



Äitien kokemuksia taaperoimetyksestä

Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Henna Väättäinen

Opinnäytetyö, AMK

Joulukuu 2022

Terveys- ja hyvinvointialat

Kättilö (AMK), kättilön tutkinto-ohjelma

Väätäinen, Henna

Äitien kokemuksia taaperoimetyksestä. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Joulukuu 2022, 57 sivua.

Kätilön tutkinto-ohjelma. Opinnäytetyö AMK.

Julkaisun kieli: suomi

Julkaisulupa avoimessa verkossa: kyllä

Tiivistelmä

Taaperoimetyksellä tarkoitetaan yli 1-vuotiaan lapsen imetystä. THL suosittaa täysimetystä 4–6 kuukauden ikäiseksi ja osittaisimetystä vähintään vuoden ikäiseksi asti tai perheen halutessa pidempään. WHO:n vastaavat suositukset ovat 6 kuukautta täysimetystä ja osittaisimetystä vähintään 2 vuotta tai pidempään perheen niin halutessa. Täysimetys ja osittaisimetys ovat yleistyneet Suomessa verrattuna vuoden 2010 tutkimukseen, mutta imetyssuositukset jäävät edelleen monilta saavuttamatta.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli koota äitien kokemuksia taaperoimetyksestä sekä heidän saamastaan tuesta ja ohjauksesta taaperoimetyksen yhteydessä. Tavoitteena oli lisätä äitien tietoutta taaperoimetyksestä ja tukea heitä päätöksissään lastensa imetyksen suhteen. Tavoitteena oli, että hoitohenkilökunnan tietoisuus taaperoimetyksestä lisääntyy ja he voivat kehittää imetysohjaustaan. Tavoitteena oli myös edistää yhteiskunnan asennetta sallivammaksi taaperoimetyksen suhteen.

Tuloksista ilmeni, että äidit kokivat taaperoimetyksen enimmäkseen myönteisenä. Myös ristiriitaisia ja negatiivisia kokemuksia ilmeni. Äidit kokivat etenkin puolisoilta saadun tuen tärkeäksi. Tuloksista paljastui, että terveydenhuollon ammattilaiset suhtautuivat taaperoimetykseen usein negatiivisesti ja vähättelevästi, sekä pitivät sitä merkityksettömänä.

Tulosten perusteella äidit eivät saaneet kaipaamaansa ohjausta taaperoimetyksen yhteydessä, vaan joutuivat hankkimaan tietoa itse. Terveydenhuollon ammattilaisten suhtautuminen taaperoimetykseen vaihteli äitien kokemusten perusteella. Terveydenhuollon ammattilaisten tietoutta taaperoimetyksestä tulisi lisätä sekä panostaa positiiviseen ja kannustavaan kohtaamiseen. Imetyksestä tulisi kysyä myös vauvaiän jälkeen. Äitejä tulisi tukea päätöksissään imetyksensä suhteen koko imetysmatkan ajan. Taaperoimetystä pitäisi tuoda enemmän esiin ja normalisoida sitä.

Avainsanat (asiasanat)

taaperoimetus, imetykokemus, imetystuki, imetysohjaus, kirjallisuuskatsaus

Muut tiedot (salassa pidettävät liitteet)

-

Väätäinen, Henna

Mothers' experiences of breastfeeding a toddler. Literary review

Jyväskylä: JAMK University of Applied Sciences, December 2022, 57 pages.

Degree programme in Midwifery. Bachelor's thesis.

Permission for open access publication: Yes

Language of publication: Finnish

Abstract

Toddler breastfeeding refers to breastfeeding an over 1-year old child. THL recommends exclusive breastfeeding until 4–6 months of age and partial breastfeeding until at least one year of age or longer if the family wishes. WHO's consistent recommendations are 6 months exclusive breastfeeding and partial breastfeeding at least 2 years or longer. Exclusive and partial breastfeeding have become more common in Finland compared to the 2010 survey, but many have still not achieved the breastfeeding recommendations.

The purpose of the study was to collect mothers' experiences of breastfeeding a toddler and the support and guidance they received while breastfeeding a toddler. The goal was to increase mothers' awareness of toddler breastfeeding and support them in their decisions regarding breastfeeding (their children). The goal was to increase the nursing staff's awareness of toddler breastfeeding to develop their breastfeeding guidance and to promote a more permissive attitude towards toddler breastfeeding in the society.

The results indicate that the mothers experience in breastfeeding is mostly positive, but there were also mixed and negative experiences; especially the spouse's support was regarded as important. Additionally, the health care professionals often had a negative and belittling attitude towards toddler breastfeeding and considered it unimportant. Also, the mothers did not get enough guidance for breastfeeding.

The health care professionals' attitude towards toddler breastfeeding varied, and more positive and encouraging encounters were desired. Breastfeeding should also be asked about after infancy. Mothers should be supported in their decisions regarding breastfeeding throughout their breastfeeding journey. Breastfeeding should be brought out more and normalized.

Keywords/tags (subjects)

toddler, breastfeeding experience, breastfeeding support and guidance, literary review

Miscellaneous (Confidential information)

-

Sisältö

1	Johdanto	3
2	Tarkoitus ja tavoitteet	3
3	Keskeiset käsitteet	4
3.1	Imetys.....	4
3.2	Taaperoimetus.....	6
3.3	Imetystuki ja imetyksen ohjaus.....	7
4	Opinnäytetyön toteutus	9
4.1	Kuvaileva kirjallisuuskatsaus	9
4.2	Aineiston haku.....	10
4.3	Opinnäytetyöhön hyväksytyt tutkimukset ja artikkelit.....	18
4.4	Aineiston analyysi.....	18
5	Tutkimustulokset	20
5.1	Äitien kokemukset taaperoimetyksestä	20
5.1.1	Äitien positiiviset kokemukset taaperoimetyksestä.....	20
5.1.2	Äitien ristiriitaiset kokemukset taaperoimetyksestä.....	23
5.1.3	Äitien negatiiviset kokemukset taaperoimetyksestä	23
5.1.4	Positiivinen tuki taaperoimetyksen yhteydessä	24
5.1.5	Negatiivinen tuki taaperoimetyksen yhteydessä	26
5.1.6	Taaperoimetyksen ohjaus.....	28
6	Pohdinta	29
6.1	Tulosten tarkastelu.....	29
6.2	Eettisyys ja luotettavuus	32
6.3	Johtopäätökset.....	34
6.4	Jatkotutkimusaiheet.....	35
	Lähteet	36
	Liitteet	41
	Liite 1. Opinnäytetyöhön hyväksytyt tutkimukset ja artikkelit	41
	Liite 2. Pelkistetyt ilmaukset ylä- ja alaluokittain.....	49
	Taulukot	
	Taulukko 1. Sisäänottokriteerit.....	11

Taulukko 2. Tiedonhakutaulukko	14
Taulukko 3. Esimerkki pelkistämisestä.....	19

1 Johdanto

Taaperoimetus herättää paljon keskustelua, mutta on samalla arka aihe. Maailman terveysjärjestö WHO:n laatimat kansainväliset imetyssuositukset suosittelevat taaperoimetystä. WHO suosittelee täysimetystä kuuden kuukauden ikään saakka ja osittaisimetystä vähintään 2 vuoden ikään saakka ja perheen halutessa pidempään. (Exclusive breastfeeding for six months best for babies everywhere 2011.) Suomessa kansalliset imetyssuositukset suosittelevat täysimetystä 4–6 kuukauden ikään ja sen jälkeen osittaisimetystä vähintään yksivuotiaaksi asti tai pidempään, mikäli perhe niin haluaa (Kansallinen imetyksen edistämisen toimintaohjelma vuosille 2018–2022 2017, 18–19; Syö-dään yhdessä – ruokasuositukset lapsiperheille 2019, 63–64, 68).

Imettäjä voi kohdata ennakkoluuloja taaperoimetystä kohtaan (Koskinen 2008, 114). Taaperoime-tys nähdään yleisesti usein sitovana, aikaa vievänä ja jopa äidin motiiveja taaperoimetykselle ih-metellään. (Koskinen 2008, 114; Niemelä 2006, 110–112.) Imetykselle ei kuitenkaan ole yläikära-jaa.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on koota tietoa kirjallisuuskatsauksen muodossa äitien koke-muksista taaperoimetyksestä. Tavoitteena on lisätä äitien tietoutta taaperoimetyksestä ja tukea heitä päätöksissään lastensa imetyksen suhteen. Tavoitteena on, että hoitohenkilökunnan tietoi-suus taaperoimetyksestä lisääntyy ja he voivat kehittää imetysohjaustaan. Tavoitteena on myös edistää yhteiskunnan asennetta sallivammaksi taaperoimetyksen suhteen.

2 Tarkoitus ja tavoitteet

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on koota tietoa kirjallisuuskatsauksen muodossa äitien koke-muksista taaperoimetyksestä ja heidän saamastaan imetysohjauksesta ja tuesta. Tavoitteena on lisätä äitien tietoutta taaperoimetyksestä ja tukea heitä päätöksissään lastensa imetyksen suh-teen. Tavoitteena on, että hoitohenkilökunnan tietoisuus taaperoimetyksestä lisääntyy ja he voi-vat kehittää imetysohjaustaan. Tavoitteena on myös edistää yhteiskunnan asennetta sallivam-maksi taaperoimetyksen suhteen.

