksia. Kysely tehtiin nimellä tapahtumapalaute ja siihen koottiin kuusi kohtaa, joihin kävijät pystyivät vastaamaan lyhyesti.

Kyselyllä haluttiin kartoittaa, viihtyivätkö osallistujat tapahtumassa, oliko tapahtuma odotus- ten mukainen ja osallistuisivatko kävijät uudestaan tällaiseen saman henkiseen tapahtu- maan, jos sellainen joskus järjestettäisiin. Keskityimme kyselylomakkeen kysymyksissä itse tapahtuman kulkuun ja siihen oliko tapahtuma osallistujille mieleinen. Jätimme tietoisesti kyselylomakkeesta tapahtuman pääteemaa ksylitolia ja suunterveyden ylläpitämisen tottu- muksia koskevat kysymykset pois, koska tavoitteenamme oli saada tietää, mitä mieltä osal- listujat olivat itse tapahtumasta ja sen sisällöstä. Jos tavoitteenamme olisi ollut kartoittaa tapahtumassa kävijöiden suunterveyden omahoidon tottumuksia, kuten ksylitolin käyttöä, olisimme koostaneet kyselylomakkeen aivan erilaisilla kysymyksillä.

Tapahtumassa kerätty palaute saatiin tekemämme kyselylomakkeen avulla, joka sisälsi alla listatut kysymykset. Lisäksi vapaan sanan kohdassa sai antaa omia ehdotuksia ja ideoita tapahtuman parantamiseksi.

- Vastasiko tapahtuma odotuksia?
- Kuinka sait tietää tapahtumasta?
- Saitko tapahtumasta uutta tietoa liittyen hampaiden hoitoon tai suunterveyteen?
- Oliko tapahtuman sisältö mielenkiintoinen?
- Tulisitko tällaiseen tapahtumaan uudestaan?

#### 4.4 Toiminnallisen tapahtuman toteutus



## KAAVIO 1. Tapahtuman toteutus

Tapahtuman toteutus tuotettiin kaavion kuvaamalla tavalla. Aloitimme tapahtumaprojektin järjestämisen kokoontumalla Herra Hakkaraisen talon henkilökunnan kanssa palaverin merkeissä. Palaverissa sovimme tapahtuman sisällöstä, aikatauluista sekä kokonaisuuden suunnittelusta. Palaverin jälkeen, sovittuamme kumpaakin osapuolta miellyttävän päivämäärän, aloitettiin tapahtuman markkinointi markkinointivastaavan toimesta. Samaan aikaan me aloimme työstää materiaaleja tapahtumaan. Tapahtumaa edeltävällä viikolla kävimme valmistelemassa tapahtumapaikan sekä laitoimme toiminnalliset pisteet valmiiksi, jotta tapahtumapäivän aamulle jäisi mahdollisimman vähän hoidettavaa. Tapahtuman päätyttyä hoidimme jälkien siivouksen ja kävimme pikaisesti talon henkilökunnan kanssa läpi, kuinka tapahtuma sujui ennen kuin suuntasimme tahoillamme viikonlopun viettoon.

Tapahtuma toteutettiin suunnitelman mukaan lauantaina 23.2.2019, ja ovet olivat auki aamu kymmenestä iltapäivä neljään saakka. Mainonta oli selkeästi tavoittanut oikean kävijäryhmän, sillä tapahtumassa näkyi monen ikäisiä lapsia ja heidän mukanaan vanhempia, isovanhempia ja muita lasten elämässä mukana olevia tärkeitä aikuisia. Olimme optimistia siitä, että tapahtuma vetää kävijöitä hiihtolomien aikaan, mutta ihmisten runsas mielenkiinto ylätti niin meidät kuin Herra Hakkaraisen talon henkilökunnankin positiivisesti. Kävijöitä riitti tasaisena virtana koko päivän ajan.

Päivä toteutui suurilta osin niin kuin olimme suunnitelleet, muutamaa muutosta lukuun ottamatta. Alun perin suunnittelimme piha-alueella järjestettävän hammaspeikkojen keilausta, mutta tapahtumapäivän sääolosuhteet eivät tätä sallineet. Tapahtuman suunnitteluvaiheessa ajattelimme galleria-huoneessa pienen luennon pitämistä ksytilolista, mutta tapahtumapäivä saapui kuitenkin niin pian, ettemme ehtineet saada suunniteltua luentoa valmiiksi. Päädyimme sääolosuhteiden pakosta siirtämään hammaspeikkojen keilauksen ulkoa sisätiloihin, ja tämä saatiin sopivasti sovitettua galleria-huoneeseen, korvaamaan puutteelliseksi jäänyttä luentoa. Tämä ratkaisu osoittautui erittäin toimivaksi siitä syystä, että kuten suunnitelmassa kerroimme, oli toiminnallisen pisteen käytännön kannalta oleellista, että se järjestettiin sisätiloissa, hieman hiljaisemmassa huoneessa, jossa keskustelu sujui helpommin.

Ennen varsinaista tapahtuman alkua, Herra Hakkaraisen talon markkinointivastaavan omat sekä ystävän lapset olivat testaamassa toiminnallisia pisteitä, ja lapset pääsivät myös malleiksi kuviin, joista osa löytyy tämän opinnäytetyön liitteistä. Päädyimme ottamaan tapahtumasta valokuvia ennen tapahtuman alkua, koska kuvissa näkyvien lasten kummaltakin vanhemmalta tuli saada kirjallinen suostumus kuvien käyttöön, joten hoidimme luvat ja kuvaukset etukäteen. Tämä ratkaisu osoittautui toimivaksi, sillä päivässä riitti hulinaa ja kävijämäärä ylitti odotuksemme, joten kuvaus olisi ollut haastavaa hoitaa lupineen tapahtuman aikana.

Toiminnallisten pisteiden suunnittelussa onnistuimme melko hyvin. Se, että suunnittelimme pisteistä sellaisia, ettei niissä tarvittu meidän jatkuvaa läsnäoloa, osoittautui järkeväksi ratkaisuksi. Huomasimme, että ”Kurkista hampaan sisään” nimetyllä pisteellä riitti innokkaita kävijöitä ja se vaati meidän jatkuvaa läsnäoloa, jotta ihmiset uskaltautuivat tulemaan galleria-huoneeseen sisään. Pieniä lapsia tuntui pelottavan huoneeseen sisään astuminen, mutta ksylitolinäytteet, uudet hammasharjat ja hauska peli, jossa sai keilata hammaspeikkoja, rohkaisi monen mielen. Muut pisteet toimivat tekemiemme infolappujen voimin, sillä niissä ei ollut sellaisia aktiviteetteja, jotka olisivat vaatineet meidän henkilökohtaista ohjaustamme. Galleria-huoneessa oli rauhallisempi tunnelma kuin muualla talossa, ja pystyimmekin keskustelemaan siellä lasten ja huoltajien kanssa avoimemmin kuin muissa tiloissa.

Vanhempien ja huoltajien kanssa käydyissä keskusteluissa nousi esille muutamia lasten suunterveyttä askarruttavia asioita. Muutamalla vanhemmalla oli huolen aiheena, miten saada lapsi rohkaistua avaamaan suu hammashoitolassa ja useimmat halusivat tietää, millaisia määriä ksylitolia pitäisi lapsille antaa, sekä minkä ikäiselle lapselle saa antaa purukumia. Monet vanhemmista ja huoltajista kertoivat, millaiset omahoidon tottumukset heillä kotona on, ja lähes kaikilla, jotka kävivät kanssamme juttelemassa, oli ksylitolin käyttö ja säännöllinen hampaiden harjaus jo osana päivittäisiä toimia. Keskustelu tapahtui tapahtumassa kävijöiden omasta tahdosta, ja pidimme yllä rentoa tunnelmaa, jotta meitä oli helppo lähestyä millä aiheella tahansa. Roolimme tällä pisteellä oli olla läsnä, sekä pitää tunnelma rentona ja keskustelu avoimena ja osallistavana.

