



## **Hälsovårdarens informationsbehov av undervisningsmaterial för självundersökning**

Kvalitativ innehållsanalys om självundersökning av bröst

Farah Rooda

Examensarbete

Barnmorska

2020

EXAMENSARBETE	
Arcada	
Utbildningsprogram:	Barnmorska
Författare:	Farah Rooda
Arbetets namn:	Hälsovårdarens informationsbehov av undervisningsmaterial för självundersökning.
Handledare (Arcada):	Jessica Silfver
Uppdragsgivare:	Föreningen Tunne Rintasi
<p>Sammandrag:</p> <p>Detta examensarbete är ett beställningsarbete från föreningen Tunne Rintasi. Materialet som bearbetas är en enkätundersökning som skolhälsovårdaren har besvarad. Materialet grundar sig på öppna frågor i enkätundersökning där respondenternas svar kan användas som en grund i framställningen av nytt undervisningsmaterial om självundersökning av bröst. Undervisningsmaterialet skall utnyttjas av skolhälsovårdaren i deras arbete vid handledning av självundersökning. Med öppna frågor kartläggs och analyseras hur skolhälsovårdarna upplever det nuvarande materialet samt vad skolhälsovårdarna har för utvecklingsförslag och önskemål att det nya undervisningsmaterialet skall innehålla, vilket är även detta examensarbets syfte. Databassökningen gjordes i Cinahl och 11 artiklar valdes ut. Som komplement användes böcker som stöd för arbetets teoretiska del. Enkätundersökningen skickades till 12 skolhälsovårdaren vilket ledde till 10 respondenter i undersökningen. För att analysera det insamlade materialet användes induktiv metod.</p> <p>Resultatet kodades och grupperades i fyra kategorier med tillhörande underkategorier som identifierades; Empowerment, Kunskap, Hälsöfrämjande arbete och tillgänglighet. Resultatet tyder på att respondenterna upplever att undervisningsmaterialet behöver omformas. Kontinuerliga och aktiva diskussioner om självundersökning kan vara nyckeln till medvetenhet om självundersökning.</p>	
Nyckelord:	Skolhälsovårdare, Tunne Rintasi f.n, empowerment, hälsöpromotion, enkätundersökning, undervisningsmaterial, självundersökning, kunskap.
Sidantal:	30
Språk:	Svenska
Datum för godkännande:	9.11.2020

OPINNÄYTE	
Arcada	
Koulutusohjelma:	Kättilö
Tekijä:	Farah Rooda
Työn ohjaaja (Arcada):	Jessica Silfver
Toimeksiantaja:	Tunne Rintasi oy
<p><b>Tiivistelmä:</b>  Tämä opinnäytetyö on osa tilaustyötä, joka toteutetaan yhteistyössä Tunne Rintasi yhdistyksen kanssa. Käsiteltävä materiaali on kyselylomake, johon koulun terveydenhoitajat ovat vastanneet. Aineisto perustuu kyselylomakkeen avoimiin kysymyksiin, joissa vastaajien vastauksia voidaan käyttää tuotettaessa uutta rintojen omatarkkailujen koskevaa oppimateriaalia. Koulun terveydenhoitajat voivat hyödyntää oppimateriaalia nuorten ohjaukseen.</p> <p>Opinnäytetyön tarkoituksena on kyselylomakkeessa olevien avoimien vastausten perusteella luetella, mitä terveydenhoitajat toivovat, että uudessa opetusmateriaalissa tulisi olla ja samalla kartoittaa kehittämisehdotukset.</p> <p>Tietokantahaku tehtiin Cinahlissa ja 11 artikkelia valittiin. Lähdemateriaalia löytyi myös manuaalisen haun avulla. Opinnäytetyössä käytettiin kvalitatiivista tutkimusmenetelmää. Aineisto on kerätty kyselylomakkeella ja lomaketta jaettiin 12 koulun terveydenhoitajille, näistä 10 ovat vastanneet kyselyyn. Kerätyn materiaalin analysointiin käytettiin induktiivista menetelmää.</p> <p>Tulokset koodattiin ja ryhmiteltiin neljään luokkaan, joihin liitetyt alaluokat tunnistettiin; Empowerment, tietoa, terveyden edistämistä ja saavutettavuus.</p> <p>Tuloksissa nousi esille, että opetusmateriaalia on muutettava. Jatkuva ja aktiivinen keskustelu rintojen omatarkkailusta ja sen merkityksestä voi olla avain itsetietoisuuden kehittämisessä ja omaksumisessa</p>	
Avainsanat:	Koulun terveydenhoitaja, Tunne Rintasi ry, voimaantuminen, terveyden edistäminen, kyselytutkimus, opetusmateriaali, rintojen omatarkkailu, tietoa
Sivumäärä:	30
Kieli:	Ruotsi
Hyväksymispäivämäärä:	9.11.2020

## INNEHÅLL

1. <b>Inledning</b> .....	5
2. Centrala begrepp .....	6
3. <b>Syfte och frågeställningar</b> .....	7
4. <b>Teoretisk referensram</b> .....	7
4.1 Hälsopromotion.....	7
4.1.1 Empowerment.....	8
5. <b>Bakgrund</b> .....	10
5.1. Litteratursökning och urval.....	10
5.2. Tidigare forskning.....	11
5.2.1 Självundersökning.....	11
5.2.2 Hälsöfrämjande arbete.....	13
5.2.3 Hälsöfrämjande arbete på skolor .....	14
5.2.4 Hälsovårdarens inställning om självundersökning.....	15
6. <b>Material och metodbeskrivning</b> .....	15
6.1 Datainsamling och analysmetod.....	16
6.2. Validitet och reliabilitet.....	17
6.3. Etiska överväganden.....	17
7. <b>Resultat och analys</b> .....	18
8. <b>Kritisk granskning och diskussion</b> .....	21
9. <b>Slutsats</b> .....	24
<b>Källförteckning</b> .....	25
Bilaga 1. Enkäten.....	27
Bilaga 2. Skolhälsovårdarnas svar på enkätfrågorna.....	30

# 1 INLEDNING

Detta examensarbete är en del av beställningsprojekt som utövas i samarbete med föreningen Tunne Rintasi. Projektet påbörjades sommaren 2018 av studerandegruppen Harjanne & Wickström. Beställaren av projektet, d.v.s. Tunne Rintasi r.f. strävar efter att på ett adekvat sätt förmedla kunskap och undervisning i självundersökning av bröstet. Tunne Rintasi är en förening som grundades år 1992 med syfte att främja tidigt upptäckt av bröstcancer. Idag uppmuntrar och guidar föreningen självundersökning av bröstet i alla åldrar. Tidig upptäckt av bröstcancer har visat sig underlätta behandlingen av bröstcancer, minska behandlingskostnaderna och minska dödligheten. Aktuella föreningen kommer att förnya deras undervisningsmaterial för självundersökning av bröstet som piloterades hösten 2018. Syftet med detta projekt är att kartlägga hur undervisningsmaterial för självundersökning av bröstet används av skolhälsovårdaren inom Esbo stad och ta reda på om det finns något som kan revideras eller tilläggas i materialet. Det specifika syftet med projektet är att strukturera undervisningsmaterialet i ett sådant format som nyttar skolhälsovårdarna i deras arbete vid undervisning av självundersökning. Tidigare examensarbetegruppen Harjanne & Wickström (2018) har i samverkan med beställaren av arbetet skapat och genomfört en webbenkätundersökning på skolhälsovårdaren i andra stadiets utbildning inom Esbo kommun. De har kartlagt hur skolhälsovårdaren använder och upplever nuvarande material genom en enkätundersökning och bearbetat flervalsfrågor. Vidare kommer författaren i detta arbete att analysera de öppna frågorna i enkäten. Tanken är att utifrån de öppna svaren i enkäten presentera vad hälsovårdarna har för utvecklingsförslag och önskemål att det nya undervisningsmaterialet skall innehålla. Datainsamlingen kommer att analyseras med kvalitativ innehållsanalys och induktiv metod. På basis av resultaten från enkätundersökning och litteraturstudie görs en sammanställning.