Tutkimuskysymykset ovat:

Miten äidit ovat kokeneet taaperoimetyksen?

Miten äidit ovat kokeneet saamansa imetysohjauksen ja -tuen taaperoimetyksen yhteydessä?

3 Keskeiset käsitteet

3.1 Imetys

Imetyksellä tarkoitetaan lapsen syöttämistä äidin maitorauhasten erittämällä maidolla, yleensä suoraan äidin rinnasta. Täysimetyksellä tarkoitetaan, ettei imetettävä saa mitään muuta ravintoa kuin rintamaitoa, joko suoraan rinnasta imettämällä tai lypsettynä. Ainoastaan välttämättömien ravintolisävalmisteiden anto sallitaan, esimerkiksi D-vitamiini. (Kansallinen imetyksen edistämisen toimintaohjelma vuosille 2018–2022 2017, 11.) Osittaisimevä saa muutakin ravintoa kuin rintamaitoa (Kansallinen imetyksen edistämisen toimintaohjelma vuosille 2018–2022 2017, 11; Imetyksen tuki ry 2018; Niemelä 2006, 59). Vauvan ensimmäisinä kuukausina osittaisimetyksellä tarkoitetaan yleensä rintamaidon ja korvikemaidon yhdistämistä. Kaikista imetetyistä lapsista tulee osittaisime-tettyjä kiinteän ravinnon aloittamisen jälkeen. (Imetyksen tuki ry 2018; Niemelä 2006, 59.)

Maailman terveysjärjestö WHO:n imetyssuositus suosittaa täysimetystä 6 kuukauden ikään ja osittaisimetystä vähintään kahden vuoden ikään saakka, tai pidempään, mikäli perhe niin haluaa (Exclusive breastfeeding for six months best for babies everywhere 2011). Suomessa täysimetystä suositellaan 4–6 kuukauden ikään asti. Useimmille normaalipainoisina syntyneille vauvoille äidinmaito riittää ainoaksi ravinnoksi (D-vitamiinin kera) ensimmäisten kuuden kuukauden ajan. Mais-teluannoksin aloitettavat kiinteät ruoat suositellaan aloitettavaksi 4–6 kuukauden iässä. Osittaisimetystä suositellaan jatkettavan vähintään yhden vuoden ikään ja myös tätä pidempään, mikäli perhe niin haluaa. (Kansallinen imetyksen edistämisen toimintaohjelma vuosille 2018–2022 2017, 18-19; Syödään yhdessä – ruokasuositukset lapsiperheille 2019, 63-64, 68.)

Kansallinen imetyksen edistämisen toimintaohjelma vuosille 2018–2022 on Suomessa oleva laaja-alainen kansallinen toimintaohjelma imetyksen edistämiseksi. Imetyksen edistämistyön linjaus ja Suomen nosto imetyksen kärkimaaksi ovat ohjelman tarkoituksena ja tavoitteena. Yhtenä osatavoitteena on pidentää imetyksen ja täysimetyksen kestoa WHO:n suositusten tasolle. (Kansallinen imetyksen edistämisen toimintaohjelma vuosille 2018–2022 2017, 17–18.) Vauvamyönteisyysohjelma (Baby Friendly Hospital Initiative) on Unicefin ja WHO:n (Maailman terveysjärjestön) vuonna

1991 toimeenpanema kansainvälinen toimintaohjelma. Ohjelman pyrkimyksenä on imetyksen suojeleminen, sen edistäminen ja tukeminen. Myös Vauvamyönteisyysohjelman tavoitteena on kuuden kuukauden täysimetys ja imetyksen jatkaminen kahden vuoden ikään tai pidempään. (WHO & Unicef 2009, 5.)

Imetyksen edistämisen toimintaohjelmaa ja Vauvamyönteisyysohjelmaa tarvitaan, sillä Suomessa imetystilastojen mukaan valtaosalla imetyssuositukset jäävät saavuttamatta. Tutkimuksen mukaan hieman yli puolet 0–3 kuukauden ikäisistä vauvoista oli täysimetettyjä, 4 kuukauden ikäisistä 50 %, 5 kuukauden ikäisistä 26 % ja puolenvuoden ikäisistä enää 9 %. Tutkimuksen mukaan 58 % yksi-vuotiaista sai edelleen rintamaitoa. Täysimetys ja osittaisimetys ovat molemmat yleistyneet verrattuna vuoden 2010 tutkimukseen, mutta imetyssuositukset jäävät edelleen monilta saavuttamatta. (Ikonen, Hakulinen, Lyytikäinen, Mikkola, Niinistö, Sarlio & Virtainen 2020, 27–28.)

Imetyksestä on hyötyä sekä lapselle että äidille (Ikonen, Antila & Hakulinen 2021; Sirviö 2019; Taaperoimetyksen faktapankki 2021; Äidinmaito on superfoodia 2021; Infant and young child feeding 2021; Imetyksen hyötyjä 2019). Rintamaito sisältää tärkeitä ravintoaineita ja kasvua tukevia tekijöitä. Ravinnon lisäksi rintaa imevä lapsi saa läheisyyttä, joka tukee hänen kokonaiskehitystään. (Imetyksen hyötyjä 2019.) Maidon koostumus on erilaista eri ikäisille imetetyille. Imetys antaa suojaa erilaisia tulehduksia vastaan ja toisaalta toimii myös eräänlaisena tukihoitona lapsen sairastessa. Rintamaito imeytyy hyvin ja toimii nesteytyksenä. (Taaperoimetyksen faktapankki 2021; Imetyksen hyötyjä 2019.) Täysimetyksen on tutkittu vähentävän esimerkiksi korvatulehduksia sekä sairaalahoitoa vaativia hengitys- ja suolistotulehduksia (Ikonen, Antila & Hakulinen 2021; Sirviö 2019, Taaperoimetyksen faktapankki 2021, Imetyksen hyötyjä 2019). Imetys antaa jonkin verran suojaa astmaa, atooppista ihottumaa ja kätkytkuolemaa vastaan. Pitkän ajan vaikutuksena imetys antaa suojaa myös myöhemmältä lihavuudelta lapsuudessa ja aikuisuudessa, diabetekselta ja korkealta verenpaineelta. (Ikonen, Antila & Hakulinen 2021; Imetyksen hyötyjä 2019; Taaperoimetyksen faktapankki 2021.) Imetyksellä on positiivisia vaikutuksia myös kolesteroliarvoihin aikuisuudessa, sillä se madaltaa niitä (Juonala, Viikari, Simell, Niinikoski & Raitakari 2012).

Imettäjän saamat terveyshyödyt ovat välittömiä sekä myös hyvin pitkäaikaisia. Imettävä äiti toipuu synnytyksestä nopeammin, kohtu supistuu paremmin ja hänen jälkivuotonsa on niukempaa. Ime-

tyksen aikana erittyvä oksitosiini-hormoni saa aikaan mielihyvää, lievittää stressiä sekä saa imettäjän tuntemaan olonsa luottavaiseksi. Äidin riski sairastua masennukseen on myös pienempi kuin ei-imettävän äidin. (Imetyksen hyötyjä 2019.) Imettäneiden äitien rinta- ja munasarjasyöpä, 2-tyyppin diabetes sekä sydän- ja verisuonitautien riski on pienempi ei-imettäneisiin verrattuna (Tschiederer, Seekircher, Kunutsor, Peters, O’Keeffe & Willeit 2022). Mikäli äidillä on ollut raskausdiabetes, imetys pienentää myös hänen riskiään sairastua 2-tyyppin diabetekseen myöhemmin. Imetys tukee myös painonhallintaa ja raskauskilojen pudottamista. (Äidinmaito on superfoodia 2021; Taaperoimetyksen faktapankki 2021.) Imetyksen kestäessä pidempään, myös terveyshyötyjen määrä kasvaa. Esimerkiksi rintasyöpäriski laskee 4 % per imetetty vuosi. Ei tule myöskään unohtaa yhteiskunnalle tulevaa hyötyä, sillä imetys laskee äitien terveydenhuoltokustannuksia. (Taaperoimetyksen faktapankki 2021.) Imetys tutkitusti vähentää lapsen sekä äidin sairastuvuutta lyhyt- ja pitkäaikaisesti, joten se onkin THL:n mukaan yksi kansanterveyden peruspilareista (Vauvojen imetys on yleistynyt – nuoret ja matalammin koulutetut äidit imettävät edelleen muita vähemmän 2020).

