



# Oamk Journal

Oulun ammattikorkeakoulun julkaisuja

Tämä on alkuperäisen artikkelin rinnakkaistallenne. Rinnakkaistallenne saattaa erota alkuperäisestä sivutukseltaan ja painoasultaan.

This is an electronic reprint of the original article. This version may differ from the original in pagination and typographic detail.

Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä/Please cite the original version:

Parkkila, H., Saukko, R., Pöyskö, A-M. & Saarnio, R. 2021. Sähköinen itseopiskelumateriaali lisää lasten lääkkeettömän kivunhoidon osaamista. Oamk Journal 69/2021. <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe2021102051824>

# Sähköinen itseopiskelumateriaali lisää lasten lääkkeettömän kivunhoidon osaamista

17.11.2021 - Parkkila Hannele, Saukko Roosa, Pöyskö Anne-Maria, Saarnio Reetta

**Suurin osa leikki- ja kouluikäisillä lapsilla esiintyvistä kivuista on akuuttia kipua. Sen tehokas hoito on tärkeää kivun kroonistumisen ja muiden negatiivisesti lapsen hyvinvointiin ja kehitykseen liittyvien tekijöiden välttämiseksi. Lasten kivunhoidossa on käytettävä ensisijaisesti lääkkeettömiä menetelmiä. Hoitohenkilöstön ja hoitoalan opiskelijoiden osaamista lasten kivun arvioimisessa ja lääkkeettömien kivunhoitomenetelmien hallinnassa voidaan tukea esimerkiksi itseopiskelumateriaaleilla.**



Lapsen kivun havaitseminen ja sen arvioiminen on usein haastavaa (kuva: Vitolda Klein/Unsplash.com)

Oulun ammattikorkeakoulussa (Oamk) on laadittu [sähköinen opas](#) itseopiskelumateriaaliksi Oamkin hoitotyön ja ensihoidon tutkinto-ohjelmien opiskelijoille. Oppaan aiheena on lääkkeetön kivunhoito leikki- ja kouluikäisten lasten hoitotyössä, ja sen pohjana on toiminnallinen opinnäytetyö. Opas on laadittu Padlet-alustalle (kuva 1). Oppaassa käsitellään pohjatietona lapsen kasvua ja kehitystä sekä lapsen kipua, kivun vaikutuksia ja arviointia. Sen jälkeen oppaassa esitellään monipuolisesti lasten hoitotyössä käytettäviä lääkkeettömiä kivunhoitomenetelmiä.

**LÄÄKKEETTÖMÄT KIVUNHOITOMENETELMÄT: FYSIKAALISET MENETELMÄT**

- Asentohoito
- Lämpö- ja kylmähoito
- Hieronta
- Transkutaaninen hermostimulaatio eli TENS<sup>19,25,26</sup>

**Asentohoito:**

- Käyttöaiheet:
  - pitkiä aikoja vuotessa ja pyörätuolissa olevat
  - kivunhoidon lisäksi kivun ennaltaehkäisyyn.
- Asennon vaihtaminen lieventää kipuseptoreiden ärsytystä, ehkäisee niveljykkäisyyttä ja painehaavoja, parantaa hengitystä ja verenkiertoa sekä rentouttaa.
- Hoidon apuna käytettäviä apuvälineitä ovat tyynyt, painehaavoja ehkäisevät patjat/istuintyynyt, sähkökäyttöinen sänky ja erilaisilla säädöillä varustettu pyörätuoli.
- Asentoa on vaihdettava riittävästi usein.<sup>31</sup>

**Lämpöhoito:**

- Yksi lääketieteen vanhimmissa lääkkeettömissä kivunhoitomenetelmissä<sup>34</sup>.
- Käyttöaiheet:
  - nivelkivut
  - reumakivut
  - selkä- ja niskakivut<sup>35</sup>
- Hoidon periaatteena on siirtää lämpöenergiaa lihakseen erilaisten