## 2 CENTRALA BEGREPP

I detta stycke har skribenten aggregerat viktiga begrepp som kommer att användas återkommande i arbetet. Avsikten med detta är att underlätta läsningen för läsaren.

**Andra stadiets utbildning** - Med utbildning på andra stadiet avses utbildningsnivån efter grundskolan, gymnasieutbildning och/eller yrkesutbildning. I studiens sammanhang menas elever på andra stadiets utbildning ungdomar i åldern 15–18 år.

**Skolhälsovårdare** - En högskoleutbildad person som tar hand om skolelever. Skolhälsovårdaren har som uppgift att främja elevernas hälsa och välbefinnande. Förebyggande arbete har en central roll.

**Projektarbete**- Ett löpande arbete i ett projekt med en tillfällig arbetsuppgift som utförs av en eller några person-/er.

**Förening** - En sammanslutning av personer som bedriver en verksamhet för ett gemensamt mål.

**Pilotera**- Genomföra ett pilot-studie/projekt för att pröva något, t.ex. produkt eller material. Ett pilotstudie används för att initiera utvecklingen och är en första provstudie som görs i en mindre skala en fullvärdig studie.

**Enkät**- Intervjuundersökning som går ut på att de intervjuade personer skriftligen besvarar ställda frågor i ett formulär. Enkät används för opinionsundersökning med syfte att kartlägga de intervjuades inställning till något.

**Hälsopromotion**- Enligt WHO:s definition är hälsopromotion ”den process som gör det möjligt för människor att öka kontrollen över, och förbättra sin hälsa och därmed leva ett aktivt och produktivt liv för att uppnå välbefinnande och livskvalitet”.

### **3 SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNINGAR**

Syftet med detta examensarbete är att kartlägga och analysera de öppna svaren i enkätundersökningen som skolhälsovårdarna har angett.

De forskningsfrågorna som skribenten kommer att utgå från är;

1. Vad anser skolhälsovårdarna vara viktig vid undervisning av självundersökning?
2. Hur vill skolhälsovårdarna att undervisningsmaterialet skall utformas?

### **4 TEORETISK REFERENSRAM**

Som teoretisk referensram för hela arbetet har skribenten valt hälsopromotion för att ge stöd till arbetets syfte och frågeställning. Eftersom denna studie riktar sig till hälsofrämjande arbete är det viktigt att veta hur man går tillväga för att uppnå hälsa. Begreppet empowerment används i detta arbete för att belysa vikten av att själv ta kontroll över sin hälsa och välbefinnande. I detta sammanhang är självundersökning av bröstet en del av hälsofrämjande arbete där empowerment är i central.

#### **4.1 Hälsopromotion**

Enligt Korp (2016) ska hälsopromotion betraktas som en diskurs. Med detta menar författaren att det som vi kallar hälsopromotion är en slags fortlöpande berättelse med några givna sanningar. Det finns flera olika skildringar om hälsopromotion, vilket gör att det inte går att få en enhetlig definition. Detta innebär att begreppet hälsopromotion egentligen inte har ett entydigt svar. Hälsopromotion är ett begrepp som kontinuerligt förhandlas och omformas (Korp 2016, s.8–9).

Korp (2016, s.13) beskriver att hälsopromotion är ett hälsofrämjande arbete som handlar om att hitta strategier för att skapa förutsättningar för hälsa och välbefinnande med utgångspunkt i ett helhetsperspektiv. Korp menar att begreppet hälsopromotion rör sig om livsstilsfrågor, dvs. vad människan gör, tänker och känner i sin vardag. Syftet med hälsopromotion är att sätta in livsstilsfrågorna i ett bredare och större koherens. Författaren

beskriver att människan kan påverka sin hälsa genom medvetna och hälsosamma val, t.ex. ändra sin livsstil och leva mer hälsosamt. Det viktigaste är hälsopromotiva tänkandet, där den enskilda människan själv aktivt styr över faktorer som påverkar sin egen hälsa (Korp 2016, s. 16–17).

Korp (2016, s. 18) nämner att begreppet hälsopromotion kommer från engelskans *Health promotion* som innebär hälsofrämjande översatt på svenska. Det är Världshälsoorganisationen, WHO som lanserade år 1986 följande definition för begreppet: ” Health promotion is the process of enabling people to increase control over, and to improve, their health”. Översatt till svenskan innebär detta att syftet med hälsopromotion är att möjliggöra för människan att öka kontrollen över hennes hälsa och därefter förbättra den. Det som är i central i detta synsätt är individens egna resurser och möjligheter att bestämma, styra och påverka. Det finns en annan definition för begreppet hälsopromotion som är skriven av Michael O'Donnell (1986) som är en redaktör för den vetenskapliga tidskriften *American Journal of Health Promotion*. Redaktören O'Donnells definition är mer specifik jämfört med WHO:s definition. Han definierar hälsopromotion som:

“Health promotion is the science and art of helping people change their lifestyle to move toward a state of optimal health. Optimal health is defined as a balance of physical, emotional, social, spiritual and intellectual health.”

Denna ovanstående definition som O'Donnell introducerar säger att hälsopromotion är vetenskapen och konsten att hjälpa individen att förändra sin livsstil så att hon kan uppnå ett tillstånd av optimal hälsa (Korp 2016, s. 19).

#### **4.1.1 Empowerment**

Begreppet empowerment är en central term inom hälsopromotion. Begreppet växte fram under 1970-talet och har idag flera olika definitioner. Empowerment är ett begrepp som redogör någonting som uppfattas som positivt eller önskvärt, som t.ex. att ge makt åt människor (Korp 2016, s. 91–92).



Empowerment definieras som egenmakt på svenska och innebär att det är individen själv som har makt över sin egen livssituation (Korp 2017, s. 110).

Raeburn & Rootman (1998) uppger fem centrala i begreppet empowerment. Dessa är kontroll, kompetens, självförtroende, bidragande och deltagande (Forsberg, 1997).