3.2 Taaperoimetus

Taaperoimetyksellä tarkoitetaan yli 1-vuotiaan lapsen imetystä (Koskinen 2008, 114). Taaperoksi luokitellaan 1–3-vuotias lapsi. Taaperoimetus on yleisesti käytetty termi, vaikkei se kuulukaan YSA-asiasanastoon. Taaperoimetus-termiä käyttävät suomalaiset sekä kansainväliset alan asiantuntijat teoksissaan ja julkaisuissaan. Koskinen (2008, 114) kertoo, että vain harva äiti suunnittelee imetyksen jatkamista yli vuoden ikäiseksi. Imetys voi muodostua tärkeäksi osaksi vuorovaikutusta äidin ja lapsen välillä, tällöin yli yhden vuoden ikä ei ole äideille riittävä vieroitusperuste. Äidinmaidosta on edelleen hyötyä yli yksivuotiaan ruokavaliossa, vaikkei se olekaan enää välttämätön osa sitä. Äidinmaidossa on edelleen runsaasti vasta-aineita ja se sisältää energiaa sekä tärkeitä vitamiineja (Koskinen, 2008, 114; Järvenpää 2009). Imetyksen vaikutuksia hampaiden kuntoon on tutkittu ja on selvinnyt, ettei imetys yksistään vaaranna hammasterveyttä, jos muuten suuhygienia on kunnossa (Ikonen, Antila & Hakulinen 2021; Pitkällinen imetys ei yksistään vaaranna suunterveyttä 2015). Imetyksellä on myönteinen vaikutus lapsen suun alueen lihaksiston ja leukojen alueen sekä purenan kehittymiseen (Sirviö 2019).

Jotkut jatkavat imetystä läpi uuden raskauden ja edelleen vauvan synnyttyä, eli imettävät sekä aiemmin syntynyttä lasta ja vastasyntynyttä yhtä aikaa. Tätä kutsutaan tandemimetukseksi. Imetystä on mahdollista jatkaa raskauden aikana, mikäli raskauden kulku on normaali ja imettäjä on

itse terve. Riskitekijöitä ovat kaksosraskaus, äidin painon lasku, verenvuoto ja aiemmat ennenaikaiset synnytykset. Raskauden alussa maitoa erittyy vähemmän ja maidon maku muuttuu, tämä saa jotkut lapset vieroittumaan rinnalta. Jos keskiraskauden jälkeen äidillä on kivuliaita supistuksia, häntä saatetaan kehottaa lopettamaan imetys. (Deufel & Montonen 2010b, 461–462.)

3.3 Imetystuki ja imetyksen ohjaus

Yksi imetyksen tuen muodoista on imetysohjaus. Imetysohjauksella tarkoitetaan terveydenhuollon ammattilaisen ja/tai imetysohjaajakoulutuksen suorittaneen henkilön antamaa tukea ja ohjausta imetyksen onnistumiseksi. Imetysohjaus perustuu parhaaseen ajantasaiseen tietoon sekä hyvään käytäntöön. Imetysohjauksen sisältö ja tavoitteet muotoutuvat ohjattavan (äiti ja toinen vanhempi) tarpeiden mukaisesti yhteistyössä ohjaajan ja ohjattavan välillä. (Kansallinen imetyksen edistämisen toimintaohjelma vuosille 2018–2022 2017, 11; UNICEF & WHO 2009, 9.) Imetysohjausta tulee antaa kaikille äideille aloittaen jo raskausaikana. Imetysohjausta tulisi jatkaa yhtenäisenä päättyen vieroitukseen. (Jukarainen & Otronen 2010, 398; McFadden, Gavine, Renfrew, Wade, Buchanan, Taylor, Veitch, Rennie, Crowther, Neiman, MacGillivray 2017, 2; Äitiysneuvola-opas 2013, 47).

Imetyksen tuella tarkoitetaan yksilö- ja yhteisöllä imetysmyönteisiä tekoja ja asenteita. Imetyksen tukea ovat tiedon välittäminen, henkinen tukeminen ja rohkaiseminen, sekä auttaminen käytännön ongelmassa. Niin ikään tukea ovat kannustus ja tuki imettämiseen sekä sen jatkamiseen, joka voi tulla terveydenhuollon ammattilaiselta, vertaiselta tai läheiseltä henkilöltä. (Raskaana olevan, synnyttävän ja synnyttäneen äidin sekä perheen imetysohjaus 2010, 3; Kansallinen imetyksen edistämisen toimintaohjelma vuosille 2018–2022 2017, 11.)

Sosiaalista tukea voi saada kolmelta eri tasolta, joita ovat primaari-, sekundaari- ja tertiääritaso. Primaaritasolla (ensisijainen tuki) ovat puoliso ja lähiomaiset, sekundaaritasolla ystävät, sukulaiset, työkaverit, naapurit sekä vertaistuki esimerkiksi imetystukiryhmässä ja tertiääritasolla ammattihenkilöiden antama asiantuntija-apu. Sosiaalisen tuen muotoja ovat emotionaalinen-, konkreettinen-, informatiivinen- ja arvostava tuki. Emotionaalista tukea ovat esimerkiksi kannustaminen, arvostaminen, kehuminen sekä ylipäätään välittämisen osoittaminen. Kodinhoidossa auttaminen, taloudellinen tukeminen, ajan antaminen sekä imetyksessä auttaminen ovat konkreettista tukea. Ohjaaminen, tiedon ja suositusten antaminen ovat päätöksenteon tukea, eli informatiivista tukea.

Siihen kuuluu myös väärin käsitysten oikaisu, keskustelu sekä ratkaisun etsiminen yhdessä äidin kanssa. Arvostava tuki on puolestaan myönteisen palautteen antamista ja tukemista. (Deufel & Montonen 2010, 150–151.)

Imetyksen onnistumiselle suuri merkitys on puolison myönteisellä suhtautumisella imetystä kohtaan (Deufel & Montonen 2010, 159). Puolison mukanaolo imetysohjauksessa on todettu tärkeäksi (Jukarainen & Otronen 2010, 398). Myös äidin oman äiti vaikuttaa siihen, miten äiti itse käyttäytyy vanhempana. Äidin sekundaaritason turvaverkoston, kuten ystävien ja sisarten, näkemykset imetyksen suhteen liittyvissä päätöksissä merkitsevät enemmän kuin terveydenhuollon ammattilaisilta saatu tuki. Ystävien esimerkki onnistuneesta imetyksestä auttaa äitejä suhtautumaan omaan imetykseensä luottavaisemmin. (Deufel & Montonen 2010, 162.)

Sosiaalista tukea läheisiltä ja terveydenhuollon ammattihenkilöiltä saava äiti selviytyy imetyksestä ja lapsen hoidosta paremmin. Imetystuen antajan tulisi olla yhtä kiinnostunut imetyksen onnistumisesta kuin tuettavan perheenkin. (Deufel & Montonen 2010, 150–151.) Parasta tukea voi antaa, kun tietää, mitä äidit haluavat. Tuki voi olla vakuuttelua, kiitosta, tiedon antamista sekä mahdollisuuden antamista keskustelulle ja kysymyksille. On tärkeää auttaa äitejä ratkaisemaan imetykseen liittyviä ongelmia sekä jatkamaan imetystä niin pitkään kuin he haluavat. Ennakoitu, suunniteltu ja säännöllinen imetystuki koulutetuilta henkilöiltä mahdollistaa suuremman hyödyn. On myös tutkittu, että kasvatusten tapahtuva imetyksen tukeminen on tehokkaampaa kuin esimerkiksi puhelimitse annettu. (McFadden, Gavine, Renfrew, Wade, Buchanan, Taylor, Veitch, Rennie, Crowther, Neiman & MacGillivray 2017, 2, 3.)

Suomessa toimii valtakunnallisesti Imetyksen tuki ry, jonka perustehtäviin kuuluu yksilöllinen imetyksen tukeminen laadukasta vertaistukea tarjoamalla. Yhdistys pyrkii edistämään imetyksymyönteisiä asenteita yhteiskunnassa. Äitilähtöisyys on ominaista imetyksen vertaistuelle perustuen tutkituun imetystietoon, sekä äitien kokemustietoon imetyksestä. (Tietoa yhdistyksestä, n.d.)

Imetyksen vertaistukea voi saada kouluttamattomilta kanssaimettäjiltä tai koulutetuilta imetystukiäideiltä. Imetystukiäiti on imettänyt itse ja hänet on koulutettu tehtäväänsä. Imetystukiäitien antama tuki on maksutonta ja he toimivat vapaaehtoisina. Äidin imetystoiveet otetaan aina huomioon tukiäitien antamassa imetystuessa ja apua voi pyytää missä vaiheessa tahansa imetysaikana. Imetystukiäitien antamia tukimuotoja on erilaisia. Näitä ovat imetystukiryhmät, imetystukipuhelin,

verkossa tapahtuva tukeminen (esimerkiksi sosiaalisessa mediassa keskusteluryhmissä tai chatissa), mahdolliset vierailut perhekerhoissa tai lapsiperheiden tapahtumissa ja synnytyssairaaloissa lapsivuodeosastoilla tapahtuvat tapaamiset perheiden kanssa. Imetystukiäidit voivat kertoa alueen imetystukitoiminnasta neuvolan perhevalmennuksessa. (Koulutettu imetyksen vertaistuki, n.d.)