**LÄÄKKEETTÖMÄT KIVUNHOITOMENETELMÄT: EMOTIONAALISET MENETELMÄT**

- Läsnäolo, kosketus ja lohduttaminen<sup>35</sup>

Vanhempien ja muiden läheisten tuoma läsnäolo ja turva on lapselle tärkeää kivunhoidossa. Vanhempien ääni ja kosketus ovat lapselle tuttuja, ja ne rauhoittavat lasta.<sup>29</sup> Esimerkiksi lapsen ollessa päiväkoti-ikäisessä hoidossa, vanhempien osallistuminen hoitoon on tärkeää lapsen turvallisuuden tunteen säilymistä. Vanhempien osallistuminen ja läsnäolo saattavat myös lievittää lapsen ahdistusta.<sup>37</sup> Jos lapsen vanhemmat eivät ole paikalla, hoitajan rooli turvallisuudentunteen ylläpitämisessä korostuu. Lapset kokevat omassairaanhoitajan läsnäolon kipua lievittäväksi.<sup>29</sup>

Siirtyä, halaaminen, tunnistaminen ja sylinnotaminen auttavat kivunhoidossa. Mikäli lasta ei voi pitää sylissä, vanhempi voi antaa lapselle hellyyttä muilla edellä mainituilla keinoilla.<sup>29</sup> Eräs tapa toteuttaa kosketusta on satuhieronta-menetelmä. Se on Suomessa kehitetty menetelmä, jossa tarinat, sadut ja lorut yhdistetään myönteiseen kosketukseen ja läsnäoloon. Menetelmä auttaa rakentamaan yhteyttä, kokemaan levollisuutta ja lämpöä sekä ennaltaehkäisemään lapsen stressiperäisiä oireita. Satuhieronta on hyvin lapsi-ikäinen, luova ja helposti sovellettava menetelmä.<sup>38</sup>

**LÄÄKKEETTÖMÄT KIVUNHOITOMENETELMÄT: PÄIVITTÄISSÄ TOIMINNOISSA AUTTAMINEN JA VIHVIYISÄN YMPÄRISTÖN JÄRJESTÄMINEN**

Lapsen auttaminen päivittäisissä toiminnoissa ja viihtyisän ympäristön luominen ovat keinoja lievittää lapsen kipua lääkkeettömin<sup>32,33</sup>. Päivittäisin toiminnoihin kuuluvat esimerkiksi peseytyminen ja liikkuminen. Hoitaja voi lievittää sairaalahoitossa olevan lapsen kipua avustamalla näissä toiminnoissa.<sup>34</sup> Hyvä ja helppä perushoito on tärkeää sekä kivun ennaltaehkäisyssä että sen hoidossa.<sup>29</sup>

Kivunhoidossa on huomioitava ympäristön vaikutus lapseen. Ympäristöllä on vaikutusta lapsen viihtyvyyteen ja kivun kokemiseen.<sup>29</sup> Sairaalassa lapselle on tärkeää luoda ympäristö, jossa hän saa olla rauhassa<sup>34</sup>. Tämä onnistuu esimerkiksi melun vähentämisellä. Lapsi voi tuoda sairaalaan hänelle tärkeitä omia tavaroita.<sup>9</sup> Esimerkiksi lelut, kirjat ja pelit tuovat viihtyisyyttä ja vähentävät pelkoa<sup>34</sup>. Myös huoneen lämpötilalla, valaistuksella ja ilman raikkauksella voidaan vaikuttaa lapsen kipua ja viihtyvyyteen sairaalassa.<sup>29</sup>

Kipu jaotellaan akuuttiin ja krooniseen kipuun sen keston mukaan. Akuutti kipu on lyhytkestoista, ja se kertoo kudosaivuriosta. Akuutille kivulle on yleensä selvä syy, ja sitä voidaan hoitaa tehokkaasti. [1] [2] Suurin osa lapsilla esiintyvistä kivuista on akuuttia kipua. Sen aiheuttajia ovat erilaiset tulehdustaudit, traumat kuten nyrjähdykset, palovammat, murtumat ja haavat sekä leikkauksen jälkeinen kipu. [3] [4] [5] [6]

Akuutin kivun tehokas hoito on tärkeää kivun kroonistumisen välttämiseksi. Akuutti kipu kroonistuu, kun kipu on kestänyt yli 2–3 kuukautta. Kroonisesta kivusta puhutaan myös silloin, kun kivun kesto on pidempi kuin vaurioituneen kudoksen odotettu paranemisaika. [1] [2] Krooninen kipu voi ilmetä esimerkiksi syövän ja

reuman yhteydessä. Akuutin ja kroonisen kivun lisäksi lapsilla voi olla toistuvia kiputiloja esimerkiksi migreenistä johtuen [4] [5].