### Hälsorelaterad empowerment

Hälsorelaterad empowerment är ett nyckelbegrepp i personcentrerad vård. En studie från McGill University i april 2020 uppger att begreppet hälsorelaterad empowerment definieras i stort sett som en känsla av att kunna hantera ens eget hälsotillstånd och ha en känsla av kontroll över hälsorelaterade frågor och vårdbehov. Mer specifikt är detta begrepp förknippat med en individs känsla av aktivt engagemang i livet, förvärv av tekniska färdigheter relaterade till sjukdomshantering, uthållighet av konstruktiva attityder och positivt känslomässigt välbefinnande. Utöver detta förtroende för att kommunicera och samarbeta med vårdpersonal. Den aktuella studien är skriven av flera forskare bland annat Garland & Ahmed vid medicinska fakulteten och är nyligen publicerad i *Canadian Oncology Nursing Journal*. I studien undersökte forskarna om empowerment i samband med unga vuxnas hälsoupplevelser som befinner sig i avancerade stadier av cancer. Resultaten från studien visar att empowerment är signifikant för deltagarna då de ville hålla kontroll över deras situation trots de många utmaningarna relaterade till avancerad cancer (Garlad, 2020).

Det som nämns i studien är även vikten av hjälpliga insatser. Jämställdhetsstöd / samhällsorganisationer är hjälpinsatser som uppsöks i allt högre grad av patienter, eftersom de tenderar att aktivt främja empowerment genom utbyte av erfarenheter och psykosocialt stöd, vilket hjälper till att tillgodose deras informations- och emotionella stödbehov (Garlad, 2020).

## **5. BAKGRUND**

Detta examensarbete ingår i ett beställningsprojekt som har påbörjats sommaren 2018 av tidigare examensarbetegruppen Harjanne & Wickström. Denna grupp har genomfört en enkätundersökning med syfte att ta reda på hur skolhälsovårdarna upplever och använder nuvarande undervisningsmaterial från projektets beställare. Enkätens innehåll utarbetades i samråd med Tunne Rintasi föreningens sekreterare. När enkätens innehåll var färdig sammansatt godkändes det av både från skolan och föreningen. Slutligen med tillåtelse från Esbo stad skickades enkäten ut till skolhälsovårdarna som jobbar i andra stadies utbildning. Enkätundersökningen bestod av ett elektroniskt frågeformulär som öppnades 23.1.2019 och stängdes 1.2.2019. Frågeformuläret innehöll 12 flervalsfrågor och två öppna frågor. Harjanne & Wickström (2018) har bearbetat och analyserat flervalsfrågorna. Enkätundersökningen skickades till 28 skolhälsovårdaren som jobbar i andra stadiets utbildning. Totalt besvarade 12 skolhälsovårdaren och en skolhälsovårdare har inte fullgjort undersökningen. På basis av svar på de flervalsfrågorna visar resultaten i undersökningen att 92% av skolhälsovårdarna upplever sig ha tillräcklig information om självundersökning av bröstet samtidigt som 58% uppger att de inte har kunskap i att handleda studerande vid självundersökning. Detta eftersom det förekommer brist i arbetsverktyg, ca 70% upplever att läroanstalterna inte har tillräcklig med material och information om självundersökning. Det som framkommer i resultatet är att skolhälsovårdarna använder sig av det nätbaserade undervisningsmaterialet från Tunne Rintasi r.f., men hur de använder materialet framkommer inte då flervalsfrågorna gav entydiga svar på frågorna.

### **5.1 Litteratursökning och urval**

Litteratursökningen genomfördes i databasen CINAHL för att hitta artiklar som motsvarade syftet. Sökorden bestod av Breast-self-examination, primary healthcare workers, Knowledge, attitudes, and behaviors about breast Self-Examination, clinical breast examination, Health promotion practices. Dessa användes i olika kombinationer för att få rikt utbud av litteratur. Det användes även fritextsökning för att få tag på så många artiklar

som möjligt. Sökningen begränsades till engelska artiklar, tillgänglighet med fulltext, tidsintervall mellan 2007–2020. De artiklar som motsvarande arbetets syfte och korresponderade med kriterierna valdes ut för granskning utifrån hur tydligt uppställda studierna var. Med andra ord studiernas typ, syfte, avgränsning och problemformulering analyserades noga. En avgränsning bestod av studier som fokuserar på vårdpersonal som läkaren, sjuksköterskor och hälsovårdare. Andra yrkesgrupper exkluderades. Sökprocessen innebar avgränsande urval där den mest relevanta forskningen inom området användes. Artiklarna lästes igenom upprepande gånger för att få en förståelse för dess innehåll. Skribenten har analyserat och granskat artiklarna i arbetet genom att noggrant och systematiskt läsa respektive artikel för att sedan översätta från engelska till svenska. Det gjordes även manuell litteratursökning för att finna material i form av böcker och tidskrifter som berör ämnet.

## **5.2 Tidigare forskning**

I detta avsnitt kommer skribenten att presentera det som tidigare har skrivits om ämnet. Inledningsvis beskrivs självundersökning av bröstet och relaterade teorier. Därefter kommer det att redovisas vilken funktion hälsofrämjande arbete fyller. Avsnittet avslutas med studier av hälsovårdarnas inställning om självundersökning av bröstet.

### **5.2.1 Självundersökning**

En studie skriven av Memis m.fl. (2009) i Turkiet beskriver att självundersökning av bröst är en viktig metod för utvärdering av bröst hälsa och rekommenderas vid rutinmässiga hälsoundersökningar, särskilt i länder med begränsade resurser. Uppgifterna om dess användning för tidig diagnos av cancer är dock begränsade i många länder. En kombination av självundersökning och mammografi används ofta, även om de flesta kvinnor över hela

världen inte kan ta del av dessa regelbundet då vårdförsäkringen inte inkluderar alla och tillgången på hälsovård är begränsad i många länder. Självundersökning är en enkel metod som kvinnor kan utföra själva. Kvinnor som utför regelbunden självundersökning är mer bekanta med sina bröst, vilket kan göra dem mer medvetna om det skulle uppstå förändringar och därmed kan söka vård tidigare.

Kvinnor bör informeras om fördelarna och begränsningarna av självundersökning. Att göra självundersökning av bröstet regelbundet är ett sätt för kvinnor att veta hur deras bröst ser normalt ut och märker eventuella förändringar ( Erdem & Tokta 2016).

Även Cancerfonden (2007) uppger att kvinnor som regelbundet undersöker sina bröst kan lättare upptäcka förändringar. Det krävs vanligen en kombination av klinisk undersökning och mammografi för att kunna fastställa diagnosen bröstcancer.

Detta tas upp även i en studie skriven av Gasalberti (2002) med syfte att upptäcka faktorer som påverkar utförandet självundersökning av bröst. Enligt studien måste kvinnor lära sig att införa självundersökning av bröst i sina vådrutiner, eftersom ju tidigare man upptäcker knölar desto snabbare blir undersökningen och behandlingen.

Gasalberti (2002) lyfter upp i sitt studie att beteende gällande självundersökning skiljer sig markant från andra upptäcktsbeteenden, eftersom självundersökning är ett personligt beteende som inte alltid beror på vårdinsatser. Dessutom är kvinnor mer benägna att genomföra noggranna bedömningar om de lär sig att upptäcka subtila skillnader i bröstvävnad och skilja normal från misstänksamma bröstvävnad. Kvinnor måste ha vilja, förmåga och frihet från hinder för att utföra självundersökning med den noggrannhet och konsekvens som krävs för att maximera dess effekt. Det krävs ett personligt ansvar och engagemang för att utföra självundersökningen på månadsbasis.