Avaruuteen piilotetut hammasharjat olivat myös jättimenestys, ja sai lasten mielenkiinnon heräämään. Niin kuin aiemmin tekstissä mainittiin, avarusseikkailu oli jo itsessään niin mielenkiintoinen, että sinne sijoitettavan toiminnallisen pisteen täytyi olla yksinkertainen eikä liiemmin lasten keskittymiskykyä vaativaa. Infolappumme tällä pisteellä oli ehkä hieman epäselvä, sillä lapset irrottivat avaruudesta löytämänsä hammasharjat ja saimme olla jatkuvasti kiinnittämässä niitä uudestaan paikoilleen, jotta seuraavallakin avarusseikkailuun osallistuvalla lapsella oli kaikki seitsemän kappaletta löydettävissä.

Ruokavalioon liittyvä toiminnallinen piste, jossa erilaisia ruoka-aineita pystyi kiinnittämään iloiseen ja surulliseen hampaaseen sen mukaan, uskoiko ruoan olevan hyväksi vai huonoksi hampaille, keräsi myös paljon kiinnostuneita. Oli mukava huomata kuinka lapset ja aikuiset yhdessä pohtivat kumpaan hampaaseen mikäkin ruoka-aine kuului laittaa. Varsinkin pienempien lasten huomasivat kiinnostuvan ravinto-aiheisesta muistipelistä, jota pystyi pelaamaan itsenäisesti ilman meidän läsnäoloa ritarihuoneen pöydällä. Toiminnalliset pisteet, jotka suunnittelimme 3–6-vuotiaille lapsille, tuntui toimivan juuri heidän ikäryhmässään erittäin hyvin.

Keräsimme tapahtumaan osallistuneilta vanhemmilta kirjallista palautetta päivän kulusta ja sisällön mielekkyydestä. Palautteen antaminen oli vapaaehtoista. Kyselylomake koostui kuu-

desta kohdasta, joilla selvitettiin muun muassa tapahtuman onnistuneisuutta, sisällön mielekkyyttä sekä sitä saivatko aikuiset tapahtumasta mitään uutta tietoa lasten hampaiden hoitoon tai suunterveyteen liittyen. Palaute annettiin anonyymisti ja vastaajat pystyivät antamaan myös parannusehdotuksia ja ideoita, jos tapahtuma järjestettäisiin uudestaan. Käymme tässä opinnäytetyön raportointi- ja arviointi luvussa palautelomakkeiden vastaukset läpi kaavioiden avulla.

Olimme tapahtumaa suunniteltaessa sähköpostitse yhteydessä kolmeen suunterveydenhoitotuotteisiin erikoistuneeseen yritykseen, joilta tiedustelimme mahdollisuutta saada tuotenäytteitä tapahtumaamme. Iloksemme saimme tuotenäytteitä kaikilta yrityksiltä, joihin olimme yhteyksissä tapahtumaan liittyen eli Cloettalta, Oxygenolilta sekä Colgatelta. Yritysten innokkuus olla mukana tukemassa tapahtumaamme viesti meille, että tällaiselle tapahtumalle oli todellakin kysyntää. Yrityksiltä saamamme ilmaiset tuotenäytteet päätyivät suurilta osin arvontapalkinnoiksi, jotka jaettiin tapahtumapäivänä Herra Hakkaraisen toimesta kello 11:00, 13:00 sekä 15:00. Arvonnoissa voittaneet lapset olivat silmin nähden onnellisia voitoistaan ja iloisina tutkivat mitä kaikkea tuotepussit pitivät sisällään. Loput tuotenäytteistä jaoimme galleria- huoneessa hammapeikkojen keilauksen yhteydessä.

Järjestämäämme opinnäytetyön toiminnalliseen tapahtumaan osallistui yhteensä noin 200 henkilöä, joista suurin osa koostui lapsista. Tarkan kävijämäärän saimme tietoon myytyjen lippujen sekä lapsille jaettujen arvontalipukkeiden määrästä. Tapahtuman mainonta ja markkinointi oli tavoittanut selkeästi oikean asiakasryhmän, ja kävijöitä saapui tapahtumaamme sankoin joukoin tasaisena virtana koko päivän ajan. Olimme varautuneet suureen kävijämäärään, mutta 200 henkilöä ylitti sekä meidän, että Herra Hakkaraisen talon henkilökunnan odotukset positiivisesti. Runsas kävijämäärä todisti sen, että tällaisille tapahtumille olisi varmasti jatkossakin kysyntää.

#### 4.5 Arviointi

Tapahtuman järjestämisen jälkeen on tärkeää saada tietää, millaisena osallistujat kokivat tapahtuman. Tärkeää on huomioida myös se, saavutimmeko aiemmin asettamamme tavoitteet tai olisiko jotain voinut tehdä toisin, sekä mikä oli osallistujien mielestä tapahtumassa onnistunutta. (Vallo ja Häyrinen 2012, 184.) Muun muassa näitä asioita arvioimme tapahtuman kävijöiltä kerättyjen palautteiden avulla. Arviointimenetelmänä toimi myös oma havainnointimme, jota teimme tapahtuman aikana seuraten tapahtumaan osallistuneiden tunnetiloja ja heidän viihtyvyyttä päivän aikana.

Vallon ja Häyrisen (2012, 157) mukaan onnistuneen tapahtuman järjestämiseen tarvitaan noin kaksi kuukautta aikaa. Tällöin kaiken pitäisi sujua ongelmitta. Jos tapahtuma on järjestetty tätä lyhyemmässä ajassa, vaikuttaa se tapahtuman toteutukseen ja erityisesti laatuun. Järjestimme tapahtuman nopealla aikataululla, alle kahdessa kuukaudessa. Emme olleet

kumpikaan ollut ennen tätä järjestämässä näin suurta tapahtumaa. Herra Hakkaraisen talolle tämä oli myös uutta, joten emme osanneet arvioida kävijämäärää riittävän suureksi. Jos olisimme osanneet arvioida kävijämäärän oikein, olisimme osanneet varata tapahtumaan enemmän henkilökuntaa ja itse tapahtuman järjestämiseen olisimme varanneet enemmän tekijöitä, jopa yksi opinnäytetyön tekijä lisää olisi tullut tarpeeseen, nyt kun tapahtumaa arvioi jälkikäteen.

Havaitsimme, että pisteitä suunniteltaessa meidän olisi pitänyt ottaa asiakkaiden vapaa liikuminen talossa vieläkin paremmin huomioon. Esimerkiksi ”Kurkista hampaan sisään”-toiminnallinen piste tuntui osaa lapsista hieman pelottavan. Huoneen ovena oli kaksi valkoista verhoa, joiden läpi huoneeseen astuttiin, huoneessa oli myös hieman hämärä tunnelma punaisten seinien takia, joka loi hämyisen ja ehkä vähän jännittävän tunnelman, joka pienimpiä lapsia tuntui hieman pelottavan. Piste kuitenkin kiinnosti lapsia ja usein huone oli täynnä ihmisiä, joista osa tuli keilaamaan hammaspeikkoja nurin useampaan otteeseen. Iloksemme osa vanhemmista tuli myös aktiivisesti juttelemaan ja kysymään neuvoja erilaisiin hampaisiin ja suunterveyteen liittyviin mieltä askarruttaviin ongelmiin.