Lapsen kipuun liittyy aina pelko. Lapsen pelot, ahdistuneisuus, hätä ja kipu vahvistavat toisiaan. [7] [8] Kipu rasittaa lasta ja hidastaa lapsen toipumista. Kipukokemukset voivat aiheuttaa pitkäaikaisia negatiivisia seurauksia lapsen hyvinvointiin. [7] Kipu haittaa arkea, huonontaa elämänlaatua ja saattaa jatkua aikuisikään saakka [9]. Lisäksi se lisää lapsen ja vanhempien ahdistusta ja stressiä [3] [4] [9], ja näin ollen se voi vaikuttaa lapsen kehitykseen ja psykososiaaliseen terveyteen [4].

## Lasten kivun arvioiminen ja hoitaminen on tärkeää

Kivun säännöllinen arviointi on lasten kivunhoidon kulmakivi [5]. Lasten kivun havaitseminen ja sen arvioiminen on usein haastavaa. Lasten kivun arvioinnista ja tehokkaasta kivunhoidosta on olemassa paljon tietoa, mutta sen sovellettavuutta käytäntöön voisi tehostaa. [3] [10]

Ensisijaisesti kipua arvioidaan selvittämällä lapsen oma näkemys kivusta ja sen voimakkuudesta ottaen huomioon lapsen ikätaso ja kielellinen kehitys [5]. Lapsen näkemyksen lisäksi on tärkeää kuulla myös vanhempien näkemys [2] [4] sekä huomioida hoitajan tekemät havainnot lapsen käyttäytymisestä, viestinnästä ja muutoksista esimerkiksi lapsen verenpaineessa ja pulssissa [4] [5]. Lasten kivun arvioinnissa voi hyödyntää lapsen ikä- ja kehitystason mukaisesti erilaisia kivunarviointimittareita, kuten kasvoasteikkaa ja kipukiilaa [6] [11] [12] tai FLACC-mittaria (Face, Legs, Activity, Cry, Consolability).

Lasten kivun arvioinnin lisäksi myös kivunhoitoa tulisi tehostaa [10] [13] [14] [15] [16], sillä lasten kivunhoito on olennainen osa kattavan hoidon tarjoamista. Lasten kivun riittävä ja monipuolinen hoito lisää potilaiden tyytyväisyyttä, parantaa myöhempää hoitomyönteisyyttä sekä edistää kognitiivista ja emotionaalista kehitystä. [17] Tutkimusten ja suositusten [17] [18] mukaan lääkkeettömät kivunhoitomenetelmät ovat perusta kivunhoidolle, ja niitä olisi käytettävä aina, kun siihen on mahdollisuus. Lääkkeetön kivunhoito on erityisen hyödyllistä ja tehokasta

lapsille, joille tehdään toistuvasti hoitotoimenpiteitä, kuten esimerkiksi kanylointia [4] [19]

Lääkkeettömiä kivunlievitysmenetelmiä käytetään lasten hoitotyössä melko monipuolisesti mutta ei vielä kuitenkaan tarpeeksi systemaattisesti [7].

Hoitotyöntekijöiden lääkkeettömien kivunhoitomenetelmien käyttöön vaikuttavat muun muassa hoitotyöntekijän ikä, työkokemus, koulutus ja työmäärä suhteessa aikaan [20] [21]. Kivunhoito edellyttää hyvää yhteistyötä lasten, heidän vanhempiensa ja hoitohenkilökunnan välillä [3] [6] [8] [13] [22]. Kivunhoitoa suunnitellessa ja toteuttaessa tulisi huomioida myös lapsen ja hänen vanhempiensa mielipide. Lapset osaavat antaa tärkeitä näkemyksiä heille sopivista kivunlievitysmenetelmistä. [13] [14]

## Lääkkeettömät kivunhoitomenetelmät tutuksi

Lääkkeettömät kivunhoitomenetelmät jaetaan viiteen pääryhmään: kognitiivis-behavioraaliset, fyysiset ja emotionaaliset menetelmät sekä auttaminen päivittäisissä toiminnoissa ja viihtyisän ympäristön järjestäminen [7] [23].