I en studie skriven av Faronbi & Abolade (2012) framkom att bland de kvinnliga gymnasieeleverna i ett landsbygdssamhälle i Oyo-staten, Nigeria så svarade 82% av deltagarna att de var medvetna om självundersökning. Av de som svarade angav 55% att deras källa till denna information var massmedia och 25% av vänner, medan 54% hade lite kunskap om självundersökning. Det framkom även att många inte visste var de ska leta information från och att de inte gjorde självundersökning regelbundet. Detta indikerar dålig kunskap om och inställning till självundersökning bland de som deltog i undersökningen. Enligt en annan studie som utfördes samma år av Al-Naggar m.fl. (2012) påverkar ras,

civilstånd, bosättning, regelbunden motion, kunskap om bröstcancer och socio-demografiska egenskaper signifikant utförandet av självundersökning bland malaysiska kvinnor. Vid självundersökning av bröstet fann författarna att 32% av deltagarna påverkades av familjehistorisk av bröstcancer medan 57,2 % influenserades av deras ålder.

## 5.2.2 Hälsöfrämjande arbete

Fridinger m.fl. (1991) har skrivit en kvantitativ studie som undersöker sjuksköterskornas tilltro till de fördelaktiga effekterna av hälsöfrämjande arbete. Studiens resultat visar att 96,8 % av sjuksköterskorna ansåg att det är möjligt att förändra människors hälsa genom att förändra deras beteende. Lite över hälften av sjuksköterskorna (65 %) upplevde att hälsöfrämjande arbete är värt sitt mödan. I en annan studie utförd av Seoutloali m.fl. (2018) framkommer det att inkonsekvens eller avsaknad av finansiellt stöd upplevs som moralnedsättande faktor i sjuksköterskornas hälsöfrämjande arbetet. Även underhavande attityder från läkare upplevs av sjuksköterskorna i studien av Casey m.fl. (2007) påverka deras motivation negativt i det hälsöfrämjande arbete. Stöd och uppmuntran däremot upplevs som positiv faktor i sjuksköterskornas hälsöfrämjande arbete. I en studie av Larsons m.fl. (2014) om unga kvinnors hälsa framkom att ett teamarbete mellan lärare, familj och andra insatser inom vården runt elever vara ett viktigt hänseende i det hälsöfrämjande arbetet. Skolhälsovårdaren ansåg att det är nödvändigt att ha flera ögon på eleverna så att man kan bättre förstå deras situation och hitta passande innovationer. Utöver detta menade skolhälsovårdaren att ett samförstånd kring ungdomens mående vara lika viktigt.

I studien av Casey m.fl. (2007) efterfrågade sjuksköterskorna skriftlig information som ett verktyg för att använda i sitt hälsöfrämjande arbete. I en studie av Brobeck m.fl. (2011) om sjuksköterskornas upplevelse av att arbeta med motiverande samtal (IM) framkom att motiverande samtal ansågs vara ett effektivt verktyg i det hälsöfrämjande arbetet. Studien menar att motiverande samtal kan användas både i långa och korta situationer som inkluderar dialog med patienten. Dock upplevde sjuksköterskorna att det kan vara rätt krävande att tillämpa denna metod, eftersom den kräver en stor koncentration, ett genuint intresse och aktivt lyssnande för att patienten skall kunna uppleva metoden som givande.

Sjuksköterskorna upplevde att tillräcklig tid är en övergripande beståndsdel för ett givande samtal.

### **5.2.3 Hälsöfrämjande arbete på skolor**

Reuterswärd & Lagerström (2010) konstaterar i sin studie att förutsättningar för att arbeta med hälsopromotion på skolor skiljer sig åt. Det förekommer även en skillnad i vad skolhälsovårdaren gör och hur de arbetar med hälsöfrämjande arbete. I studien beskriver skolhälsovårdarna tre viktiga områden inom hälsöfrämjande arbete; organisation, stöd och kunskap.

Skolhälsovårdaren med fler elever tillbringade största delen av sin tid att fullgöra vad som krävs enligt lag och följa kommunens riktlinjer. De skolhälsovårdaren med färre elever och kunskaper om hälsöfrämjande arbete hade färre begränsningar. De upplevde att de hade tid för hälsöfrämjande arbete, både individuellt och kollektivt med andra elever. En annan begränsning för de flesta skolhälsovårdaren var kompetensutveckling. Skolhälsovårdare betonade att stöd från skolan är ett villkor för att genomföra hälsöfrämjande arbete på en generell nivå. Om detta stöd från ledningen saknas fungerar de oftast bara på individuell nivå. Vissa skolhälsovårdare upplevde att de hade stöd från de lokala myndigheterna, medan andra ansåg att de arbetade mer ensam. Både stöd och förståelse för skolhälsovårdaren skapar möjligheter, medan mindre förståelse innebär begränsningar. Kunskap om vetenskapligt baserade teorier och metoder främjar en djupare förståelse för skolhälsovårdarens arbetsuppgifter. För att få ytterligare fördjupad kunskap är det lika viktigt att hälsöfrämjande arbete utvärderas regelbundet (Reuterswärd & Lagerström, 2010).

## **5.2.4 Hälsovårdarens inställning om självundersökning**

En tvärstudie publicerad av Erdem och Tokta i Turkiet 2016 syftar till att bestämma kunskapsnivån hos de kvinnliga primära sjukvårdsarbetarna om bröstcancer och avslöja deras attityd och beteenden om bröst självundersökning och mammografi. Studien genomfördes på kvinnliga primära sjukvårdsarbetare som arbetar i familjesjukhus. 91% av kvinnliga arbetare inom primärvård gick med på att delta i studien. Frågeformuläret bestod av tre delar: sociodemografiska egenskaper, kunskap om bröst självundersökning, och faktiska övningen av bröst självundersökning. Resultatet av studien visar att sjukvårdsarbetarna som utövade självundersökning av bröst hade signifikant högre kunskapsnivå än de som inte hade det. De svarande hade en hög kunskapsnivå för självundersökning av bröst, men kunskapsnivån för bröstcancer och mammografi skärm var låg. Resultaten av denna studie indikerar även att kvinnliga sjukvårdsarbetarna hade tillräcklig kunskap om självundersökning och hade adekvat kunskap, men deras attityder och praxis återspeglades inte ( Erdem & Tokta 2016).

## **6. MATERIAL OCH METODBESKRIVNING**

Detta arbete grundar sig på ett färdigställt enkätmaterial som är skapade av projektbeställaren, det vill säga föreningen Tunne rintasi i samråd med tidigare examensarbetsgruppen Harjanne & Wickström (2018). I och med att detta är ett beställningsarbete var metoden för arbetet förhand utvald. Den förhand utvalda metoden är en enkätstudie bestående av ett elektroniskt frågeformulär med flervalsfrågor och öppnafrågor. Enkätstudie valdes för att få fram den information som eftersöks.