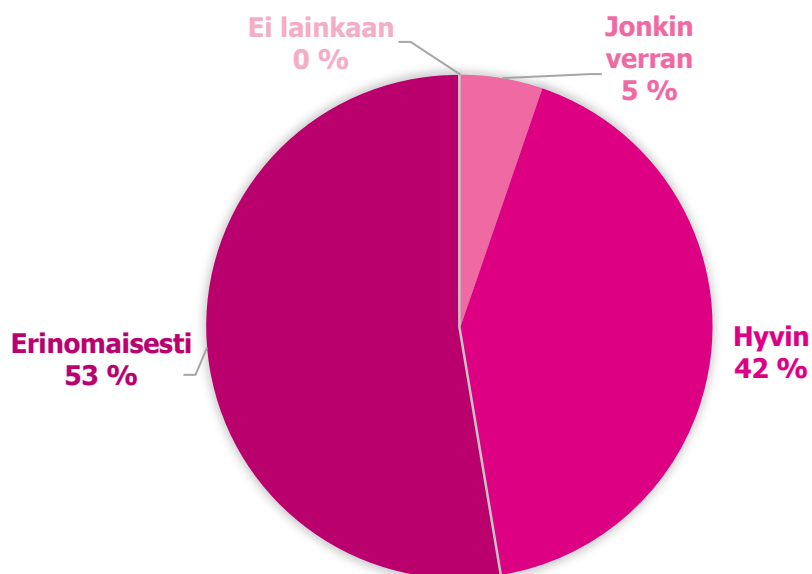
Ongelmakohdiksi osoittautui paperisten ohje- ja infolappujen huono kestävyys, etenkin ruokavalioon liittyvän pisteen yhteydessä. Iloinen ja surullinen hammas kiinnitettiin seinään ja kun ihmiset kiinnittivät ja poistivat hampaista laminoituja, sinitarralla kiinnitettäviä ruoka-aineita, paperista tehdyt hampaat kärsivät pahoin. Huomasimme myös lasten siirtelevän ja irrottelevan tavaroita paikaltaan, mutta siihen olisimme voineet vaikuttaa antamalla selkeämmät ohjeet lapsille sekä erityisesti heidän mukana olleille huoltajilleen.

Olisimme voineet ottaa paremmin huomioon talviset sääolosuhteet tapahtuman toiminnallisia pisteitä suunniteltaessa. Ulkona tapahtuva toiminta piti lopulta jättää suorittamatta ja siirtää sisätiloihin, vaarallisen liukastumisriskin takia. Alun perin ulkona tapahtuva hammaspeikkojen keilaus piti siirtää sisätiloihin, joka vei tilaa toiselta suunnittelemaamme pisteeltä, mutta loppujen lopuksi asiat loksahdivat paikoilleen varsin hyvin ja alun perin suunnittelemaamme piste ei olisi noin suuren kävijämäärän aikana onnistunut. Piste, joka jouduttiin siivuttamaan, olisi ollut pieni luennon tapainen toiminta, jossa olisimme kertoneet ksylitolista ja sen vaikutuksista. Saimme kuitenkin kerrottua ksylitolista lapsille ja huoltajille samalla kun he tulivat ”Kurkista hampaan sisään” -pisteelle keilaamaan hammaspeikkoja ja hakemaan täysksylitolinäytteitä.

Vallo ja Häyrinen toteavat kirjassaan, että tapahtumia tehdään ihmiselle ja siinä mielestämme onnistuimme vallan mainiosti. Tapahtuman avulla vaikutetaan suoraan ihmiseen, kuten Vallo ja Häyrinen (2012, 241.) toteavat. Myös tässä tapahtumassa pyrittiin vaikuttamaan lapsiin ja huoltajiin jakamalla tietoutta suunterveydestä ja keinoista, joilla edistää sitä. Onnistuimme tässä tavoitteessa mielestämme varsin hyvin. Saamamme palaute tukee tätä ajatusta.

Palautetta saatiin kerättyä yhteensä kahdeltakymmeneltä kävijältä, joka on vähäinen määrä kokonaiskävijämäärään verrattuna, mutta saimme tästä otoksesta sekä päivän aikana tehdystä havainnoista melko selkeän kuvan tapahtuman onnistumisesta. Lasten kasvoilla näkyvä leveä hymy sekä riemun kiljahdukset ovat palaute, joille annamme erittäin suurta arvoa tapahtuman arvioinnissa. Olihan kyseessä kuitenkin lapsille järjestettävä toiminnallinen tapahtuma ja tavoitteena oli saada lapset viihtymään ja saamaan positiivisia ajatuksia hampaiden omahoidosta. Kokosimme palautelomakkeen vastaukset kaavioihin, jotka avaamme seuraavaksi.

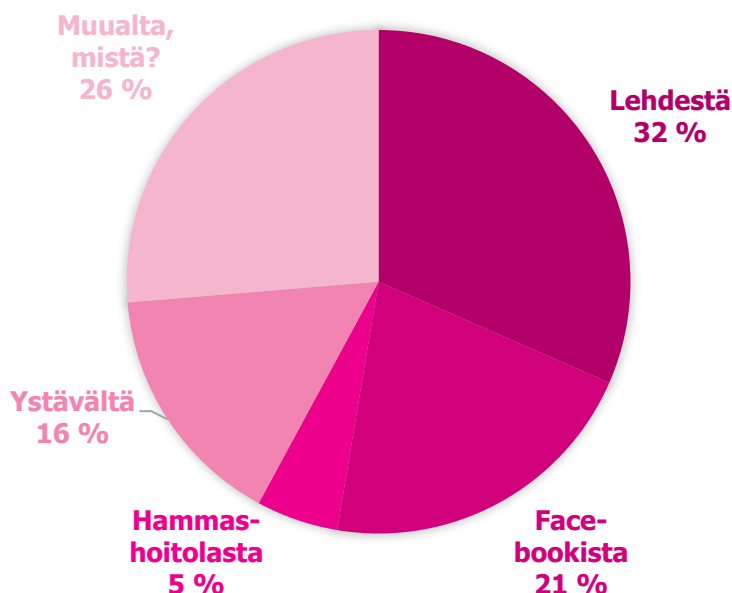
Kysymys 1. Vastasiko tapahtuma odotuksiasi? Vastaajista 53 % vastasi tapahtuman vastaavan odotuksia erinomaisesti, 42 % hyvin ja 5 % kävijöistä koki tapahtuman vastaavaan odotuksia vain jonkin verran. Runsas positiivinen palaute kertoi meille, että yhdessä Herra Hakkaraisen talon väen kanssa toteutettu markkinointi oli ollut asiallista, eikä yltiöpäisesti liioittelevaa.