Kognitiivis-behavioraalisiin kivunlievitysmenetelmiin kuuluvat lapsen sanallinen rohkaiseminen ja kannustaminen, aineellinen palkinto, huomion siirtäminen pois kivusta, mielikuva-, hengitys- ja rentoutusharjoitukset sekä valmistavan tiedon antaminen lapselle [7] [14] [23]. Lasta voidaan rohkaista sanoin ja teoin, esimerkiksi silittämällä tai kädestä kiinni pitämällä [24]. Lapsen palkitseminen voidaan toteuttaa esimerkiksi toimenpiteen jälkeen tarrakuvalla [2]. Huomion pois siirtämisessä auttaa leikki, piirtäminen, sadut, musiikki, juttelu, huumorin käyttö [25], lorut ja videot.

Mielikuvaharjoittelussa lapsi hoitajan ohjeistamana rentouttaa kehonsa ja ajattelee jotain itselleen mielekästä toimintaa. Hengitysharjoitusten avulla kipu lievittyy lihasten rentoutumisen ja stressin vähenemisen myötä. Rentoutusharjoittelussa lapsi opettelee rentouttamaan lihaksensa, minkä seurauksena kipu lievittyy. [26] Valmistavan tiedon antamisella lasta valmistellaan toimenpiteeseen kertomalla lapselle esimerkiksi, millainen toimenpide tehdään ja miksi. Tieto annetaan lapselle rehellisesti ja realistisella tavalla huomioiden lapsen ikä- ja kehitystaso. [7]

Fysikaalisiin kivunlievitysmenetelmiin kuuluvat asentohoito, lämpö- ja kylmähoito, hieronta ja transkutaaninen sähköinen hermostimulaatio eli TENS [7] [14] [18] [23]. Asentohoidossa asentoa vaihdetaan ja tuetaan muun muassa erilaisten tynnyjen avulla. Asentohoito vähentää kipua, ehkäisee niveljäykkyyksiä, parantaa hengitystä ja rentouttaa potilasta. Sitä käytetään pitkiä aikoja vuoteessa tai pyörätuolissa olevien potilaiden kivun hoidossa ja ennaltaehkäisyssä. [27]

Lämpöhoidossa lihakseen siirretään lämpöenergiaa erilaisten lämpöpakkausten avulla. Lämmön vaikutuksesta kudonvaurion paraneminen nopeutuu, pehmytkudoksen jäykkyys vähenee ja nivelten liikkuvuus lisääntyy, jolloin kipu lievittyy ja kipukynnys nousee. [28] Lämpöhoitoa voidaan käyttää esimerkiksi nivel-, reuma-, selkä- ja niskakipujen hoitoon. [29] Kylmähoitoa puolestaan toteutetaan paikallisesti tyypillisimmin geelitäytteen kylmäpakkauksen avulla. Kylmähoidon tarkoituksena on laskea kudoksen lämpötilaa, jonka seurauksena turvotus laskee, tulehdusreaktio lievenee ja kivun aistiminen heikkenee. [28] Hoito sopii erityisesti pehmytkudosvammojen sekä nivel-, jänne- ja reumakipujen hoitoon. [29]

Hierontaa voidaan toteuttaa muun muassa lihasta sivelemällä, puristelemalla ja täristämällä [28], minkä seurauksena lihaskireydet vähenevät, lihakset rentoutuvat ja verenkierto paranee [26] [29]. Kosketuksen ja vuorovaikutuksen myötä hieronnalla on myös psyykkisiä vaikutuksia [28]. TENS on turvallinen ja ihoa läpäisemätön hoitomenetelmä [30], jossa iholle annetaan värinänä tai pieninä lihasnykäyksinä tuntevia sähköimpulsseja [26]. Hoitoa käytetään pitkäaikaisissa tuki- ja liikuntaelinkivuissa, kuten selkä- ja polvikivuissa [26] [29].

Emotionaalisia lääkkeettömän kivunhoidon menetelmiä ovat läsnäolo, kosketus ja lohduttaminen [7] [23]. Vanhempien tuoma läsnäolo ja turva ovat tärkeitä lapsen kivunhoidossa. Vanhempien ääni ja kosketus ovat lapselle tuttuja, ja ne rauhoittavat lasta. Lapset kokevat myös omasairaanhoitajan läsnäolon kipua lievittäväksi. Hoitajan rooli korostuu, kun lapsen vanhemmat eivät ole paikalla. Lapsen kivunhoidossa koskettamista voi toteuttaa esimerkiksi silittelemällä, halaamalla ja syliin ottamalla [25].