## 6.1 Datainsamling och analysmetod

De valda delarna av det insamlade resultatet från enkäten, vilka är de öppna svaren beskrivs och analyseras i senare kapitel av arbetet. Undersökningsdeltagare utgörs av en population bestående av hälsovårdsprofessionella som jobbar i andra stadiets utbildning inom Esbo kommun. Öppna frågor valdes för att få fram respons som bygger sig på personliga upplevelser och önskemål gällande undervisningsmaterial om självundersökning. Genom en kvalitativ innehållsanalys har de öppna svaren kodats tematisk. Fejes & Thornberg (2019) definierar kvalitativ analys som en process där forskaren metodisk granskar och anordnar sitt datamaterial för att komma fram till ett resultat. Forskaren arbetar aktivt med sin data för att organisera, bryta ned, koda, syntetisera, och söka efter mönster (Fejes & Thornberg, 2019). Kvalitativ innehållsanalys valdes för att kategorisera de öppna svaren för att fånga värdefull och användbar information tydligare. Kvalitativ innehållsanalys är en lämplig metod för denna undersökning då författaren försöker förstå hur skolhälsovårdarna uppfattar nuvarande materialet och vad kunde tilläggas i det nya material baserad på analys av de öppna svaren. Utifrån kvalitativ innehållsanalys kodades materialet i olika kategorier. Därefter genomfördes analys av data.

Detta vetenskapliga arbete följer den induktiva linjen där författaren drar generella slutsatser baserad på en mängd enskilda fall (Fejes & Thornberg, 2019). Molander (2003) förklarar vidare att man kan dra induktiva slutsatser genom att gå från en mängd enskildheter till en generell förklaring. Med andra ord kan induktion definieras som en typ av generalisering från tidigare erfarenhet till förväntningar på kommande händelser (Allwood & Erikson, 2017). Induktiv metod valdes eftersom analysdelen styrs av den data finns, vilket i detta fall är öppna svaren. Som komplementär gjordes databassökning via Cinahl och 11 artiklar valdes ut, utöver detta användes även böcker.



## **6.2 Validitet och reliabilitet**

Det är viktigt att ta i beaktande undersökningens validitet och reliabilitet, med andra ord dess giltighet och tillförlighet. Med validitet mäter man det som är viktigt i ett sammanhang medan med reliabilitet utförs mätningen på ett tillförlitligt sätt. Dessa två begrepp är viktiga när det gäller hur man bedömer kvaliteten i en kvantitativ undersökning och därmed passar väl in när man genomför en kvantitativ undersökning. Detta innebär att dessa egentligen inte har något större betydelse för kvalitativa forskningar i överhuvudtaget, eftersom i en kvalitativ studie genomförs det inte en mätning utan forskaren beskriver ett fenomen (Ejvegård, 2003).

Larsson m.fl. 2005 åskådliggör att i en kvalitativ undersökning kan validitet mätas genom dess beskrivningar och analys, det vil säga hur forskaren framställer och beskriver fenomenet. I detta studie grundar sig materialet i informanternas beskrivningar i enkäten. Det är utifrån deras berättelser som skribenten kommer att hitta fenomen för att sedan analysera. Genom att kategorisera och analysera väl kan skribenten i detta arbete ge läsaren en tydlig bild av fenomenet och på så sätt visa validitet i arbetet. Reliabilitet kan visas genom att besvara på studiens syfte och frågeställningar.

## **6.3 Etiska överväganden**

Skribenten i detta arbete har följt riktlinjerna som Arcada har publicerat år 2012 för god vetenskaplig praxis. Undersökningsmaterialet har hållits konfidentiellt samt undersökningsdeltagarna anonyma. Undersökningsdeltagarna har erhållit information och undersöknings syfte samt uppgifterna som de har lämnat har enbart användas i forskningsändamål. Vid redovisning av resultat har författaren i detta arbete benämnt informanterna 1–8.

## 7. RESULTAT OCH ANALYS

Resultatet i detta arbete består av svar från öppna frågor. Via öppna frågor gavs respondenterna möjlighet att fritt uttrycka sig om självundersökning och undervisningsmaterial för självundersökning. Majoriteten av respondenterna har skrivit något på de två öppna frågorna som nämns nedan. Av 12 så har 10 hälsovårdaren tagit del av de öppna frågorna, vilket motsvarar 83,33 %. Medan 2 har inte fyllt på enkäten eller sett enkätundersökningen, vilket medför ett bortfall av 16,67%.

De två frågorna indelas i olika koder som redovisas med kategorier och subkategorier i tabell 1 och tabell 2. Skolhälsovårdarna i studien benämns som informant 1–8. Vi har 8 respondenter, eftersom av 10 skolhälsovårdare har 8 angett fullständiga svar. Icke-svar som består av ‘nej’ eller ‘har inget särskild att säga’ har exkluderats i analysen. Resultatet anges i en löpande text med citat från respondenterna.

I fråga nummer 1 ombads hälsovårdarna att med egna ord ange information som de ansåg vara väsentlig när det kommer till självundersökning och om bröstens hälsa. Fem respondenter angav svar. Deras svar gav tre olika kategorier med flera underkategorier som visas i tabell 1.

Tabell 1: Översikt av analysdel I

Kod	Kategori	Underkategori
Empowerment	Självundersökning	Vägledning Självundersökning som rutin Ansvar
Kunskap	Öppen diskussion	Medvetenhet Information Undervisning
Hälsofrämjande arbete	Involvera utbildningsinstitutioner	Stöd

## **Empowerment**

Under denna kategori identifieras tre underkategorier, vilka är vägledning, självundersökning som rutin och ansvar. Enligt Korp (2016) ses empowerment som ett verktyg för att ge makt åt människor. Som Forsberg (1997) nämner vidare att kontroll, kompetens, självförtroende, bidragande och deltagande är viktiga faktorer vid empowerment. I följande citat beskriver skolhälsovårdaren vikten av vägledning

*” Det viktiga är att vägleda unga kvinnor så tidigt som möjligt för att införliva självundersökning som en del av deras vardagliga liv ”* (Informant 1)

Även Gasalberti (2002) uppger i sin studie att kvinnor måste lära sig att införa självundersökning som en del av vådrutin, detta som ett förebyggande syfte. Därav krävs det personligt ansvar och engagemang för att utföra självundersökning på månadsbasis.

## **Kunskap**

Kunskap var återkommande nyckelord bland informanterna. De underkategorier som går att identifiera är medvetenhet, information och undervisning. De flesta skolhälsovårdarna nämnde att självundersökning är ett viktigt ämne som borde tas upp och att öppen diskussion borde vara i central. Erdem och Tokta (2016) lyfter upp informationens betydelse i deras studie då de uppger att kvinnor borde informeras om fördelarna och begränsningarna av självundersökning.

*” Det är ett viktigt ämne att ta upp med varje ung kvinna. Det är ett naturligt ämne att prata om t.ex. i samband med preventivmedel ”.* (Informant 2)

*”Att diskutera självundersökning borde vara en del av hälsokontroller som skolor gör.”* (Informant 3)

I studien skriven av Faronbi & Abolade (2012) framkommer det att många kvinnliga gymnasielever inte visste hur få tag på information samt att de inte gjorde självundersökning regelbundet. Detta återspeglas även i en skolhälsovårdarens berättelse där hon skriver att de flesta unga inte är medvetna om självundersökning.