Äidin ajatuksia imetyksestä ja mahdollisista aiemmista imetykokemuksista tulisi kysyä äidiltä ensimmäisellä neuvolakäynnillä. Jos äidillä on huonoja kokemuksia tai epäonnistumisia aiemmissä imetyksissään, hän tarvitsee enemmän tukea ja oikeaa tietoa imetyksestä kuin äiti, jolla on myönteisiä kokemuksia ja onnistumisia imetyksestä. Raskaudenaikainen imetysohjaus on todettu tehokkaammaksi kuin synnytyksen jälkeinen imetysohjaus. (Jukarainen & Otronen 2010, 398.) Imetykokemus tarkoittaa imettäneen äidin kokemusta imetyksestä, millaisena äiti on sen kokenut. Kokemus voi olla positiivinen, negatiivinen tai neutraali.

4 Opinnäytetyön toteutus

4.1 Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Tähän opinnäytetyöhön valikoitui menetelmäksi kuvaileva kirjallisuuskatsaus. Kirjallisuuskatsaus tarkoittaa aiempien tutkimusten ja näkökulmien yhteenvetoa. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 212; Salminen 2011, 3). Kirjallisuuskatsauksen tavoitteena on paitsi kehittää jo olemassa olevaa teoriaa, myös luoda uutta teoriaa aiheesta. Sen avulla on myös mahdollista arvioida teoriaa ja muodostaa kokonaiskuvaa tutkittavasta aiheesta sekä täten kuvata teorian kehitystä. (Salminen 2011, 3–4.)

Kirjallisuuskatsaustyypppejä on useita, mutta perustyypppejä on kolme: kuvaileva kirjallisuuskatsaus, systemaattinen kirjallisuuskatsaus ja meta-analyysi. Tähän opinnäytetyöhön valikoitui menetelmäksi kuvaileva kirjallisuuskatsaus, sillä se on yleiskatsaus vapaana tiukoista ja tarkoista säännöistä. Toisin kuin systemaattisessa katsauksessa ja meta-analyysissä kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa tutkimuskysymykset ovat väljempinä, eivätkä metodiset säännöt rajaa aineiston valintaa. (Salminen 2011, 6.) Käytettävät aineistot ovat laajoja. Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa tutkimuksen kohteena olevaa aihetta pystytään kuvaamaan laaja-alaisesti. (Salminen 2011, 6; Suhonen, Axelin & Stolt 2016, 13; Sulosaari & Kajander-Unkuri 2016, 107–108.)

Tässä opinnäytetyössä voidaan ymmärtää kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tarkentuvan erityisesti integroivaan kirjallisuuskatsaukseen, koska opinnäytetyössä hyväksytään lähdemateriaalin osalta eri menetelmin, näkökulmin sekä tutkimusaihein ja -asetelmin tehdyt tutkimukset. (Salminen 2011, 6, 8; Suhonen, Axelin & Stolt 2016, 13; Sulosaari & Kajander-Unkuri 2016, 107–108.) Tutkimustulosten synteesi on keskeinen piirre integroivassa kirjallisuuskatsauksessa (Suhonen, Axelin & Stolt 2016, 13). Integroivaan kirjallisuuskatsaukseen kuuluu olennaisena osana kriittinen tarkastelu (Salminen 2011, 8). Kuvaileva kirjallisuuskatsaus valikoitui menetelmäksi ilmiön laajuuden sekä tutkimusten ja muun lähdemateriaalin laaja-alaisuudesta ja monipuolisuudesta johtuen.

4.2 Aineiston haku

Opinnäytetyöhön haettiin aineistoa Cinahl with Full Text (EBSCO), Elsevier ScienceDirect, Medic, Medline (EBSCO), PubMed, Sage Journals Premier -tietokannoista sekä Janet Finnan kansainvälisten artikkeleiden indeksistä ja manuaalisella haulla. Cinahl Plus with full text (EBSCO) -tietokanta on hoitotieteiden alalta oleva kokotekstitietokanta. Elsevier ScienceDirect sisältää kattavasti lehtiartikkeleita eri aloilta. Medic-tietokannasta löytyy viitteitä suomalaisista lääke- ja hoitotieteellisistä artikkeleista, kirjoista, väitöskirjoista, opinnäytetöistä ja tutkimuslaitosten raporteista. Medline (EBSCO) puolestaan on merkittävin lääketieteen kansainvälinen tietokanta. PubMed -tietokanta sisältää kansainvälisiä artikkeliviitteitä muun muassa hoitotieteestä pääosin englannin kielellä. Sage Journals Premier on laaja tietokanta, joka sisältää lehtiä useilta eri aloilta. Janet Finnan kansainvälisten artikkeleiden hausta löytyy keskitetysti kattavasti sähköisiä aineistoja. (Janet Finna n.d.) Cinahl Plus with full text (EBSCO), PubMed ja Medline (EBSCO) valittiin tiedonhakuun, sillä niistä löytyy kattavasti näyttöön perustuvaa aineistoa englannin kielellä. Elsevier ScienceDirect valittiin tiedonhakuun, sillä sieltä löytyy kättilötyön artikkeleita ja Sage Journals Premier’sta puolestaan löytyy artikkeleita muun muassa terveystieteiden alalta. Medic valittiin tiedonhakuun, jotta saataisiin suomalaista aineistoa. Aineiston haku suoritettiin suomeksi ja englanniksi.

Hakusanat ja -lausekkeet valittiin tutkimuskysymysten perusteella. EBSCO-pohjalla oleviin Medline- ja Cinahl Plus with Full Text -tietokantoihin voitiin käyttää samoja hakulausekkeita. Muihin tietokantoihin soveltuvat hakulausekkeet selvitettiin kokeilemalla, sillä hakupohjat olivat erilaiset.

Hakusanoiksi valikoitui imetys (breastfeed, breast feed, breastfeeding, breast feeding, breast-feeding, lactation), taapero (toddler), taaperoimetys (breastfeeding toddler), pitkäkestoinen imetys

(long term breastfeeding, full term breastfeeding), kokemus (experience) ja äiti (mother). Hakusanoja yhdisteltiin eli tehtiin hakulausekkeita: ”breastfeed OR breast feed OR breastfeeding OR breast feeding AND toddler AND mother* experience long term AND breast feeding”, ”long AND term AND breastfeeding OR breast feeding AND toddler”, breastfeeding AND toddler, long term breastfeeding AND experience, breastfeeding AND toddler AND experience, ”toddler AND breastfeeding”, breastfeeding AND toddler AND mother AND experience, ”long term breastfeeding”, breastfeeding or infant feeding or lactating AND toddler sekä suomeksi imety*, imety* AND kokemu*, imetyskokemus, taaperoimetys. Suomenkieliset hakulausekkeet eivät tuottaneet tulosta. Termien käännoistyössä suomen kielestä englanninkielisiksi käytettiin apuna MOT Kielipalvelun sanakirjaa. Kaikkia hakusanoja ei löytynyt MOT Kielipalvelun sanakirjasta ja mukaan valikoituivat lisäksi englanninkielisestä lähdeaineistosta löytyneet taaperoimetykseen ja pitkäkestoiseen imetykseen liittyvät termit.

Valittuihin tietokantoihin suoritettiin haut muodostetuilla hakulausekkeilla. Uudelleentoistettavuus varmistettiin suorittamalla haku uudelleen tulosten vertailun ja lopullisen valinnan jälkeen. Tutkimukset ja artikkelit olivat saatavilla kokonaisina joko hakukoneen linkin kautta tai otsikon perusteella tehdyllä manuaalisella haulla Googlestä. Haun rajaukset ja sisäänottokriteerit on kuvattu Taulukossa 1.

Taulukko 1. Sisäänottokriteerit

SISÄÄNOTTOKRITEERIT
<ul style="list-style-type: none"> • Tutkimus tai artikkeli on julkaistu vuosien 2012–2022 välisenä aikana. • Tutkimus tai artikkeli on suomen- tai englanninkielinen. • Tutkimus tai artikkeli löytyy koko tekstinä (full text). • Hyväksytään eri metodein tehdyt tutkimukset. • Tutkimus tai artikkeli vastaa ainakin toiseen tutkimuskysymykseen.

Medic -tietokannasta hakusanalla imety* löytyi 409 artikkelia. Haku rajattiin julkaisuvuoteen 2012–2022, suomen ja englannin kieleen, jolloin jäljelle jäi 113 artikkelia. Otsikon perusteella näistä artikkeleista valittiin 12 ja tiivistelmän perusteella 2. Lopulta 2 artikkelia vastasi tutkimusky-

symykseen. Hakulausekkeella *imety* AND kokemu** puolestaan löytyi 9 osumaa, jotka rajattiin julkaisuvuoteen 2012–2022, suomen ja englannin kieleen. Rajauksen jälkeen jäi 7 artikkelia, joista kaksi oli jo aiemman haun avulla löydetty. Otsikoiden perusteella artikkeleista valittiin 2 ja tiivistelmän perusteella yhtään uutta artikkelia ei valittu.