KAAVIO 1. Vastasiko tapahtuma odotuksiasi? ( $n=20$ )

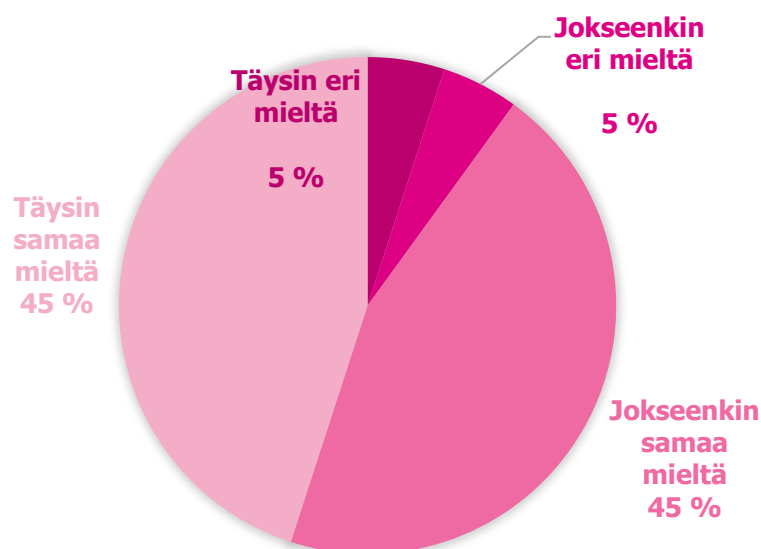
Kysymys 2. Kuinka sait tietää tapahtumasta? Vastausvaihtoehdot olivat lehdestä, Facebookista, hammashoitolasta, ystävältä sekä muualta, mistä. Vastausvaihtoehdot muodostuivat lähteistä, joissa mainostimme järjestämäämme toiminnallista tapahtumaa. Vastaajista suurin osa, eli 32 % oli saanut tiedon tapahtumasta lehdestä, 21 % nähnyt ilmoituksen Facebookissa, Herra Hakkaraisen talon virallisilla Facebook-sivuilla ja 16 % oli kuullut tapahtumasta ystävältä. Ainoastaan 5 % tapahtumaan osallistujista oli saanut tiedon hammashoitoloihin jaetuista flyereistä. 26 % vastaajista oli saanut tiedon muualta ja moni oli saanut tiedon internetistä suoraan Herra Hakkaraisen talon nettisivuilta. Osa oli törmännyt ilmoitukseen Instagramissa ja muutama vastaajista oli saanut kuulla tapahtumasta vaimoltaan.

Iloksemme saimme kuulla, että mainontamme oli aiheuttanut keskustelua aiheesta kodeissa vanhempien kesken, mutta myös lasten kanssa jo ennen tapahtumaa.



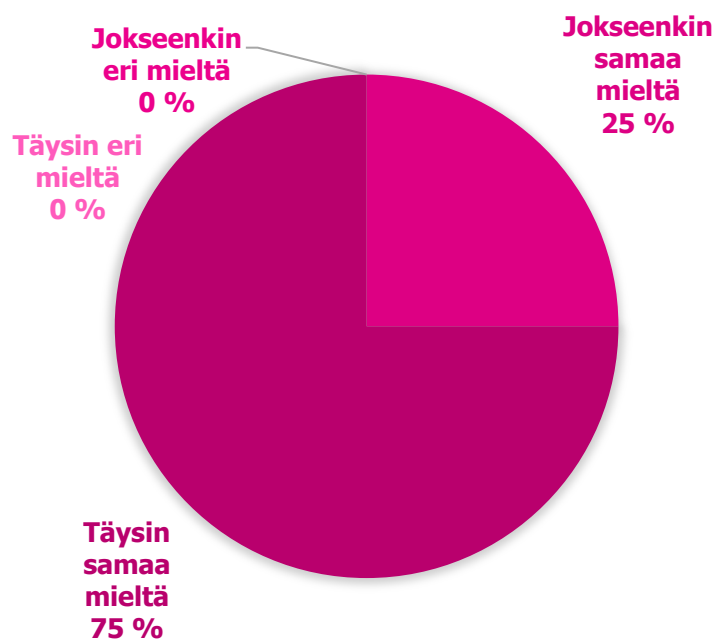
KAAVIO 2. Miten sait tietää tapahtumasta? ( $n=20$ )

Kysymys 3. Saitko tapahtumasta uutta tietoa liittyen hampaiden hoitoon tai suunterveyteen? 45 % vastaajista oli joko täysin samaa mieltä tai jokseenkin samaa mieltä, että saivat tapahtumasta uutta tietoa. 5 % vastaajista oli sitä mieltä, ettei saanut tapahtumasta juuri mitään uutta tietoa ja toiset 5 % ei saanut tapahtumasta lainkaan uutta tietoa. Henkilöt, jotka eivät saaneet uutta tietoa tapahtumasta vaikuttivat olevan suunhoitoalan ammattilaisia, joten normaalia olikin, etteivät he saaneet tapahtumasta uutta tietoa. 90 % vastaajista kertoi saaneensa tapahtumasta uutta tietoa mikä ilahdutti meitä valtavasti. Jos vanhemmista 90 % koki saaneensa tapahtumasta uutta tietoa, voimme lienee todeta, että lapsista jopa useampi.



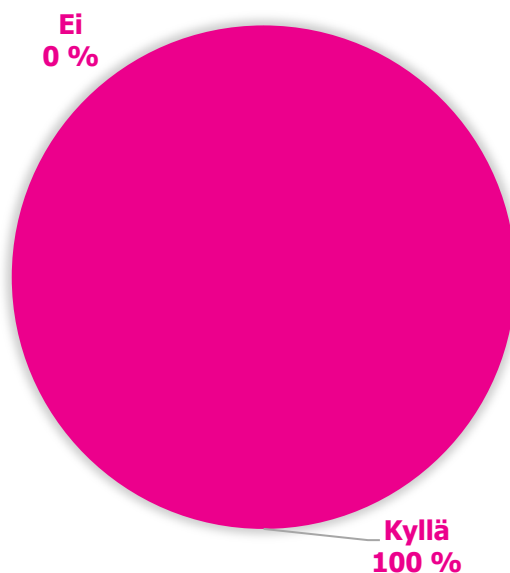
KAAVIO 3. Saitko tapahtumasta uutta tietoa liittyen hampaiden hoitoon tai suunterveyteen?  
( $n=20$ )

Kysymys 4. Oliko tapahtuman sisältö mielenkiintoinen? Suurimman osan kyselyyn vastanneiden eli 75 % mielestä tapahtuma oli mielenkiintoinen ja 25 % piti tapahtuman sisältöä jokseenkin mielenkiintoisena. Tämän kysymyksen avulla havaitsimme, että vaikka kaikki kävijät eivät saaneetkaan uutta tietoa tapahtuman avulla olivat kaikki kävijät kuitenkin sitä mieltä, että tapahtuman sisältö oli mielenkiintoinen. Voimme siis todeta onnistuneemme luomaan mukavan lauantaipäivän kaikille lasten vanhemmille.



KAAVIO 4. Oliko tapahtuman sisältö mielenkiintoinen? ( $n=20$ )

Palautelomakkeen viimeisen kysymyksen avulla haluttiin selvittää, osallistuisiko tapahtuman kävijät tällaiseen tapahtumaan uudestaan? 100 % eli kaikki palautteen antajat osallistuisivat tapahtumaan vielä uudestaan. Tähän kysymykseen saadut vastaukset olivat poikkeuksetta positiivisia ja antoivatkin meille itseluottamusta siitä, että tapahtumassa todellakin onnistuttiin loistavasti.