Kosketus onnistuu myös satuhieronta-menetelmän avulla. Kyseessä on Suomessa kehitetty lapsilähtöinen ja helposti sovellettava menetelmä, jossa tarinat, sadut ja

lorut yhdistetään myönteiseen kosketukseen ja läsnäoloon. [31] Vanhempien jaksamisesta ja ohjauksesta huolehtiminen on tärkeää, etteivät heidän kokemansa pelko ja ahdistus heijastuisi lapseen [25]. Emotionaalinen tuki vahvistaa perheenjäsenten selviytymistä [32].

Lapsen auttaminen päivittäisissä toiminnoissa ja viihtyisän ympäristön luominen lievittävät lapsen kipua lääkkeettömästi [7] [23]. Päivittäisiin toimintoihin kuuluvat esimerkiksi peseytyminen ja liikkuminen, ja hoitajan avustaessa näissä toiminnoissa sairaalahoidossa olevan lapsen kipu voi lievittyä [7]. Lapsen hyvä perushoito auttaa sekä kivun ennaltaehkäisyssä että sen hoidossa. Ympäristöllä on vaikutusta lapsen kivun kokemiseen ja viihtyvyyteen sairaalassa. [25] Ympäristön viihtyvyyteen voidaan vaikuttaa melun vähentämisellä [7] sekä huoneen lämpötilalla, valaistuksella ja ilman raikkauksella [25]. Lisäksi lapsi voi tuoda sairaalaan hänelle tärkeitä omia tavaroitaan [7].

## Lapset ja vanhemmat hyötyvät osaamisen vahvistamisesta

Sähköistä opasta kehittäneen opinnäytetyön tavoitteena oli lisätä hoitotyön ja ensihoidon opiskelijoiden osaamista leikki- ja kouluikäisten lasten lääkkeettömistä kivunhoitomenetelmistä. Pitkän aikavälin tavoitteena oli lasten ja heidän vanhempiensa hyötyminen oppaasta opiskelijoiden ja tulevien ammattilaisten osaamisen syventymisen kautta. [33]

Lasten kivunhoitoa toteuttaessa hoitotyöntekijöillä tulisi olla riittävästi tietoa lasten kivusta. Lapsipotilaita hoitava henkilökunta tulisi kouluttaa kivun arviointiin ja hoitoon. [3] [6] [8] [10] Kivunhoitokoulutus olisi suositeltavaa hoitotyön tiedon, laadun ja potilastyytyväisyyden parantamiseksi [34] [35], ja koulutuksissa opitun tiedon siirtäminen käytäntöön tulisi varmistaa.

Jatkossa tarvitaan lisää tutkimustietoa lasten lääkkeettömästä kivunhoidosta ja sen käytöstä lasten hoitotyössä. Lisäksi olisi tärkeää saada tietoa lasten omista kokemuksista kivunhoidon onnistumisesta. Padlet-alustalle haluttiin koota yhteen leikki- ja kouluikäisten tutkittuun tietoon perustuvia lääkkeettömiä

kivunhoitomenetelmiä. Lapsipotilaita kohdataan ja hoidetaan monissa hoitoympäristöissä, joten helposti saavutettavasta sähköisestä oppaasta on hyötyä kaikille hoitotyötä tekeville.

Parkkila Hannele, sairaanhoitajaopiskelija  
Oulun ammattikorkeakoulu, hoitotyön tutkinto-ohjelma

Saukko Roosa, sairaanhoitajaopiskelija  
Oulun ammattikorkeakoulu, hoitotyön tutkinto-ohjelma

Pöyskö Anne-Maria, lehtori  
Oulun ammattikorkeakoulu, Sosiaali- ja terveysalan yksikkö

Saarnio Reetta, yliopettaja  
Oulun ammattikorkeakoulu, Sosiaali- ja terveysalan yksikkö

Artikkeli perustuu opinnäytetyöhön:

Parkkila, H. & Saukko, R. 2021. Lääkkeetön kivunhoito leikki- ja kouluikäisten lasten hoitotyössä – Opas Oulun ammattikorkeakoulun hoitotyön ja ensihoidon tutkinto-ohjelman opiskelijoille. Oulun ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2021052410761>

## Lähteet

[1] Kalso, E. 2018. Kivun biologinen merkitys. Teoksessa E. Kalso, M. Haanpää, K. Hamunen, V. Kontinen & A. Vainio (toim.) Kipu. 4. uud. p. Helsinki: Duodecim, 108–110.