PubMed -tietokannasta hakulausekkeella *breastfeed OR breast feed OR breastfeeding OR breast feeding AND toddler AND mother* experience* löytyi 15 artikkelia. Haku rajattiin julkaisuvuoteen 2012–2022 sekä suomen ja englannin kieleen, jolloin jäljelle jäi 9 artikkelia. Otsikoiden perusteella valittiin 3 ja abstraktin perusteella 3. Näistä yksi jouduttiin jättämään pois, sillä sitä ei ollut saatavilla koko tekstinä. Lopulta näistä 2 artikkelia valikoitui mukaan opinnäytetyöhön. Hakulauseke *long AND term AND breastfeeding OR breast feeding AND toddler* tuotti 360 tulosta. Haku rajattiin julkaisuvuoteen 2012–2022, englannin ja suomen kielisiin, vertaisarvioituihin ja tutkimusartikkeleihin, jolloin jäljelle jäi 32 artikkelia. Otsikon perusteella valittiin 3, mutta tiivistelmän perusteella ei valittu yhtään artikkelia. Hakulauseke *breastfeeding AND toddler* tuotti 485 tulosta, jotka rajattiin julkaisuvuoteen 2012–2022, englannin kieleen, vertaisarvioituihin ja tutkimusartikkeleihin. Rajausten jälkeen jäi 38 artikkelia, joista otsikon perusteella valikoitui 3 ja tiivistelmän perusteella 0. Hakulausekkeella *(((((long) AND (term)) AND (breastfeeding)) OR (breast)) AND (feeding)) AND (experience)* saatiin 3187 tulosta. Haku rajattiin vuosilukuun 2012–2022, englannin ja suomen kieleen sekä validoituihin tutkimuksiin. Rajausten jälkeen jäi 8 artikkelia, joista 1 valittiin otsikon perusteella, tiivistelmän perusteella 0.

Elsevier ScienceDirect -tietokannassa hakulausekkeella *"breastfeeding OR breast feeding OR breastfeed OR breast feed AND toddler AND experience"* saatiin 142 967 tulosta. Suuren määrän vuoksi haku rajattiin julkaisuvuoteen 2012–2022, vertaisarvioituihin, tutkimusartikkeleihin ja Midwifery-lehdessä julkaistuihin teksteihin. Rajausten jälkeen saatiin 76 osumaa. Otsikon perusteella valittiin 4 artikkelia ja abstraktin perusteella 1 artikkeli. Yksikään artikkeli ei vastannut tutkimuskysymykseen. Hakulausekkeella *"toddler AND breastfeeding OR breast feeding"* saatiin 106 988 tulosta. Haku rajattiin julkaisuvuoteen 2012–2022, vertaisarvioituihin, tutkimusartikkeleihin, Midwifery-lehdessä julkaistuihin teksteihin. Rajausten jälkeen saatiin 34 tulosta, joista otsikon perusteella valittiin 1 ja tiivistelmän perusteella 0.

Medlinesta hakulausekkeella ”breastfeeding OR breast feeding OR breast-feeding AND toddler” saatiin 468 tulosta. Haku rajattiin vuosilukuun 2012–2022, vertaisarvioituihin, tutkimusartikkeleihin, koko tekstiin ja englannin kieleen. Rajauksen jälkeen saatiin 77 tulosta. Otsikon perusteella valittiin 1 artikkeli ja tiivistelmän perusteella 1 artikkeli. Artikkelit ei vastannut tutkimuskysymykseen. Hakulauseke ”breastfeeding OR breast feeding OR breast-feeding) AND toddler AND mother AND experience” tuotti 16 hakutulosta. Haku rajattiin vuoteen 2012–22, vertaisarvioituihin, tutkimusartikkeleihin ja rajauksen jälkeen jäi 8 artikkelia. Otsikon perusteella valittiin 3 artikkelia ja tiivistelmän perusteella 2. Yhtään artikkelia ei vastannut tutkimuskysymykseen.

Sage Journals Premier’ssa hakulauseke [[All breastfeeding] OR [All "breast feeding"]] OR [All breast-feed] OR [All "breast feed"]] AND [All and toddler] AND [All and mother] AND [All and experience] tuotti 727 tulosta. Haku rajattiin julkaisuvuoteen 2012–2022 ja katsausartikkeleihin. Rajauksen jälkeen tuloksia saatiin 19. Otsikon perusteella valittiin 0 artikkelia. Sama hakulauseke [[All breastfeeding] OR [All "breast feeding"]] OR [All breast-feed] OR [All "breast feed"]] AND [All and toddler] AND [All and mother] AND [All and experience] rajauksella julkaisuvuoteen 2012–2022 ja tutkimusartikkeleihin tuotti 239 tulosta. Otsikon perusteella valittiin 15 artikkelia ja tiivistelmän perusteella 7 artikkelia. Tutkimuskysymykseen näistä vastasi 2 artikkelia. Hakulausekkeella ”long term breastfeeding” saatiin 120 tulosta. Haku rajattiin julkaisuvuoteen 2012–2022 ja tutkimusartikkeleihin, jolloin jäljelle jäi 55. Otsikon perusteella valittiin 11 artikkelia ja tiivistelmän perusteella 5. Tutkimuskysymykseen vastasi 1 artikkeli.

Cinahl Plus with Full Text hakulauseke (breastfeeding or breast-feeding or infant feeding or lactation or lactating) AND toddler tuotti 448 tulosta. Haun rajaus julkaisuvuoteen 2012–2022, tutkimusartikkeleihin, vertaisarvioituihin, koko tekstiin ja englannin kieleen antoi 20 tulosta, joista otsikon perusteella valittiin 3 ja abstraktin perusteella 2. Lopulta 1 artikkeli valikoitui mukaan työhön. Hakulauseke toddler AND breastfeeding AND experience tuotti 15 tulosta. Haku rajattiin kokotekstiin, julkaisuvuoteen 2012–2022, tutkimusartikkeleihin, vertaisarvioituihin ja englannin kieleen, jolloin tuloksia saatiin 4. Otsikon perusteella valittiin 0 artikkelia.

Janet Finna kansainvälisten artikkelien haku hakulausekkeella imetys tuotti 42 osumaa. Haku rajattiin julkaisuvuoteen 2012–2022 ja vertaisarvioituihin artikkeleihin, jolloin saatiin 16 tulosta. Yhtään tutkimusta ei valittu otsikon perusteella, sillä kaksi artikkelia oli löytynyt jo muuta kautta.

Hakulauseke "long term breastfeeding" AND mother AND experience tuotti 674 tulosta. Haku rajattiin vertaisarvioituihin ja vuoteen 2012–2022. Rajausten jälkeen saatiin tulokseksi 357 artikkelia. Otsikon perusteella valittiin 35 artikkelia ja tiivistelmän perusteella 20. Tutkimuskysymykseen vastasi 3 artikkelia.

Taulukko 2. Tiedonhakutaulukko

Tietokanta ja tiedonhaun päivämäärä	Hakusanat ja hakulausekkeet	Rajaukset	Hakutulokset rajausten jälkeen	Otsikon perusteella valitut	Abstraktin perusteella valitut	Lopullisia valittuja artikkeleita, jotka vastasivat tutkimuskysymyksiin
Medic 22.08.2022	imety*	Suomi, englantia, 2012–2022	113	12	2	2
Medic 22.08.2022	imety* AND kokemus*	Suomi, englantia, 2012–2022	7	1	0	0
PubMed 22.08.2022	breast-feed OR breast feed OR breast-feeding OR breast feeding AND toddler AND mother* experience	English, Finnish, 2012–2022, review & systematic review	9	3	3	2
PubMed 23.08.2022	long AND term AND breast-feeding OR breast feeding	English, Finnish, 2012–2022, review	32	3	0	0

	AND toddler	& systematic review				
PubMed 23.08.2022	breastfeeding AND toddler	English, Finnish, 2012–2022, review & systematic review	38	3	0	0
PubMed 23.08.2022	(((long AND (term)) AND (breast-feeding)) OR (breast) AND (feeding)) AND (experience)	English, Finnish, 2012–2022, validation study	8	1	0	0
Elsevier Science-Direct 24.08.2022	"breast-feeding OR breast feeding OR breast-feed OR breast feed AND toddler AND experience"	English, Finnish, 2012–2022, review & research articles, midwifery, open access & archive	76	4	1	0
Elsevier Science-Direct 24.08.2022	"toddler AND breastfeeding OR breast feeding"	English, Finnish, 2012–2022, review & research articles, midwifery, open	34	2	0	0

		access & ar- chive				
Medline 31.08.2022	"breast- feeding OR breast feeding OR breast- feeding AND tod- dler"	2012- 2022, Schol- arly (Peer Re- viewed) Jour- nals, full text, English	77	2	2	0
Medline 31.08.2022	"breast- feeding OR breast feeding OR breast- feeding) AND tod- dler AND mother AND ex- perience"	2012-22 ja Schol- arly (Peer Re- viewed) Journals	8	3	2	0
Sage jour- nals 12.09.2022	[[All breast- feeding] OR [All "breast feeding"] OR [All breast- feed] OR [All "breast feed"]] AND [All and tod- dler] AND [All and mother] AND [All and expe- rience]	2012- 2022 ja Review article	19	0	0	0
Sage Jour- nals	[[All breastfee-	2012- 2022 ja	239	15	7	2