KAAVIO 5. Tulisitko tällaiseen tapahtumaan uudestaan? ( $n=20$ )

Avoimeen palautteeseen emme saaneet odotetusti juurikaan muita palautteita kuin kiitoksia mukavasta päivästä ja suunterveyden valistamisesta. Yleisesti ottaen olimme erittäin tyytyväisiä saamaamme kirjalliseen vapaaehtoiseen aikuisilta saatuun palautteeseen. Palautteen keräykseen liittyen opimme, että jos jatkossa järjestämme vastaavan tyyppisen tapahtuman, aiomme ottaa mukaan lisää vastauslomakkeita ja organisoida vastausalueen paremmin. Lisäksi vastaajille voisi olla luvassa jokin palkinto, kuten kuppikahvia tai -teetä. Kysymykset voisimme organisoida myös selkeämmin ja strukturoidummin, jotta niitä voisi paremmin käyttää tilastollisin menetelmin tapahtuman jälkeen. Kirjallisen palautteen lisäksi saimme paljon positiivista palautetta suullisesti, sekä pieniltä, että suurilta kävijöiltä, mutta myös työmme tilaajalta eli Herra Hakkaraisen talon henkilökunnalta.

## 5 YHTEENVETO JA POHDINTA

### 5.1 Luotettavuus ja eettisyys

Opinnäytetyöhön liittyy eettisiä ja luotettavuuteen liittyviä kysymyksiä toiminnallisessa päivässä sekä opinnäytetyön raportissa jaettavaan tietoon liittyen. Toiminnallisessa päivässä jaoimme tietoa ksylitolista, hampaiden mekaanisesta puhdistuksesta, karieksesta ja mutansstreptokokkibakteerista, fluorista ja fluorin saantisuosituksista sekä ruokavalion vaikutuksesta suunterveyteen ja hampaisiin. On tärkeää, että tieto perustuu tuoreimpaan ja ajantasaisimpaan tutkittuun tietoon. Opinnäytetyössä jaettavan tiedon on oltava siis tutkittua, perusteltua ja luotettavaa. Keräsimme toiminnallisessa päivässä jaettavaan tietoon teorian tiedon luotettavista lähteistä ja emme muuttaneet tiedon sisältöä niin, että sen luotettavuus kärsisi. Huomasimme kuitenkin, että esimerkiksi tutkimuskenttä fluorin ympärillä on kehittynyt viime vuosina melkoisesti ja esimerkiksi saantisuositukset ovat hieman ristiriitaisia Käypä hoito 2014 -suositusten ja Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen suositusten välillä.

Eettisyys työssämme on myös huomioitu siten, että keräämissämme palautelomakkeissa ei ollut minkäänlaisia henkilötietoja. Lasten huoltajat ja teemapäivään osallistuneet muut henkilöt täyttivät palautteet nimettöminä. Tällä tavoin huomioimme opinnäytetyössämme luotettavuuden ja eettisyyden, kun kyselyihin vastanneet henkilöt pysyvät anonyymeinä. Valokuviiin jouduimme pyytämään lasten vanhemmilta luvan, josta käy ilmi lapsen- sekä vanhempien nimet, mutta näitä tiedostoja emme jaa tässä opinnäytetyössä emmekä muissakaan yhteyksissä. Lupakaavakkeita on käsitelty luottamuksellisesti ja ne hävitetään asianmukaisesti.

Opinnäytetyömme keskeisintä aihetta ksylitolia on suunterveyden kannalta laajasti ja kansainvälisesti tutkittu. Muun muassa (EISahly 2015; Autio-Gold 2005) tutkimuksiin nojaten ksylitolin on todettu vähentävän kariogeenisten mutansstreptokokkibakteerien määrää ja lisääntymistä suussa sekä laskevan jo syljessä olevien mutansstreptokokkibakteerien tasoa. Muun muassa näihin tutkimuksiin olemme syventyneet opinnäytetyön teoriaosiossa ja käymme läpi tutkimuksista löytyvää luotettavaksi todettua teorian tietoa. Opinnäytetyössä käyttämämme lähdemateriaalin olemme esitelleet lähdeluettelossa, josta käy ilmi jokainen käyttämämme lähde.

### 5.2 Oman oppimisen pohdinta

Tavoitteet, joita olimme toiminnalliselle päivälle asettaneet, toteutuivat lähes kokonaan ja toiminnallinen päivä onnistui kokoanisuutena hyvin. Tarkoituksenamme oli suunnitella ja toteuttaa suunterveyden edistämisen ja omahoidon temalla toiminnallinen tapahtuma. Yksi keskeisin tavoite oli vahvistaa vanhempien tietoutta suun hoidosta ja parantaa heidän kyky-

ään huolehtia lasten suunterveydestä ja omahoidosta entistä paremmin. Tärkeimpänä tavoitteena oli kuitenkin opettaa leikin avulla suun omahoitoa ja suunterveyteen myönteisesti vaikuttavista asioita lapsille.

Opinnäytetyö opetti meille työelämäntaitoja sekä yhteistyötä erilaisten organisaatioiden kanssa. Tapahtuman järjestäminen oli meille kummallekin uusi ja tuntematon osa-alue, mutta se antoi meille hyviä eväitä tulevaan työelämään. Opimme myös, että tapahtuman järjestäminen vaatii aikaa ja siihen on käytettävä resursseja ja varattava aikaa huomattavasti enemmän mitä nyt itse saimme järjestettyä. Toisaalta ensimmäisen tapahtuman järjestäminen on aina hitaampaa kuin seuraavien, joten jatkossa vastaavien tapahtumien järjestäminen tapahtuu varmasti joutuisammin. Opinnäytetyöprosessi opetti meille tieteellisten julkaisujen tulkintaa ja erilaisista lähteistä löytyvien julkaisujen luotettavuuden arvioimista.

Tietoa hakiessamme käytimme tietokantoja kuten Mediciä, PubMediä, Cochrane Libraryä ja koulumme omaa tietokantaa Savonia-Finniaa. Hakusanoina käytimme muun muassa sanoja: ”xylitol and oral health and child” ja ”health education”. Näillä hakusanoilla tutkimustietoa löytyi todella paljon. Meille vaikeudeksi osoittautui löytää olennainen tieto kaiken saatavilla olevan tiedon joukosta. Tiedonhakuvaiheessa lähdimme etsimään tietoa lasten kehityksestä, joka ei ollutkaan opinnäytetyömme kannalta oleellista. Käytimme myös ”toiminnallinen oppiminen”- hakusanaa, jolla saimme monia esimerkiksi opettajille suunnattuja opuksia, siitä kuinka oppilaita voisi opettaa toiminnallisilla tavoilla. Koska opinnäytetyön aihe on tarkasti rajattu, luovuttiin tuosta hakutermistä ja vaihdoimme sen ”toiminnallisen tapahtuman järjestämiseen”.

Jouduimme luopumaan toiminnallisen oppimisen käytöstä hakusanana, koska muutoin olisimme ottaneet opinnäytetyöhömmme pedagogisen näkökulman ja aihe olisi rönsynnyt liian laajaksi. Tätä opinnäytetyötä tehdessä pääsimme tekemään myös opettavaista työelämäyhteistyötä, vaikkei se olekaan alallemme keskeisintä kliinistä työtä. Oli hienoa, että tapahtuman kävijämäärä yllätti positiivisesti myös Herra Hakkaraisen talon henkilökunnan. Aiemmin avatuista palautteista käy selville, että tämänkaltaisille teemapäiville olisi kysyntää ainakin Herra Hakkaraisen talossa myös jatkossa. Olemme myös luottavaisia, että vastaavan tapahtuman järjestämiselle on kysyntää ja tarvetta kaikkialla Suomessa.