“ Viktigt ämne som borde tas upp i hälsoutbildning. Jag har noterat att när man tar upp detta ämne med unga så har de flesta inte varit medvetna om självundersökning eller att det rekommenderas. Det skulle vara bra att få lite modernt material, en applikation för att rekommendera till unga ” (Informant 4)

### Hälsofrämjande arbete

En skolhälsovårdare föreslår aktiv kontakt med utbildningsinstitutioner som en del av självundersökning och bröstens hälsa. Detta kan i sin tur fungera som en hälsofrämjande arbete där man involverar andra. Som Larsons m.fl. (2014) nämner så kan ett teamarbete mellan lärare, familj och andra insatser inom vården runt elever vara ett viktigt hänseende i det hälsofrämjande arbetet. Även skolhälsovårdarna i studien av Reuterswärd & Lagerström (2010) nämner i undersökningen att organisation, stöd och kunskap är viktiga områden inom hälsofrämjande arbete.

“Aktiv kontakt med utbildningsinstitutioner” (Informant 5)

I fråga nummer 2 som lyder “ Föreningen Tunne Rintasi utvecklar ständigt nytt material. Vad har ni som skolhälsovårdare förhoppningar om vad det nya materialet kunde innehålla?” har 6 respondenter angett fullständiga svar. Analysen presenteras i tabell 2 nedan medföljande en huvudkategori delad i olika underkategorier.

Tabell 2: Översikt av analysdel II

Kod	Kategori	Underkategori
Tillgänglighet	Materialets tillgänglighet	Materialets utformning Digitala tjänster Riktad till unga Informativt och kort

När det kommer till vad skolhälsovårdarna önskar att det nya undervisningsmaterialet skulle kunna innehålla skiljer sig deras svar inte så mycket från varandra. På basis av

öppna svaren framträdde ett mönster om tillgänglighet av undervisningsmaterial i olika form såsom appar, koncist och informativt material i ett litet häfte och illustrerad guide. Nedan presenteras skolhälsovårdarnas önskemål gällande vad det nya materialet skulle kunna innehålla.

*“ Riktad till unga, kort och koncist material som kan delas ut, om det inte finns nu ”*  
(Informant 1)

*“En illustrerad guide om självundersökning med uppgifter om när man ska göra det, hur man ska göra det och vad man ska beakta vid självundersökning samt när man ska söka vård. Kanske även hur förebygga bröstcancer ”* (Informant 3)

*“Ett litet häfte som kan delas ut till studeranden ”* (Informant 6)

*“Mera kort som kan delas ut ”* (Informant 7)

*“Har ingen åsikt, App-tjänster fungerar till unga”* (Informant 8)

En av skolhälsovårdarna beskriver att material för självundersökning har utvecklats mycket på kort tid och har därmed inget särskilt önskemål gällande nytt material.

*“Materialet har utvecklats enormt på kort tid. T.ex. efter bröstförstoring har självundersökning verkligen blivit nödvändigt. För tillfället kan jag inte önska någon ny material”*  
(Informant 2)

## **8. KRITISK GRANSKNING OCH DISKUSSION**

Jag upplever att jag har fått svar på mina frågeställningar under arbetes gång. Utöver frågeställningarna låg fokus på studiens syfte som var att analysera de öppna svaren som skolhälsovårdarna har angett i enkätundersökningen. Detta har varit både lärorikt och

intressant. Jag anser att jag har lärt mig mycket under arbetets gång och uppfyllt arbetets syfte. Nedan presenterar jag mina forskningsfrågor och drar slutsats kring dem.

1. Vad anser skolhälsovårdarna vara viktig vid undervisning av självundersökning?
2. Hur vill skolhälsovårdarna att undervisningsmaterialet skall utformas?

Resultaten jag har fått var ganska förväntad, eftersom den teoretiska biten redan har tagit upp en del av det som skolhälsovårdarna har beskrivit i enkätundersökningen.

En tendens som har blivit alltmer tydligare under studiens gång är diskussion kring självundersökning. Detta är ett tema som skolhälsovårdarna önskade att det skulle diskuteras med unga mera. Det viktigaste för skolhälsovårdarna vid undervisning av självundersökning är öppen diskussion, eftersom flera av dem nämner i enkäten att självundersökning är ett viktigt ämne som borde tas upp. Baserad mitt resultat kan konstateras att skolhälsovårdarna har som ambition att öka medvetenheten kring självundersökning genom att utöka tillgång till material. Detta besvarar vidare arbetets andra frågeställning som lyder: Hur vill skolhälsovårdarna att undervisningsmaterialet skall utformas? Här har skolhälsovårdarna tagit fram diverse olika förslag som mer eller mindre har en gemensam målgrupp, vilket är att materialet skall vara riktad till unga. Ett mönster som har uppenbarats bland dessa förslag är material som fodrar ett kortare och mer koncis information som är tillämpligt vid undervisning av självundersökning, exempel på detta är bland annat app-tjänster och en illustrerad guide. I och med att vi lever i digitaliserad värld kan undervisningsmaterial i app-format fungera bra, tycker jag. Information i en digitaliserad värld kan vara en bra källa till kunskap, vilket också kan underlätta vid undervisning.

Aktuell studie bygger på en kombination av kvalitativ innehållsanalys och induktiv metod. Dessa två metoder användes eftersom jag som skribent ansåg att dessa metoder var de lämpligaste metoderna för att besvara arbetets syfte. Jag valde induktiv ansats främst för att analysen utgick från enkätmaterial samt för att jag ville kunna utgå från skolhälsovårdarnas kommentarer för respektive fråga, detta för att bygga en förståelse för deras verklighet. Verkligheten består av flera uppfattningar, därför är det viktigt att förstå hur individen gör sig ett begrepp om verkligheten i sammanhanget (Fejes & Thornberg, 2019). Med kvalitativ innehållsanalys har jag fått en struktur för arbetet och därmed fått

en större förståelse för de olika fenomen som behandlats i arbetet. Jag har kunnat tolka och beskriva de öppna svaren med denna metod som underlag. Utöver detta har genomgång av tidigare forskning om självundersökning tillsammans med öppna svaren av skolhälsovårdarna besvarad på arbetets syfte och frågeställningar.

Genom att besvara på studiens syfte och frågeställningar har jag kunnat visa reliabilitet i arbetet samtidigt som validitet visades genom att hitta och tydligt redovisa olika fenomen ( empowerment, kunskap, hälsofrämjande arbete och tillgänglighet). Etiska aspekterna har tagits i beaktande under hela arbetets gång genom att hålla informationen konfidentiellt och deltagarna anonyma.

Databassökningen har gett många artiklar som behandlar självundersökning, men litteraturavgränsningen har gjort att flera artiklar har exkluderats på grund av att de föll utanför arbetets syfte och frågeställningar.

Vid analysdelen har det varit utmanande att översätta respondenternas svar från finska till svenska. I och med att respondenterna har använt egna ord så blev det utmanande för mig att ordagrant översätta varje ord precis så som dom har uttryckt sig. Av etiska skäl ville jag vara minutiös med översättningen, jag hade helst velat använda respondenternas begrepp och ordval på pricken. Eftersom respondenternas svar var personliga ville jag översättningen skulle vara så naturligt och nära till deras ordval som möjligt.