12.09.2022	ding] OR [All "breast feeding"] OR [All breast- feed] OR [All "breast feed"]] AND [All and tod- dler] AND [All and mot-her] AND [All and expe- rien-ce]	Re- search article				
Sage Jour- nals 24.10.2022	"long term breastfee- ding"	tutki- musar- tikkeli, 2012– 2022	55	12	7	1
Cinahl Plus with Full Text 26.09.2022	(breast- feeding or breast- feeding or infant feeding or lactation or lactat- ing) AND toddler	full text, 2012– 2022, English, peer re- viewed, re- search article	20	3	2	1
Cinahl Plus with Full Text 26.09.2022	toddler AND breast- feeding AND ex- perience	full text, 2012– 2022, English, peer re- vie-wed, re- search article	4	0	0	0
Cinahl Plus with Full Text 26.09.2022	toddler AND breast- feeding AND mother	full text, 2012– 2022, English, peer re- viewed,	7	3	2	0

		re- search article				
Janet Finna 10.10.2022	imetys	ver- taisarvi- oitu, 2012– 2022	16	0	0	0
Janet Finna 11.10.2022	”long term breast- feeding” AND mother* AND ex- perience	ver- taisarvi- oitu, 2012– 2022	357	35	20	2
Manuaali- nen haku						2
Yhteensä						12

4.3 Opinnäytetyöhön hyväksytyt tutkimukset ja artikkelit

Opinnäytetyöhön valikoitui aineistohaun jälkeen 12 artikkelia, jotka vastasivat opinnäytetyön tutkimuskysymykseen. Hyväksytyt tutkimukset ja artikkelit on kuvattu Liitteessä 1.

Opinnäytetyöhön valikoituneista 12 artikkelista 10 oli englanninkielisiä ja 4 suomenkielisiä. Artikkelien tutkimukset oli tehty Suomessa, Iso-Britanniassa, Norjassa, Chilessä ja Yhdysvalloissa. Aineistojen julkaisuvuodet vaihtelivat vuosien 2016–2022 välillä. Opinnäytetyöhön valikoitunut tutkimusaineisto käsittelee äitien kokemuksia taaperoimetyksestä, eli yli yksivuotiaan imetyksestä sekä heidän saamaansa tuen ja ohjauksen kokemuksista taaperoimetyksen suhteen.

4.4 Aineiston analyysi

Aineiston analyysissä on olennaista valittujen tutkimusten ja artikkeleiden huolellinen tulosten tulkitseminen ja tavoitteena on muodostaa tutkittavasta asiasta tiivistetyssä muodossa olevia vastauksia tutkimuskysymyksiin. Aineiston analyysi on mahdollista tehdä induktiivisesti tai deduktiivisesti. (Kyngäs & Vanhanen, 1999, 1, 4.) Aineiston analyysi olisi syytä suunnitella ennen katsauksen

suorittamista, sillä se on katsauksen vaikein vaihe sekä herkkä virheille (Sulosaari & Kajander-Unkuri 2016, 112). Tässä opinnäytetyössä käytettiin induktiivista eli aineistolähtöistä analyysia.

Tässä opinnäytetyössä käytettiin sisällön analyysia analyysimenetelmänä. Sisällön analyysi perustuu ainoastaan löydettyyn aineistoon, eikä näin ollen aiemmilla tiedoilla, havainnoilla tai teorioilla ole merkitystä analyysin toteuttamisen ja lopputuloksen kannalta. Aineiston analyysi alkaa tutustumisella löydettyyn aineistoon (Kangasniemi, Utraiainen, Ahonen, Pietilä, Jääskeläinen & Liikanen 2013, 294–295). Aineistoon tutustumisen jälkeen muodostetaan analyysiyksikkö, jonka muodotukseen vaikuttavat tutkimuksen tarkoitus ja laatu. Analyysiyksikkö voi olla yksittäinen sana, lause tai ajatuskokonaisuus. (Kyngäs & Vanhanen 1999, 3; Tuomi & Sarajärvi 2018, 122.) Tässä opinnäytetyössä käytettiin analyysiyksiköinä sekä yksittäisiä sanoja ja lauseita että ajatuskokonaisuuksia.

Analyysiyksikön valinnan jälkeen aineisto koodataan. Koodauksella helpotetaan aineiston käsitteilyä sekä analyysiä. Koodauksen avulla saadaan selvitettyä tutkimusaiheeseen liittyvät asiat aineistosta ja poimittua alkuperäisilmaukset yhteen. (Saaranen-Kauppinen & Puustniekka 2006b.) Koodauksessa aineistolle esitetään tutkimuskysymysten mukaisia kysymyksiä. Tällä pyritään selvittämään, mitä aineisto kertoo. Tässä opinnäytetyössä tutkimuskysymyksille oli eri värit, joilla aineistosta niihin vastaavat kohdat yliviivattiin, eli analyysiyksiköt koodattiin. Koodauksen jälkeen alkuperäisilmaukset, jotka oli yliviivattu, poimittiin yhteen.

Seuraavassa vaiheessa alkuperäisilmaukset pelkistetään, jossa niistä pyritään jättämään kaikki epäoleellinen pois. Tämän jälkeen pelkistetyt ilmaukset kootaan yhteen muodostaen alaluokkia yhtäläisyyksien perusteella. Muodostuneet alaluokat nimetään sisältöä kuvailevalla käsitteellä. Yksittäiset tekijät sisällytetään yleisempiin käsitteisiin ja näin aineisto tiivistyy luokittelun avulla. Alaluokista muodostetaan yläluokkia luokittelun seuraavassa vaiheessa. (Kyngäs & Vanhanen 1999, 5–7; Tuomi & Sarajärvi 2018, 123–124.)

Taulukko 3. Esimerkki pelkistämisestä

Alkuperäisilmaus	Alkuperäisilmaus suomennettuna	Pelkistetty ilmaus
------------------	-----------------------------------	--------------------

She had told the journalist that she never breastfed the oldest child in public or in front of people other than close family, even if the child would cry out loud for access to the breast. She had added that this was because she knows that many find breastfeeding of older children weird.	Hän oli kertonut toimittajalle, ettei hän koskaan imettänyt vanhinta lasta julkisesti tai muiden kuin läheisten edessä, vaikka lapsi itkisi ääneen saadakseen rintaa. Hän oli lisännyt, että tämä johtui siitä, että hän tiesi monien mielestä vanhempien lasten imetyksen olevan outoa.	Äiti koki, että vanhempien lasten imetystä pidetään outona, eikä tämän vuoksi imettänyt julkisella paikalla.
Breastfeeding a toddler is in a manner of speaking a bonus, lovely way to be close to each other	Taaperoimetys on kuvainnollisesti bonus, ihana tapa olla lähellä toisiamme.	Äiti koki taaperoimetyksen olevan ihana tapa olla lähellä toisiaan.

Tässä opinnäytetyössä pelkistetyistä alkuperäisilmaisuuksista saatiin luotua ensimmäiseen tutkimuskysymykseen vastaavia alaluokkia 10 ja toiseen tutkimuskysymykseen vastaavia alaluokkia 11. Ensimmäiseen tutkimuskysymykseen vastaavat alaluokat muodostivat kolme yläluokkaa ja toiseen tutkimuskysymykseen vastaavat alaluokat muodostivat kolme yläluokkaa. Analyysitaulukossa (liite 2) esitetään aineiston pelkistetyt ilmaukset sekä niiden ala- ja yläluokat.

5 Tutkimustulokset

5.1 Äitien kokemukset taaperoimetyksestä

Äitien kokemukset taaperoimetyksestä muodostuivat kolmesta yläluokasta: positiiviset kokemukset taaperoimetyksestä, ristiriitaiset kokemukset taaperoimetyksestä ja negatiiviset kokemukset taaperoimetyksestä.

5.1.1 Äitien positiiviset kokemukset taaperoimetyksestä

Yläluokka positiiviset kokemukset taaperoimetyksestä muodostui 6 alaluokasta: **äitien positiiviset emotionaaliset kokemukset taaperoimetyksestä, äitien positiiviset psyykkiset kokemukset taa-**

peroimetyksestä, taaperoimetyksen positiiviset vaikutukset äidin minäkuvaan, taaperoimetyksen tuottamat positiiviset tunteet lasta kohtaan, äitien näkemykset taaperoimetyksen hyödyistä lapselle ja äitien näkemykset taaperoimetyksen positiivisista vaikutuksista perheen arkeen.

Neljässä aineistossa kerrottiin **äitien positiivisista emotionaalisista kokemuksista taaperoimetyksestä**. Dowling ja Pontin (2016) sekä Martínez-Poblete ja Ossan (2020) tutkimuksissa äidit kuvailivat rakastavansa imetystä. Dowling ja Pontin (2020) tutkimuksessa äiti kuvaili imetystä myös mahdolliseksi. Martínez-Poblete ja Ossan (2020) tutkimuksen äiti ei haluaisi imetyksen myöskään loppuvan. Pitkä imetys koettiin myös arvokkaana, josta kertoo Ojantausta ja Kaunosen (2021) tutkimus. Thompson, Topping ja Jones'n (2020) tutkimuksessa puolestaan äiti kokee pitkäkestoisen imetyksen olevan itsessään palkinto, vaikkei siitä palkitakaan. Martínez-Poblete ja Ossan tutkimuksessa äiti myös korostaa kokevansa ylpeyttä imetyksestään sekä aikovansa imettää pitkään.