### 5.3 Opinnäytetyön merkitys

Tämä opinnäytetyöprosessi opetti meille käytännön työelämän taitoja, joita tulemme tulevassa ammatissamme arvostamaan tehdessämme tahoillamme yhteistyötä erilaisten ihmisten ja organisaatioiden kanssa. Toiminnallisen tapahtuman järjestäminen johdatti meitä tapahtuman järjestämisen saloihin, joita myös tulemme mitä luultavimmin vielä tulevaisuudessa jollain tavalla tarvitsemaan. Suuhygienistin ammatti voi pitää sisällään monenlaista ja työtehtävät voivat parhaassa tapauksessa olla hyvinkin monipuolisia. Muun muassa tällaisen

toiminnallisen tapahtuman järjestäminen voi tulla joskus eteen ja silloin opinnäytetyöprosessissa opittuja asioita varmasti arvostaa. Opinnäytetyön merkitys työn tilaajalle eli Taito Satakunta ry, Herra Hakkaraisen talolle luulemme olevan se, että he saivat Herra Hakkaraisen taloon maksavia asiakkaita hiljaisempaan talviaikaan ja saivat ehkä myös sellaisia uusia kävijöitä, jotka eivät olleet aikaisemmin olleet taloa löytäneet. Toiminnallisen päivän ajankohdaksi valittiin juurikin siitä syystä helmikuinen lauantai, että talossa on huomattavasti vähemmän asiakkaita talvikuukausina verrattain vilkkaaseen kesäaikaan. Ajankohta päivälle valittiin Herra Hakkaraisen talon väen toiveiden mukaan, mutta myös opinnäytetyön valmistumisen kannalta päivä osui hyvin sopivaan ajankohtaan.

Kokosimme järjestämämme toiminnallisen tapahtuman vahvuudet, heikkoudet, mahdollisuudet sekä uhkakuvat, joita mietimme tapahtumaa suunniteltaessa SWOT-taulukoon (KUVIO 2.). Jos uhat olisivat toteutuneet esimerkiksi sen kohdalta, että kävijöitä ei olisi tullut tarpeeksi tai että kävijät eivät olisi pitäneet tapahtumaa mielenkiintoisena, olisiko tapahtuma silloin ollut työn tilaajalle niin merkittävä mitä se oli nyt? Eräs uhkakuvista pääsi toteutumaan, sillä kävijöitä tuli odotettua enemmän ja jakamamme ksylitoli- ja hammasharjanäytteet eivät aivan riittäneet kaikille. Tämä toki oli niin sanotusti positiivinen ongelma, joka ei aiheuttanut suurta uhkaa tapahtuman onnistumisen kannalta. Tapahtuman monipuolinen ja kattava mainonta, Herra Hakkaraisen talon hyvä ja tunnettu maine sekä pätevä henkilökunta ja motivoituneet opinnäytetyön tekijät toimivat tapahtuman suurena vahvuutena niin kuin olimme ajatelleetkin.

SWOT-taulukoon kokoamamme vahvuudet toteutuivat, sillä runsas kävijämäärä todisti tapahtuman monipuolisen ja kattavan markkinoinnin tuottaneen tulosta sekä motivoituneet opiskelijat sekä hyvät tilat tapahtuman järjestämiseen takasivat onnistuneen tapahtuman. Mahdollisuuksiin listaamistamme asioista innovatiivisen ilmapiirin luominen onnistui mielestämme hyvin, tapahtumassa oli tilaisuus oppia uutta ja osallistaa vanhempia lasten suunterveydenhoitoon. Tapahtumasta on mahdollisuus luoda toistuva toimintamalli, jos toimeksiantajamme Herra Hakkaraisen talo niin haluaa. Toiminnalliset pisteet ja materiaalit ovat kopioitavissa ja tapahtuma on mahdollista järjestää myös uudestaan porukalla, joka ei koostu tämän opinnäytetyön tekijöistä.

<p><b>VAHVUUDET</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tapahtuman monipuolinen ja kattava markkinointi</li> <li>• Herra Hakkaraisen talon / Taito Satakunta ry:n hyvä maine organisaationa</li> <li>• Pätevä ja kokenut henkilökunta</li> <li>• Motivoituneet opiskelijat</li> <li>• Opiskelijoiden hyvä ohjaus</li> <li>• Hyvät tilat tapahtuman järjestämiseen</li> <li>• Hyvät resurssit</li> </ul>	<p><b>HEIKKOUEDET</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Epätietoisuus kävijämäärän suuruudesta</li> <li>• Tapahtuman ainutkertaisuus (vastaavaa ei ole aiemmin järjestetty, on vaikea ennakoida miten "rastit" toimivat käytännössä, miten tarvittavat materiaalit riittävät ja-koon.)</li> </ul>
<p><b>MAHDOLLISUUDET</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Luodaan innovatiivinen ilmapiiri oppia uutta ja osallistaa lapsia ja vanhempia lastensa suun-terveydenhoitoon.</li> <li>• Mahdollisuus jatkuvaan toiminta- malliin</li> <li>• Yhteistyökumppanin Taito Satakunta ry:n mukaanotto teko- ja suunnitteluprosessiin</li> </ul>	<p><b>UHKAT</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ei saada tarpeeksi kävijöitä</li> <li>• Rastit eivät ole asiakkaiden mielestä toimivia tai opettavaisia</li> <li>• Kävijöitä tulee odotettua enemmän ja ksyliitoli-näytteet ja jaettavat hammasharjat ym. lop-puvat kesken.</li> <li>• Lyhyellä aikataululla jär-jestetty tapahtuma</li> </ul>

KUVIO 2. SWOT-taulukko

#### 5.4 Kehittämissideat

Teemapäivän järjestämisessä helpottava tekijä olisi esimerkiksi se, että teemapäivään osallistuneet lapset olisivat olleet suunnilleen samaan ikäryhmään kuuluvia. Sisällön ja rastien suunnittelu saman ikäisille lapsille olisi huomattavasti helpompaa, koska he olisivat kehitykseltään samalla tasolla. Kyseistä teemapäivää voisi kehittää esimerkiksi siten, että se järjestettäisiin yhteistyössä Sastamalan kaupungin kanssa, jolloin mukaan saataisiin enemmän

yhteistahoja. Teemapäivän järjestämisen lisäksi voisi myös suunnitella kotiin mukaan jaettavat tietopaketit kertaukseksi päivän aikana käsitellyistä asioista ja teemoista. Suun omahoidon teemapäivän kehittämiseksi vaadittaisiin mukaan enemmän suunterveydenalan ammattilaisia tapahtumaa järjestämään, jotta tietoutta lapsille ja heidän huoltajilleen voitaisiin jakaa paremmin. Opettavaisemman teemapäivästä voisi tehdä vielä konkreettisemmat esimerkit toiminnallisilla pisteillä, esimerkiksi ksylitolin maistelu ksylitolikiteiden avulla voisi tuoda tapahtumaan mukavan lisän.