Som arbetets teoretiska referensram har jag använt hälsopromotion med fokus på empowerment. Detta har fungerat som en röd tråd genom hela arbetet. Empowerment har en central roll vid självundersökning, detta för att främja hälsa och ge eleverna en möjlighet att ta kontroll över deras hälsotillstånd. Som Garland (2020) menar så är empowerment viktigt för att hålla kontroll över hälsorelaterade situationer.

Den teoretiska biten av arbetet har gett mig en möjlighet att fördjupa mig inom självundersökning, vilket har bidragit till att jag kunde lättare relatera till vad skolhälsovårdarna i undersökningen berättade. Bakgrundsteorin fyller en viktig funktion som källa till kunskap och responderas upplevelser kring ställda frågor.

Under arbetes gång har jag fått smakprov av vad det kan innebära att som skolhälsovårdare jobba med unga där undervisning av självundersökning har en betydelse. Arbetsverktyget är viktig för att som skolhälsovårdare lyckas med undervisningen av självundersökning.

## 9. SLUTSATS

Förutsättningen i detta arbete har varit att analysera och kartlägga de öppna frågorna för att få information gällande vad skolhälsovårdarna ansåg vara väsentlig när det kommer till självundersökning och om bröstens hälsa samt vad de hade för önskemål vad det nya undervisningsmaterialet kunde innehålla. Sammanfattningsvis har 8 av 12 skolhälsovårdaren tagit aktiv del av undersökningen, vilket gav en bra utgångspunkt för att få så bra information som möjligt. Med den nämnda utgångspunkten har jag kunnat få fram den informationen som eftersöktes.

Studien ger utrymme till vidare forskning där intressanta aspekter kan observeras och identifieras. Som utvecklingsförslag anser jag att det skulle vara signifikant att utveckla en undervisningsmodell av självundersökning som skolhälsovårdarna kan ha användning av i deras arbete. Undervisningsmodellen kan utformas utifrån de öppna svaren som skolhälsovårdarna har angett i enkätundersökningen. Ett annat förslag är att genomföra en likadan undersökning med kvalitativ insamlingsmetod, detta för att komplimentera detta studie. Kanske en litteraturstudie där man jämför olika tillämpade undervisningsmaterial i självundersökning skulle kunna vara av intresse.



## Källförteckning

Allwood, C-M & Erikson M-G (2017). Grundläggande vetenskapsteori - för psykologi och andra beteendevetenskaper. Lund: Studentlitteratur AB

Al-naggar, RA. Bobryshev, YV & Al-Jashamy, K. (2012). Practise of breast self-examination among women in Malaysia. Asian Pacific Journal of Cancer Prevention.

Casey D (2007) Nurses' perceptions, understanding and experiences of health promotion, Journal of Clinical Nursing, 16:6, 1039-1049.

Coughlan, M., Cronin, P. & Ryan, F., 2013. Doing a Literature Review in Nursing, Health and Social Care. Washington DC: Sage Publications

Erdem, Ö. & Toktas, I. (2016) Knowledge, Attitudes, and Behaviors about Breast Self-Examination and Mammography among Female Primary Healthcare Workers in Diyarbakir, Turkey. BioMed Research International.

Ejvegård, Rolf, *Vetenskaplig metod*, Studentlitteratur, Lund, 2003

Faronbi, J.O. and Abolade, J. (2012) Breast Self-Examination Practices among Female Secondary School Teachers in a Rural Community in Oyo State, Nigeria. Open Journal of Nursing.

Forskningsetiska delegationen i Finland. God vetenskaplig praxis och handläggning av misstankar om avvikelser från den i Finland. 2012: 11

[https://start.arcada.fi/system/files/media/file/2019-06/god\\_vetenskaplig\\_praxis\\_i\\_utbildning\\_och\\_forskning\\_vid\\_arcada.pdf](https://start.arcada.fi/system/files/media/file/2019-06/god_vetenskaplig_praxis_i_utbildning_och_forskning_vid_arcada.pdf) (hämtad 22.06.2020).

Fridinger F, Johnson M, Chng CL, Choo A (1993) Health-promotion beliefs, attitudes and practices of Texas nurses regarding their ability to decrease patient health risk. Health Values: The Journal of Health Behavior, Education & Promotion

Fejer A. & Thornberg, R (2019). Handbok i kvalitativ analys. Stockholm: Liber AB

Forsberg, E. & Starrin, B. (1997). Frigörande makt – empowerment som modell i skola, omsorg och arbetsliv. Stockholm: Gothia AB.

Garland R, Ahmed, S G. Loiselle, C-G. (2020) Taking control over our health: Empowerment as perceived by young adults living with advanced cancer. *Canadian Oncology Nursing Journal*, 30, 93-108

Gasalberti, D. (2002) Early Detection of Breast Cancer by Self-Examination: The Influence of Perceived Barriers and Health Conception. *Oncology Nursing Forum*.

Korp, Peter (2017). *Vad är hälsopromotion?*. Stockholm: Studentlitteratur AB

Larsson, Sam & Lilja, Johan & Mannheimer, Katarina (2005): *Forskningsmetoder i socialt arbete*. Lund: Studentlitteratur

Larsson, M., Björk, M., Ekebergh, M & Sundler AJ (2014). Striving to Make a Positive Difference: School Nurses' Experiences of Promoting the Health and Well-Being of Adolescent Girls, Sweden.

Memis, S., Balkaya, N-A. & Demirkiran, F. (2009). Knowledge, Attitudes, and Behaviors of Nursing and Midwifery Students Regarding Breast Self-Examination in Turkey. *Oncology Nursing Forum*.

Molander, J. (2003). *Vetenskapsteoretiska grunder – historia och begrepp*. Lund: Studentlitteratur AB

Reuterswärd, M. & Lagerström, M (2010) The aspects school health nurses find important for successful health promotion. Department of Neurobiology, Care Sciences and Society, Division of Nursing, Karolinska Institutet, Stockholm, Sweden

Seutloali T, Napoles L, Bam N (2018) Community health workers in Lesotho: Experiences of health promotion activities, *African Journal of Primary Health Care & Family Medicine*, 10, 1-8.

TunneRintasi ry (2018). *Tietoa meistä*. <https://www.tunneRintasi.fi/tietoa-meista/tunneRintasi-ry/> (hämtad 20.11.2019)

## **BILAGOR**

Bilaga 1. Enkäten

## **Arvoisa kyselyn vastaaja**

Olemme kaksi kättilö -opiskelijaa ja teemme opinnäytetyönä kyselytutkimuksen Tunne Rintasi ry:lle.

Kyselytutkimuksen avulla kartoitetaan miten Tunne Rintasi ry:n rintojen omatarkkailun ohjeistuksia käytetään Espoon kaupungin toiseen asteen kouluissa koulun terveydenhoitajan toimesta. Vastausten avulla toivotaan myös voivan kehittää ohjeita.