[2] Storvik-Sydänmaa, S., Tervajärvi, L. & Hammar, A-M. 2019. Lapsen ja perheen hoitotyö. SanomaPro, 100–101, 103.

[3] Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health and Task Force on Pain in Infants, Children, and Adolescents. 2001. The Assessment and



Management of Acute Pain in Infants, Children, and Adolescents. *Pediatrics* 108 (3), 793–797. Hakupäivä 17.5.2021. <https://doi.org/10.1542/peds.108.3.793>

[4] Managing pain in children aged under 12 years. 2014. *Best Practice Journal* 59. Hakupäivä 17.5.2021. <https://bpac.org.nz/bpj/2014/march/pain.aspx>

[5] Hiller, A. 2018. Lasten kivun lääkehoito ja akuutti kipu. Teoksessa E. Kalso, M. Haanpää, K. Hamunen, V. Kontinen & A. Vainio (toim.) *Kipu*. 4. uud. p. Helsinki: Duodecim, 506–508.

[6] Hiller, A. 2019. Lasten ja nuorten kivun hoito. *Kipuviesti* 2, 10–15. Hakupäivä 17.5.2021. <https://www.skty.org/kipuviesti/kipuviesti-2-2019/>

[7] Lahtinen, M., Rantanen, A., Heino-Tolonen, T. & Joronen, K. 2015. Lääkkeetön kivunlievitys ja sen kirjaaminen lasten sairaalahoidon aikana. *Hoitotiede* 27 (4), 324–337.

[8] Storvik-Sydänmaa, S., Talvensaari, H., Kaisvuo, T. & Uotila, N. 2015. Lapsen ja nuoren hoitotyö. 1.–3. p. Helsinki: Sanoma Pro, 238, 327.

[9] Luntamo, T. 2013. Pain symptoms and sleep problems among school-aged children. Long-term prevalence changes, and pain symptoms as predictors of later mental health. Väitöskirja. Turun yliopisto. Hakupäivä 17.5.2021. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-29-5389-9>

[10] Srouji, R., Ratnapalan, S. & Shcneeweiss, S. 2010. Pain in Children: Assessment and Nonpharmacological Management. *International Journal of Pediatrics* 2010. Hakupäivä 18.5.2021. <https://doi.org/10.1155/2010/474838>

[11] Kalso, E. 2018. Voiko kipua mitata? *Duodecim*. Hakupäivä 6.11.2020. [https://www.oppiportti.fi/op/kip00723/do?p\\_haku=voiko%20kipua%20mitata#q=voiko%20kipua%20mitata](https://www.oppiportti.fi/op/kip00723/do?p_haku=voiko%20kipua%20mitata#q=voiko%20kipua%20mitata)

[12] Lempinen, H., Pölkki, T., Kyngäs, H. & Kaakinen, P. 2020. Feasibility and Clinical Utility of the Finnish Version of the FLACC Pain Scale in PICU. *Journal of Pediatric Nursing* 55 211–216. Hakupäivä 18.5.2021. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2020.07.011>

- [13] Pölkki, T. 2002. Postoperative pain management in hospitalized children – focus on nonpharmacological pain relieving methods from the viewpoint of nurses, parents and children. Väitöskirja. Kuopion yliopisto. Hakupäivä 18.5.2021. <http://urn.fi/URN:ISBN:951-781-936-6>
- [14] Pölkki, T., Pietilä, A.-M. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2002. Hospitalized children's descriptions of their experiences with postsurgical pain relieving methods. *International Journal of Nursing Studies* 40 (1), 33–44. Hakupäivä 18.5.2021. [https://doi.org/10.1016/S0020-7489\(02\)00030-5](https://doi.org/10.1016/S0020-7489(02)00030-5)
- [15] Karling, M., Renström, M. & Ljungman, G. 2007. Acute and postoperative pain in children: a Swedish nationwide survey. *Acta Paediatrica* 91 (6), 660–666. Hakupäivä 18.5.2021. <https://doi.org/10.1111/j.1651-2227.2002.tb03298.x>
- [16] Birnie, K., Chambers, C., Fernandez, C., Forgeron, P., Latimer, M., McGrath, P., Cummings, E. & Finley, A. 2014. Hospitalized children continue to report undertreated and preventable pain. *Pain Research and Management* 19 (4), 198–204. Hakupäivä 18.5.2021. <https://doi.org/10.1155/2014/614784>
- [17] Short, S., Gretchen, P. & Birnbaum, C. 2017. Nonpharmacologic Techniques to Assist in Pediatric Pain Management. *Clinical Pediatric Emergency Medicine* 18 (4), 256–260. Hakupäivä 18.5.2021. <https://doi.org/10.1016/j.cpem.2017.09.006>
- [18] Käypä hoito. 2017. Kipu. Hakupäivä 18.5.2021. <https://www.kaypahoito.fi/hoi50103#s12>
- [19] Pillai Riddel, R., Racine, N., Gennis, H., Turcotte, K., Uman, L., Horton, R., Ahola Kohut, S., Hillgrove Stuart, J., Stevens, B. & Lisi, D. 2015. Non-pharmacological management of infant and young child procedural pain. *Cochrane Database of Systematic Reviews*. Hakupäivä 18.5.2021. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD006275.pub3>
- [20] Pölkki, T., Vehviläinen-Julkunen, K. & Pietilä, A.-M. 2001. Nonpharmacological methods in relieving children's postoperative pain: a survey on hospital nurses in Finland. *Journal of Advanced Nursing* 34 (4), 483–492. Hakupäivä 18.5.2021. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2648.2001.01777.x>