## LÄHTEET

- Aro, A. 2015. Ksylimoli, sorbitoli ja aspartaami. 100 kysymystä ravinnosta. Duodecim terveyskirjasto. [Viitattu 2019-02-06]. Saatavissa: [https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=skr00068](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=skr00068)
- Autio-Gold, J. 2005. Caries prevention in high- risk preschool children in the United States. Väitöskirja. Oulun hammaslääketieteellinen laitos. [Viitattu 2019-02-17]. Saatavissa: <https://herkules oulu.fi/isbn9514277058/>
- EISahly, M. 2015. Relationship between oral microbiota, caries and daily habits, with special reference to Xylitol. Väitöskirja. Turun hammaslääketieteellinen laitos. [Viitattu 2019-02-17]. Saatavissa: <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-29-5823-8>
- Fjodorov, J. 2008. Fluori: edut ja haitat. Scientific overview. [Viitattu 2019-02-28]. Saatavissa: <http://docplayer.fi/3003245-Fluori-edut-ja-haitat.html>
- Hiiri, A., Ahovuo-Saloranta, A., Nordblad A., ja Mäkelä M. 2006. Pit and fissure sealants versus fluoride varnishes for preventing dental decay in children and adolescents. Cochrane Database of Systematic Reviews 2006
- Honkala, S. 2015. Suun mikrobit. Teoksessa: Heikka, H., Hiiri A., Keskinen, H., Honkala, S. ja Sirviö, K. (toim.) 2015., Terve suu. Helsinki: Duodecim, 37-39.
- Isokangas, P., Söderling, E., Pienihäkkinen, K., Alanen, P. 2000. Occurrence of Dental Decay in Children after Maternal Consumption of Xylitol Chewing Gum, a Follow-up from 0 to 5 Years of Age. [Viitattu 2019-03-02].
- Keskinen, H. Ravinto ja suun terveys. Teoksessa: Heikka, H., Hiiri A., Keskinen, H., Honkala, S. ja Sirviö, K. (toim.) 2015., Terve suu. Helsinki: Duodecim, 56-72.
- Korhonen, A. 2018. Onnistuneen tapahtuman perusteet. [Viitattu 2019-02-14]. Saatavissa: <https://cdn2.hubspot.net/hubfs/4397742/Onnistuneen%20tapahtuman%20perusteet%20opas%201,%202.0.pdf>
- Käypä hoito -suositus. 2014. Karies (Hallinta). Duodecim terveyskirjasto. [Viitattu 2018-01-9] Saatavissa: <http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset/suositus?id=hoi50078>
- Käypä hoito -suositus. 2018. Hampaan paikkaushoito. Duodecim terveyskirjasto. [Viitattu 2019-03-19.]. Saatavissa: <http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset/suositus?id=nix02583>
- Lamminen, S. 2018. Vanhempien osallisuus varhaiskasvatuksessa- vinkkivihko. [Viitattu 2019-02-07]. Saatavissa: <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/143534/Vinkkivihko%20vanhempien%20osallisuus%20varhaiskasvatuksessa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Lingström, P. ja Fjellström, C. 2008. Ruokailutottumukset vaikuttavat suunterveyteenmuuttuneet ravinto- ja kulutustottumukset pohjoismaisesta näkökulmasta. Suomen Hammaslääkärilehti. 15, 3, 32-40
- Nayak, P., Nayak, U., Khandelwal, V. 2014. The effect of xylitol on dental caries and oral flora. Clinical, Cosmetic and Investigational Dentistry [Viitattu 2019-02-17]. Saatavissa: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4232036/>
- Norja, E., Laitila, M-L ja Virtanen, J. 2014. Ksylimolipastillien jakaminen päivähoidossa. Suomen Hammaslääkärilehti 9/14, 22-26. [Viitattu 2019-02-06] Saatavissa: [https://www.lehti-luukku.fi/lehti/hammaslaakarilehti/\\_read/09-2014/150418.html](https://www.lehti-luukku.fi/lehti/hammaslaakarilehti/_read/09-2014/150418.html)
- Sirviö, K. 2015. Ksylimoli. Duodecim terveyskirjasto. [Viitattu 2019-02-04]. Saatavissa: [https://www.terveyskirjasto.fi/kotisivut/tk.koti?p\\_artikkeli=trv00019](https://www.terveyskirjasto.fi/kotisivut/tk.koti?p_artikkeli=trv00019)

- Sirviö, K. 2015. Lasten ja nuorten suun terveys. Teoksessa: Heikka, H., Hiiri A., Keskinen, H., Honkala, S. ja Sirviö, K. (toim.) 2015., Terve suu. Helsinki: Duodecim, 121.
- Sirviö, K. 2015. Suun terveydestä huolehtimisen periaatteet. Teoksessa: Heikka, H., Hiiri A., Keskinen, H., Honkala, S. ja Sirviö, K. (toim.) 2015., Terve suu. Helsinki: Duodecim, 48.
- Söderling, E., Isokangas, P., Pienihäkkinen, K., Tenovuo, J. 2000. Influence of Maternal Xylitol Consumption on Acquisition of Mutans Streptococci by Infants. [Viitattu 2019-02-02].
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2016. Syödään yhdessä- ruokasuositukset lapsiperheille. Tampere: Juvenes print- Suomen yliopistopaino OY, 18-20. [Viitattu 2019-03-22.] Saatavissa: [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135907/URN\\_ISBN\\_978-952-302-992-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135907/URN_ISBN_978-952-302-992-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Therapia Odontologica. 2019. Fluori ja fluoridit.
- Tikka, L. 2017. Vanhempien osallisuus varhaiskasvatuksessa. Opinnäytetyö. Metropolia ammattikorkeakoulu. Sosiaalinen koulutusohjelma, 3-5. [Viitattu 2019-02-07]. Saatavissa: <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/136288/Tikka.Liisa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Vallo, H. ja Häyrinen, E. 2012. Tapahtuma on tilaisuus. Helsinki: Tietosanoma, 157-158, 163-164, 180-181.
- Valtion ravitsemusneuvottelukunta. 2018. Terveyttä ja iloa ruoasta- varhaiskasvatuksen ruokailusuositus. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 13-33. [Viitattu 2019-03-22.] Saatavissa: [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135907/URN\\_ISBN\\_978-952-302-992-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135907/URN_ISBN_978-952-302-992-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Valtioneuvoston asetus neuvolatoiminnasta, koulu- ja opiskeluterveydenhuollosta sekä lasten ja nuorten ehkäisevästä suun terveydenhuollosta 2011/338. Annettu 6.4.2011. [Viitattu 2019-02-15] Saatavissa: <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2011/20110338?search%5Btype%5D=pika&search%5Bpika%5D=last%2A>
- Webdento 2019. Fluori on tärkein reikiintymistä ehkäisevä aine. [Viitattu 2019-03-01]. Saatavissa: <https://fi.webdento.com/fluori-hampaiden-hoito/>

## LIITE 1: KYSELYLOMAKE

## TAPAHTUMAPALAUTE

Häädetään hammaspeikot- teemapäivän asiakkaille 23.2.2019

1. Vastasi ko tapahtuma odotuksiasi?



Ei lainkaan



Jonkin verran



Hyvin



Erinomaisesti

2. Kuinka sait tietää tapahtumasta?



Lehdestä



Facebookista



Hammashoitolasta



Ystävältä



Muualta, mistä?

3. Sait tapahtumasta uutta tietoa liittyen hampaiden hoitoon / suun terveyteen?



Täysin eri mieltä



Jokseenkin eri mieltä



Jokseenkin samaa mieltä



Täysin samaa mieltä

4. Tapahtuman sisältö oli mielenkiintoinen?



Täysin eri mieltä



Jokseenkin eri mieltä



Jokseenkin samaa mieltä



Täysin samaa mieltä

5. Parannusehdotuksia ja ideoita tapahtuman parantamiseksi?

---



---



---

Tulisitko tällaiseen tapahtumaan uudestaan?      Kyllä / Ei

KIITOS PALAUTTEESTASI! 😊

Ystävällisin terveisin:

Savonia ammattikorkeakoulun suuhygienistiopiskelijat: Kiia Vahekoski ja Jenna Hämäläinen

## LIITE 2: KUVAUSLUPA

**KUVAUSLUPA 23.2.2019**

Lapsestani \_\_\_\_\_ saa ottaa kuvia.