Kyselyn lopussa esitettävät avoimet kysymykset käsitellään Tunne Rintasi ry:n toimesta, eikä analysoida opinnäytetyössä.

Kysely on anonyymi eikä käsittele henkilötietoja ja vastauksia käsitellään eettisten periaatteiden mukaisesti. Vastaamalla kyselyyn osallistut tutkimukseen. Tutkimustulos julkaistaan vuodenvaihteessa.

Kiitämme ajastanne, jonka avulla voimme yhdessä kehittää rintojen omatarkkailun ohjeita ja tämän avulla mahdollistaa rintasyövän varhainen toteaminen.

### **Kyselytutkimuksen vastaajien perustiedot:**

1. Olen ammatiltani: \_\_\_\_\_
2. Olen ollut alalla \_\_\_\_\_ vuotta

### **Yleisesti rintojen omatarkkailusta:**

3. Koetko sinulla olevan tarpeeksi tietoa rintojen omatarkkailuista?  
Kyllä\_\_ Ei\_\_
4. Koetko osaavasi ohjeistaa rintojen omatarkkailusta oppilaille?  
Täysin samaa mieltä\_\_ Osittain samaa mieltä\_\_ En osaa sanoa\_\_  
  
Täysin eri mieltä\_\_ Osittain eri mieltä\_\_
5. Onko mielestäsi rintojen omatarkkailu olennainen osa terveyden edistämistä juurikin toisen asteen oppilaitoksissa?  
Täysin samaa mieltä\_\_ Osittain samaa mieltä\_\_ En osaa sanoa\_\_

Täysin eri mieltä\_\_ Osittain eri mieltä\_\_

7. Rintojen omatarkkailun ohjeistuksesta on kysyntää vastaanotollani oppilaitoksessani  
Kyllä\_\_ Ei\_\_

**Tunne Rintasi ry:n ohjeistusmateriaali:**

8. Olen tutustunut Tunne Rintasi ry:n ohjausmateriaaliin  
Kyllä\_\_ Ei\_\_
9. Jos vastasit äskeiseen kysymykseen myönteisesti; onko mielestäsi materiaali helppo käyttää tukena ohjeistaa nuoria rintojen omatarkkailussa  
Täysin samaa mieltä\_\_ Osittain samaa mieltä\_\_ En osaa sanoa\_\_

Täysin eri mieltä\_\_ Osittain eri mieltä\_\_

10. Minulla on käytössä Tunne Rintasi ry:n(raksi ruutuun):
- \_\_ Omatarkkailukortti (useita kielivaihtoehtoja)
  - \_\_ Omakuu -flyer
  - \_\_ Omatarkkailujuliste
  - \_\_ Omakuu -juliste
  - \_\_ Omakuu sovellus
  - \_\_ Omatarkkailun ohjausvideo Youtubessa
  - \_\_ Omatarkkailu raskauden ja imetyksen aikana -esite
  - \_\_ Neuletissi, johon piilotettu eri tekstuureja
  - \_\_ Omatarkkailukartta
  - \_\_ [www.tunnerintasi.fi](http://www.tunnerintasi.fi)

\_\_ En käytä mitään

11. Koen, että minulla on riittävästi työvälineitä antaakseni ohjeistusta rintojen omatarkkailusta

Täysin samaa mieltä\_\_ Osittain samaa mieltä\_\_ En osaa sanoa\_\_

Täysin eri mieltä\_\_ Osittain eri mieltä\_\_ En osaa sanoa\_\_

12. Onko oppilaitoksen tiloissa tietoa rintojen omatarkkailusta luettavaksi oppilaille? Esimerkiksi julisteita tai oppaita.

Täysin samaa mieltä\_\_ Osittain eri mieltä\_\_ En osaa sanoa\_\_

Täysin eri mieltä\_\_ Osittain eri mieltä

#### **Avoin kysymys**

13. Tunne Rintasi ry kehittää uutta materiaalia, joka julkaistaan vuodenvaihteessa. Onko sinulla koulun terveydenhoitajana toiveita mitä uusi materiaali voisi sisältää? Jos vastasit kyllä, voitko kertoa/kuvailla tarkemmin toiveesi.

Kyllä\_\_ Ei\_\_

---

---

---

---

---

---

---

14. Halutessasi voit kommentoida ylläolevia vastauksia tähän:

---

---

---

## Bilaga 2. Skolhälsovårdarnas svar på enkätfrågorna

Tunne rintasi ry kehittää jatkuvasti uutta materiaalia. Onko teillä koulun terveydenhoitajana toiveita, mitä uusi materiaali voisi sisältää?

Vastaus	Lukumäärä	Prosenttiosuus
Vastaus	10	83.33%
Ei vastausta	0	0.00%
Ei täytetty tai Ei näytetty	2	16.67%

Tunnus	Vaste
2	Nuorelle suunnattu ,joka tarpeeksi ytimekäs, jonka voi antaa mukaan, mikäli sellaista ei vielä ole.
3	Pienen jaettavan kuvallisen vihkon, mitä voisi opiskelijoille jakaa.
4	Materiaali on kehittyntä huimasti lyhyessä ajassa. Esim. omatarkkailu rintojen suurennuksen jälkeen tuli todella tarpeeseen. En osaa tällä hetkellä toivoa uutta materiaalia.
5	Ei
7	Omatarkkailun kuvallinen jaettava ohje, jossa mainittu milloin tehdään, miten tehdään ja mitä omatarkkailussa on huomioitava ja milloin hakeuduttava tutkimuksiin. Ehkä myös jotain mainintoja, miten rintasyöpiä voi ennaltaehkäistä.
9	-
10	Ei ole mielipidettä, appi -tyyppiset toimivat nuorilla
11	Lisää jaettavia kortteja
12	Ei
13	-

Halutessanne voitte vapaasti omin sanoin jakaa mielestänne tärkeätä tietoa Tunne rintasi rylle koskien nuorten rintojen omatarkkailua ja rintojen terveyttä:

Vastaus	Lukumäärä	Prosenttiosuus
Vastaus	10	83.33%
Ei vastausta	0	0.00%
Ei täytetty tai Ei näytetty	2	16.67%

Tunnus	Vaste
2	Tärkeintä ohjata nuoria naisia mahdollisimman aikaisin ottamaan rintojen omatarkkailun osaksi "rutiineja" elämässään.
3	-
4	Erittäin tärkeä asia ottaa puheeksi jokaisen tytön, naisen kanssa. On luonteva aihe puhua mm. ehkäisyn aloituksen yhteydessä.
5	Aktiivista yhteyden ottoa oppilaitoksiin
7	Tärkeä aihe, jota pitäisi enemmän nostaa esiin terveyskasvatuksessa. Olen havainnut, että usein kun ottaa asian puheeksi nuoren kanssa, ei suurin osa ole ollut lainkaan tietoinen rintojen omatarkkailusta tai siitä, että sitä suositellaan. Olisi mahtavaa saada jotain nykyaikaista materiaalia, sovellus tms jota voisi suositella nuorille.
9	-
10	Ei erityistä sanottavaa
11	-
12	Rintojen tarkkailusta keksuteleminen pitäisi olla osa terveystarkstuksista joita koulussa tehdään.
13	-

## Bilaga 3.