Kolmessa aineistossa kuvattiin **äitien positiivisia psyykkisiä kokemuksia taaperoimetyksestä**.

Säilävaaran tutkimuksissa (2020 ja 2021) äidit kuvailivat mielihyvän ja rakkauden tunteita imetyksen aikana. Ojantausta ja Kaunosen (2021) tutkimuksessa äidit kuvailivat imetyksen tukevan omaa psyykkistä hyvinvointia ja rauhoittavan. Säilävaaran (2021) tutkimuksessa kuvattiin imetyksen tarjoavan rentouttavan ja rauhallisen hetken arjen keskellä sekä mahdollisuuden äidille keskittyä yhteen asiaan ja lapseen.

Taaperoimetyksen **positiiviset vaikutukset äidin minäkuvaan** tulivat ilmi kahdessa tutkimuksessa. Säilävaaran (2020) tutkimuksessa äiti koki kehosuhteensa parantuneen imetyksen myötä sekä itsensä naisellisemmaksi. Äiti oli ennen hävennyt pieniä rintojaan, mutta nyt hän kokee ne arvokkaiksi ja henkilökohtaisiksi. Äidit kokivat imetykseen liittyvää minäpystyvyyttä Ojantaustan ja Kaunosen (2021) tutkimuksen mukaan. Imetys nähtiin perheen omana päätöksenä ja itsevarmuus imetyksestä suojaasi ympäristön kritiikiltä.

Äidit kuvasivat **taaperoimetyksen tuottamia positiivisia tunteita lasta kohtaan** neljässä tutkimuksessa. Ojantaustan ja Kaunosen (2021) tutkimuksessa korostui äitien näkemys, jonka mukaan imetys on rakkauden osoitus lasta kohtaan. Myös Säilävaaran (2021) tutkimuksessa äiti kuvasi usein imetyksen aikana vain katselevansa ja ihailevansa lastaan sekä kokevansa rakkautta ja kiintymystä

lasta kohtaan. Kiintymyksen tunteita kuvasivat myös Martínez-Poblete ja Ossan (2020) tutkimukseen osallistuneet äidit, joiden mukaan imetys tarjoaa ravitsemuksen lisäksi kiintymystä. Taaperoimetyksen hyödyt äiti-lapsi-suhteen kannalta mainittiin Ojantausta ja Kaunosen (2021), Thompson, Topping ja Jonesin (2020) ja Säilävaaran (2021) tutkimuksissa. Säilävaaran (2021) tutkimuksessa äiti arveli pitkäkestoisen imetyksen lähentävän äiti-lapsi-suhdetta myös kauaskantoisesti, sillä suhde olisi vakaalla pohjalla. Martínez-Poblete ja Ossan (2020) tutkimuksessa äiti kertoi jatkavansa imettämistä, sillä kokee lapsen olevan hänelle tärkein. Äiti kokee taaperoimetyksen olevan ihana tapa olla lähellä toisiaan Säilävaaran (2021) tutkimuksessa.

Neljässä tutkimuksessa kerrottiin **äitien näkemyksistä taaperoimetyksen hyödyistä lapselle.**

Martínes-Poblete ja Ossan (2020) tutkimukseen osallistunut äiti kokee, että imetys on parasta, mitä voi lapselleen antaa. Myös Säilävaaran (2020) tutkimukseen osallistunut äiti kuvaa voitavansa imettäessään antaa lapselleen jotain korvaamatonta ja toisaalta kokee myös imettämisen velvollisuudekseen, koska imetys sujuu hyvin. Äiti kertoo, että on monia asioita, mihin hän ei voi lapsensa elämässä vaikuttaa, mutta tähän hän voi ja on valmis imettämään niin kauan, kuin lapsi sitä tarvitsee. Ojantausta ja Kaunosen (2021) tutkimuksessa äidit kokivat imetyksen edistävän sekä omaa että lapsen parasta. Samassa tutkimuksessa tuli ilmi, että äidit kokivat ensisijaisesti imetyksen antavan lapselle psykososiaalisia hyötyjä; rakkautta, turvaa ja lohdutusta, ja näin tukevan lapsen psyykkistä hyvinvointia. Imetys tapahtui lasta kuunnellen sekä hänen etujaan ensisijaisesti ajatellen. Imetyksen katsottiin vaikuttavan myönteisesti lasten elämään myös ravitsemuksellisesta näkökulmasta Thompson, Topping ja Jones'n (2020) sekä Ojantausta ja Kaunosen (2021) tutkimuksissa.

Kahdessa tutkimuksessa **äidit kokivat taaperoimetyksellä olevan positiivisia vaikutuksia perheen arkeen.** Äidit kokivat taaperoimetyksen arkea helpottavana tekijänä sekä sen olevan vaivatonta. Myöskään imetyksen kestosta ei tehty tarkkoja suunnitelmia. Äidit kokivat imetyksen luonnolliseksi ja itsestään selväksi. Yöimetyksen nähtiin parantavan perheen lepäämistä sekä samalla helpottavan lapsen yöheräämisissä. Yöimetyksen koettiin tuovan lapselle tukea ja turvaa. (Ojantausta & Kaunonen 2021.) Myös Martínez-Poblete ja Ossan (2020) tutkimuksessa äiti kuvaili, että imetys on vaivattomampaa kuin pulloruokinta.

5.1.2 Äitien ristiriitaiset kokemukset taaperoimetyksestä

Yläluokka ristiriitaiset kokemukset taaperoimetyksestä muodostui yhdestä alaluokasta **äitien ristiriitaiset kokemukset taaperoimetyksestä**.

Neljässä tutkimuksessa tuli ilmi **äitien ristiriitaisia kokemuksia taaperoimetyksestä**. Äidit kuvasivat negatiivisten tuntemusten tiedostamisen ja hyväksymisen tukevan äitien minäpystyvyyden tunnetta imettäjänä (Ojantausta & Kaunonen 2021). Thompson, Topping ja Jones'n (2020) tutkimuksessa äidit toivat esiin ylpeytensä imetyksestään ja halunsa jakaa kokemuksiaan, mutta samalla pelkäsivät, että muut kokisivat sen omahyväisenä. Myös Dowling ja Pontin (2016) tutkimukseen osallistunut äiti kertoo olevansa ylpeä imetyksestään ja kokee toimivansa oikein. Samalla äiti kuitenkin kokee, etteivät muut ihmiset ymmärrä häntä. Säilävaaran (2021) tutkimukseen osallistuneet äidit kokivat sekä positiivisia että negatiivisia tunteita imetyksestä, mutta positiiviset tunteet olivat negatiivisia tunteita vahvempia. Äidit kokivat erityisesti rakkautta ja läheisyyttä imettäessään. Äidit kokivat myös pitkäkestoisen imetyksen olevan heidän oma valintansa, vaikka siihen sisältyi ajoittain ristiriitaisia tunteita sekä muiden negatiivisia reaktioita.

5.1.3 Äitien negatiiviset kokemukset taaperoimetyksestä

Yläluokka negatiiviset kokemukset taaperoimetyksestä muodostui kolmesta alaluokasta: **äidin väsymys taaperoimettämiseen, äitien negatiiviset tuntemukset taaperoimetyksestä** sekä **ympäristön aiheuttamat negatiiviset tuntemukset taaperoimetyksestä**.

Äidin väsymystä taaperoimettämiseen kuvattiin kolmessa tutkimuksessa. Säilävaaran (2020) tutkimuksessa äiti kuvaa tuntevansa ajoittain imetyksen väsyttävän häntä, esimerkiksi palatessaan väsyneenä kotiin ja lapsen itkiessä halutessa heti rinnalle. Myös Ojantausta ja Kaunosen (2021) tutkimuksessa kuvattiin äitien imetykseen liittyviä jaksamattomuuteen liittyviä kokemuksia sekä oman tilan kaipuuta. Säilävaaran (2020) tutkimuksesta tuli myös ilmi, että eräs äiti on väsynyt, koska ei ole nukkunut kahteen vuoteen kunnon yöunia yöimetyksen vuoksi. Samassa tutkimuksessa eräs äiti kuvaa olonsa ajoittain liian väsyneeksi tandemimettääkseen taaperoiaan ja leikkiikäistään. Myös jatkuva saatavilla olo väsyttää äitejä Säilävaaran (2020) ja Dowling ja Pontin (2016) tutkimusten mukaan. Jälkimmäisessä tutkimuksessa jopa mainitaan, että imetyks voi muiden kiireiden ohella aiheuttaa klaustrofobisia tunteita.