Kuvauslupa koskee Herra Hakkaraisen talossa 23.2.2019 otettuja kuvia. Kuvia käytetään Kiia Vahekosken ja Jenna Hämäläisen Savonia-ammattikorkeakouluun tekemää opinnäytetyötä varten. Myös Herra Hakkaraisen talolla on kuviin täysi käyttöoikeus.

Lapsen nimeä tai muita tietoja ei julkaista kuvan yhteydessä.

Sastamalassa \_\_\_\_\_

Päivämäärä, huoltajan allekirjoitus ja nimenselvennys

\_\_\_\_\_  
Päivämäärä, huoltajan allekirjoitus ja nimenselvennys

## Hammaspeikoille kyytiä Herra Hakkaraisen talossa

► Suuhygienistiopiskelijat järjestävät lapsille suunnatun teemapäivän Sastamalassa 23. helmikuuta.

● **Pauliina Vilenius**  
pauliina.vilenius@alueviesti.fi

Herra Hakkaraisen talossa annetaan kohta kyytiä hammaspeikoille. Unisakavelijän kodissa vietetään lauantaina 23. helmikuuta toiminnallista teemapäivää, jonka tarkoituksena on edistää lasten suun terveyttä. Päivä on osa suuhygienistiksi opiskelevan sastamalalaislähetoisen Kiia Vahekosken ja hänen opiskelutoverinsa Jenna Hämäläisen opin-

näytetyötä. Vahekoski tuntee Herra Hakkaraisen talon kuin omat taskunsa, sillä hän on tehnyt talossa kesätöitä jo neljänä vuonna.

”Monet yhdistävät Herra Hakkaraisen ksylitol-pastillit taloon, joten mikä olisikaan parempi paikka järjestää tällainen teemapäivä. Talon väki näytti idealle heti vihreää valoa”, hän iloitsee.

■ **TEEMAPÄIVÄN** aikana kävijät saavat roppakappalla tietoa suun ja hampaiden oikeasta hoidosta

ja niiden vaikutuksista terveyteen kokonaisvaltaisesti. Tarkoitus ei missään tapauksessa ole saarnata.

”Tavoite on, että hampaiden pesusta ja hammaslääkärikäynneistä jäisi päivän jälkeen lapsille positiivinen olo, eikä kenenkään ainakaan tarvitsisi pelätä hammaslääkärille menoa.”

Sisälle taloon pystytetään erilaisia pisteitä, joissa tarjotaan tietoisuutta muun muassa fluorista, ksylitolista ja oikeista ruokailutottumuksista sekä pientä tekemistä. Lapset pääsevät esimerkiksi sovitamaan hammaslääkärin ja -hoitajien kasvoja peittäviä maskeja sekä hanskoja.

”Lisäksi on tarkoitus jakaa ksylitol-pastillinäytteitä sekä lapsille hammas-harjoja”, Vahekoski kertoo.

Hän kannustaa vanhempia kiertämään päivän rasti yhdessä jälkikasvunsa kanssa.

”Lasten hampaiden hoito on vanhempien vastuulla. Kun hampaidenpesusta ja hammas-



”Vanhemmat ovat vastuussa jälkikasvunsa suun hoidosta”, viittä vaille valmis suuhygienisti Kiia Vahekoski muistuttaa.

tarkastuksista tulee rutinnia jo pieninä, lapset kasvavat niihin”, hän muistuttaa.

■ **VAHEKOSKEN** suuhygienistiopinnot Kuopion Savonia-ammattikorkeakoulussa ovat viime-

siä harjoittelujaksoja sekä opinäytetyötä vaille valmiit.

”Olen halunnut pienes-

tä pitää terveydenhuoltoalalle, mutta olen niin herkkä etteivät esimerkiksi sairaanhoitajan opinnot olleet vaihtoehto. Tämä ala on vaikuttanut oikein hyvältä valinnalta.”

Mitä eroa on suuhygienistillä ja hammashoitajalla?

”Hyvä kysymys, johon saan vastata usein!” Vahekoski nauraa ja jatkaa:

”Suuhygienisti tekee itsenäistä työtä, kuten poistaa hammaskiveä ja tarkistaa hampaita, ja joissain tapauksissa saattaa jopa tehdä puudutuksia ja ottaa röntgenkuvia. Lisäksi meidän koulutuksemme on ammattikorkeakoulupohjainen ja pidempi.”

Entä miten hampaita siten tulisi hoitaa oikein?

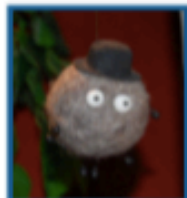
”Harjaamalla fluorihammastahalla kahdesti päivässä kahden minuutin ajan pääsee jo pitkälle.

Aikuisten kohdalla on erittäin suositeltavaa käyttää myös hammaslankaa, sillä hampaiden väliin jää melkoisen suuri määrä puhdistettavaa pinta-alaa”, Vahekoski vinkkaa.

# Lauantaina 23.2.

## **HERRA HAKKARAISEN TALO** ssa

### **hädetään hammaspeikot!**



Astu sisään "hampaaseen", ja saat selville, kuinka hammaspeikot hädetään.



Hampaaseen uskaltaneille matkamuistoksi xylitol-tuotteita



Näyttelyssä erilaisia hauskoja hampaiden hoitoon liittyviä **toimintapisteitä**

Toimintapisteiden tarkoituksena on innostaa lapsia ja heidän aikuisiaan suunhoitoon leikin ja mukavan tekemisen lomassa.



**Herra Hakkarainen** paikalla halaamassa vieraitaan ja heittelemässä ylävitosia 18.2.-2.3. ma-la klo 11, 13 ja 15.



Kuva Visit Tampere, Laura Vanzo



Talvilomaviikoilla 8 ja 9 Herra Hakkaraisen talossa myös Talvi-piknikit ke 20.2. sekä 27.2. Lue lisää nettisivuiltamme ja facebookista.

*Hammaspeikkojen häätäminen hoidetaan yhteistyössä Herra Hakkaraisen talon ja kahden Savonia-ammattikorkeakoulun suuhygienistiopiskelijan kanssa. Päivä on osa heidän opinnäytetyötään.*



**[www.herrahakkaraisentalo.fi](http://www.herrahakkaraisentalo.fi)**

Avoinna ma-pe 10-17 ja la 10-16, liput 6-7 €/hlö.

Marttilankatu 10, Sastamala, Vammala

040-770 3102, [info@herrahakkaraisentalo.fi](mailto:info@herrahakkaraisentalo.fi)

## LIITE 5: KUVIA TOIMINNALLISISTA PISTEISTÄ



Ravintoo liittyvä piste, iloinen ja surullinen hammas. Kuva Reija Peuraniemi



Avaruuteen eksyneet hammasharjat. Kuva Reija Peuraniemi



Kurkista hampaan sisään. Kuva Reija Peuraniemi



Muistipeli ritarihuoneen pöydällä. Kuva Reija Peuraniemi

## LIITE 6: SAMULIN HARJAUSOPETUS



Kuva Reija Peuraniemi