- [21] Pölkki, T., Laukkala, H., Vehviläinen-Julkunen, K. & Pietilä, A.-M. 2003. Factors influencing nurses' use of nonpharmacological pain alleviation methods in paediatric patients. *Scandinavian Journal of Caring Sciences* 17 (4), 373–383. Hakupäivä 18.5.2021. <https://doi.org/10.1046/j.0283-9318.2003.00239.x>
- [22] He, H.-G., Klainin-Yobas, P., Ang, E., Sinnappan, R., Pölkki, T. & Wang, W. 2015. Nurses' Pro-vision of Parental Guidance Regarding School-Aged Children's Postoperative Pain Management: A Descriptive Correlational Study. *Pain Management Nursing* 16 (1), 40–50. Hakupäivä 18.5.2021. <https://doi.org/10.1016/j.pmn.2014.03.002>
- [23] He, H.-G., Pölkki, T., Vehviläinen-Julkunen, K. & Pietilä, A.-M. 2005. Chinese nurses' use of non-pharmacological methods in children's postoperative pain relief. *Journal of Advanced Nursing* 51 (4), 335–342. Hakupäivä 18.5.2021. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2005.03505.x>
- [24] Kinnunen, P. & Raitanen, S. 2021. Lapsen kivun hoito. Hakupäivä 18.5.2021. [https://www.terveysportti.fi/dtk/shk/avaa?p\\_artikkeli=shk03110&p\\_haku=pelko](https://www.terveysportti.fi/dtk/shk/avaa?p_artikkeli=shk03110&p_haku=pelko)
- [25] Ivanoff, P., Risku, A., Kitinoja, H., Vuori, A. & Palo, R. 2007. Hoidatko minua? Lapsen, nuoren ja perheen hoitotyö. 3.–4. p. Porvoo: WSOY, 159, 195.
- [26] Salanterä, S., Hagelberg, N., Kauppila, M. & Närhi, M. 2006. Kivun hoitotyö. 1. p. Porvoo: WSOY, 152–155, 161, 163–165, 195.
- [27] Bjong, J. 2021. Meillä jokaisella on oikeus fysioterapiaan. Hakupäivä 18.5.2021. <https://docplayer.fi/6425997-Meilla-jokaisella-on-oikeus-fysioterapiaan.html>
- [28] Kauranen, K. 2017. Fysioterapeutin käsikirja. 1. p. Helsinki: Sanoma Pro, 552–553, 575–576, 559–560.
- [29] Arokoski, J. 2015. Kipu haltuun fysiatrian keinoin. Sic! Lääketietoa Fimeasta. Hakupäivä 18.5.2021. [https://sic.fimea.fi/arkisto/2015/4\\_2015/kipu/kipu-haltuun-fysiatrian-keinoin](https://sic.fimea.fi/arkisto/2015/4_2015/kipu/kipu-haltuun-fysiatrian-keinoin)

- [30] Pölkki, T., Hakulinen, T. & Tuomikoski, A. 2019. Onko tärinästimulaatiolla vaikuttavuutta lapsen kipuun, ahdistukseen ja toimenpiteen kestoon pistämiseen liittyvissä toimenpiteissä? Hoitotyön tutkimussäätiö 4.12.2019. Hakupäivä 18.5.2021. <https://www.hotus.fi/uusi-nayttovinkki-12-2019-julkaistu-tarinastimulaatio-on-varteenotettava-laakkeeton-kivunhoitomenetelma-lapsen-pistamiseen-liittyvissa-toimenpiteissa/>
- [31] Järvenpää, T. & Tuovinen, S. 2021. Mitä Satuhieronta on? Hakupäivä 18.5.2021. <https://satuhieronta.fi/mita-satuhieronta-on/>
- [32] Mattila, E. 2011. Aikuispotilaan ja perheenjäsenen emotionaalinen ja tiedollinen tuki sairaalahoidon aikana. Väitöskirja. Tampereen yliopisto. Hakupäivä 18.5.2021. <http://urn.fi/urn:isbn:978-951-44-8541-1>
- [33] Parkkila, H. & Saukko, R. 2021. Lääkkeetön kivunhoito leikki- ja kouluikäisten lasten hoitotyössä – Opas Oulun ammattikorkeakoulun hoitotyön ja ensihoidon tutkinto-ohjelman opiskelijoille. Oulun ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. Hakupäivä 17.5.2021. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2021052410761>
- [34] Parkkila, H. & Saukko, R. 2021. Lääkkeetön kivunhoito leikki- ja kouluikäisten lasten hoitotyössä. Opas Oulun ammattikorkeakoulun hoitotyön ja ensihoidon tutkinto-ohjelman opiskelijoille. Oulun ammattikorkeakoulu. Hakupäivä 18.5.2021. <https://ouluamk.padlet.org/roosasaukko/ossta4b7rsz361pq>
- [35] Chiang, L.-C., Chen, H.-J. & Huang, L. 2006. Student Nurses' Knowledge, Attitudes, and Self-Efficacy of Children's Pain Management: Evaluation of an Education Program in Taiwan. *Journal of Pain and Symptom Management* 32 (1), 82–89. Hakupäivä 18.5.2021. <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2006.01.011>
- [36] Soroor, P., Sakineh, T., Rasool, R. & Mahboobeh, A. 2020. The effect of pain management training in workshop on the knowledge, attitude and self-efficacy of pediatric nurses. *Journal of Family Medicine and Primary Care* 9 (6), 2880–2884. Hakupäivä 18.5.2021. [https://dx.doi.org/10.4103%2Fjfmprc.jfmprc\\_92\\_20](https://dx.doi.org/10.4103%2Fjfmprc.jfmprc_92_20)

## METATIEDOT

**Tyyppi:** Artikkel

**Julkaisija:** Oulun ammattikorkeakoulu

**Julkaisunumero:** 69/2021

**Julkaisuvuosi:** 2021

**Tekijätiedot:** Parkkila Hannele, Saukko Roosa, Pöyskö Anne-Maria, Saarnio Reetta

**Oikeudet:** CC BY-SA 4.0

**Kieli:** suomi

**Pysyvä osoite:** <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe2021102051824>

**Tiivistelmä:** Lasten hoitotyössä kivunhoito on olennainen osa kattavan hoidon tarjoamista. Kivulla ja sen hoitamattomuudella voi olla monia negatiivisia vaikutuksia lapsen hyvinvointiin ja kehitykseen. Lääkkeettömän kivunhoidon tulisi olla ensisijaista kivunhoitoa lasten hoitotyössä. Lasten kivun arvioinnista ja tehokkaasta kivunhoidosta on olemassa paljon tietoa, mutta sen sovellettavuutta käytäntöön voisi tehostaa. Artikkel

perustuu opinnäytetyöhön, jossa laadittiin sähköinen itseopiskelumateriaali leikki- ja kouluikäisten lasten hoitotyössä käytettävistä lääkkeettömistä menetelmistä Oulun ammattikorkeakoulun hoitotyön ja ensihoidon opiskelijoille. Tavoitteena oli lisätä opiskelijoiden osaamista leikki- ja kouluikäisten lasten lääkkeettömistä kivunhoitomenetelmistä. Lapsipotilaita kohdataan ja hoidetaan monissa hoitoympäristöissä, joten sähköisestä helposti saavuttavasta oppaasta on hyötyä kaikille hoitotyötä tekeville.