Äitien negatiivisia tuntemuksia taaperoimetyksestä kuvattiin yhdessä tutkimuksessa. Yaten (2017) tutkimuksessa äidit kuvailevat kokemiaan kiihtymyksen ja ärtymyksen tunteita imettäessä taaperoikäisiä lapsiaan. Eräs äiti koki inhoa imettäessään 15 kuukauden ikäistä lastaan. Vuoden ajan imettänyt äiti puolestaan kuvailee kokevansa melko voimakasta vastenmielisyyttä lähellä kuukautiskierronsa alkua. Tänä aikana hän kokee olevansa erittäin kiihtynyt ja haluavansa satuttaa lastaan. Äiti ei ole koskaan tehnyt pahaa lapselleen, mutta kokee silti syyllisyyttä näistä kielteisistä tunteista. Äiti kertoo tunteiden olevan hyvin voimakkaita ja hänen täytyy päästää irti lapsestaan ja pitää tauko, koska hän pelkää satuttavansa lastaan. Äiti myös kertoo, että kun hän ei tunne vastenmielisyyttä, heillä on erittäin myönteinen (imetyks)suhde lapsen kanssa.

Ympäristön aiheuttamia negatiivisia tuntemuksia taaperoimetyksestä tuli ilmi kolmessa tutkimuksessa. Dowling ja Pontin (2016) tutkimuksessa äiti kertoi, ettei halua olla huomion keskipisteenä, vaan jättää huomioimatta ympärillään olevat ihmiset tai menee hiljaisempaan paikkaan imettämään. Samassa tutkimuksessa toinen äiti kertoi, ettei voinut katsella ympärilleen ja toivoi, ettei kukaan ottaisi häneen katsekontaktia tai puhuisi hänelle, sillä hän koki olonsa epämukavaksi ja huolestuneeksi imettäessään vieraiden nähden. Andrews (2021) tutkimuksessa puolestaan äiti kertoi, ettei koskaan imettänyt vanhinta lastaan julkisesti tai muiden kuin läheisten läsnä ollessa, vaikka lapsi olisi osoittanut halunsa tulla rinnalle. Imetyksen piilottelu johtui äidin mukaan siitä, että äiti kertoi tietävänsä monien pitävän vanhempien lasten imetystä outona. Ojantausta ja Kaunoson (2021) tutkimuksessa puolestaan äidit kokivat muiden pitävän rintoja seksuaalisina, joita ei tulisi näyttää muille. Äidit kokivat olonsa epämiellyttäväksi imettäessään ulkopuolisten ihmisten nähden. Kuitenkin äidit kertoivat imettävänsä lastaan lapsen ehdoilla riippumatta paikasta, minkä Ojantausta ja Kaunonen arvelevat kuvastavan äitien itsevarmuutta imettäjänä.

5.1.4 Positiivinen tuki taaperoimetyksen yhteydessä

Yläluokka positiivinen tuki taaperoimetyksen yhteydessä muodostui viidestä alaluokasta:

puolisolta saatu positiivinen tuki taaperoimetyksen yhteydessä, läheisiltä ja ystäviltä saatu positiivinen tuki taaperoimetyksen yhteydessä, vertaistuki taaperoimetyksen yhteydessä, vierailta saatu positiivinen tuki taaperoimetyksen yhteydessä sekä terveydenhuollon ammattilaisilta saatu positiivinen tuki taaperoimetyksen yhteydessä.

Puolisolta saatu positiivinen tuki taaperoimetyksen yhteydessä tuli esiin neljässä tutkimuksessa. Säilävaaran (2021) tutkimukseen osallistunut äiti uskoi, ettei olisi onnistunut imetyksessään ilman puolison tukea. Puoliso on rohkaissut ja antanut tietoa. Ojantausta ja Kaunosen (2021) tutkimuksessa äidit kuvasivat puolisolta saadun tuen tuntuvan tärkeältä. Myös Martínez-Poblete ja Ossan (2020) tutkimukseen osallistunut äiti kertoo saavansa tukea puolisoltaan kaikessa ja imetyksen olevan muulle perheelle luonnollista. Johnson ja Slauson-Blevins (2022) tutkimukseen osallistunut äiti kertoo puolisonsa ymmärtävän rintamaidon arvon ja kuvailee sen olevan “nestemäistä kultaa” heidän taloudessaan. Puoliso ei haaska maitoa ja hän ymmärtää kuinka paljon aikaa ja energiaa imettäminen tai maidon lypsäminen vie. Säilävaaran (2021) tutkimuksessa eräs äiti kuvaa puolison reaktioita pitkäkestoiseen imetykseen neutraaleiksi ja äiti luulee puolison pitävän imetystä äidin ja lapsen välisenä, mikä on äidin mukaan positiivista.

Läheisiltä ja ystäviltä saatu positiivinen tuki taaperoimetyksen yhteydessä mainittiin kolmessa tutkimuksessa. Säilävaaran (2021) tutkimuksessa eräs äiti kertoi siskonsa olevan suurin vaikuttaja ja tuki hänen imetysmatkallaan. Siskon ansiosta äidistä on tullut itsevarma ja taitava imetyksessä, sekä parempi ja herkempi vanhempi. Ojantausta ja Kaunosen (2021) tutkimuksen mukaan äidit kokivat läheisten suhtautumisen taaperoimetykseen pääosin myönteisenä. Martínez-Poblete ja Ossan (2020) tutkimuksessa äiti kertoo naapurien suhtautuvan pitkäkestoiseen imetykseen luonnollisesti. Sama äiti kertoo anoppinsa kertoneen, että ennen imetys oli yleistä, koska se on luonnonmukaista ruokaa ja lasten olleen ennen terveempiä sen vuoksi.

Kolmessa tutkimuksessa äidit kertoivat saamastaan **vertaistuesta taaperoimetyksen yhteydessä**. Jackson ja Hallam (2020) kertovat tutkimuksessaan, että vertaistuki auttoi äitejä ymmärtämään vanhempienkin lasten imetyksen olevan täysin luonnollista ja normaalia, eikä outoa. Tukiryhmien avulla myös äitien itseluottamus lisääntyi. Tutkimuksessa kerrotaan, että positiivisten roolimallien näkeminen voimautti äitejä ja lisäksi tukiryhmiin kuuluminen antoi äideille mahdollisuuden tukea muita äitejä ruokintakäytännöissään. Dowling ja Pontin (2016) tutkimuksessa eräs äiti kertoo hänellä olleen aluksi vain aikaisin imetyksen lopettaneita ystäviä. Äiti kiinnostui muista samanmielisistä äideistä ja tunsu olonsa paremmaksi sekä rauhallisemmaksi lapsensa seurassa. Robinson, Davish, Hall, Lauckner ja Andersonin (2019) tutkimukseen osallistunut äiti kertoi halunneensa alkaa vieroittamaan lastaan rinnalta heti ensimmäisen ikävuoden jälkeen. Äiti kertoo

vertaistukiryhmän auttaneen rakentamaan itseluottamusta jatkaa imetystä, kun hän kuuli toisista äideistä, jotka olivat imettäneet yhtä kauan kuin hän tai jopa vuosia pidempään.

Vierailta saatu positiivinen tuki taaperoimetyksen yhteydessä tuli esiin neljässä tutkimuksessa.

Äiti kertoi Jackson ja Hallam'n (2020) tekemässä tutkimuksessa, että positiivinen palaute tandemimetyksestä tuntuu hyvältä. Äiti mainitsee myös, ettei saisi koskaan ystäviltään sellaisia kommentteja. Ojantausta ja Kaunosen (2021) mukaan äidit kokivat hiljaisen hyväksynnän sanattomana imetyksen tukena. Dowling ja Pontin (2016) tutkimuksessa äiti kertoo lapsensa ensin kiukutelleen kirkon vieressä ja imettäneensä lastaan kirkon portailla. Äiti kertoo ystävällisen papin tulleen juttelemaan äidin kanssa, eikä tämä hämmästynyt lainkaan yli kaksivuotiaan imetystä. Äiti kertoo tämän olleen ainut kerta, kun hän imetti julkisesti siten, että joku lähestyi häntä. Äiti oli luullut, että papin reaktio imetykseen olisi ollut erilainen.

Kahdessa tutkimuksessa äidit kertoivat **terveydenhuollon ammattilaisilta saamastaan**

positiivisesta tuesta taaperoimetyksen yhteydessä. Ojantausta ja Kaunosen (2022)

tutkimustuloksissa kerrottiin äitien kokevan terveydenhuollon ammattilaisten asenteissa taaperoimetystä kohtaan olevan myös paljon positiivista. Äidit kokivat neutraalin ja kyseenalaistamattoman suhtautumisen taaperoimetystä tukeväksi. Martínez-Poblete ja Ossan (2020) tutkimuksessa äiti kertoi lastenlääkärin kehottaneen häntä jatkamaan imetystä ja vaikka vauva kyllästyi, ei äidin tulisi lopettaa. Ojantausta ja Kaunosen (2022) tutkimuksessa äidit kokivat korjaavina kokemuksina yksittäisetkin myönteiset kohtaamiset terveydenhuollon ammattilaisten kanssa.

5.1.5 Negatiivinen tuki taaperoimetyksen yhteydessä

Yläluokka negatiivinen tuki taaperoimetyksen yhteydessä muodostui neljästä alaluokasta: **perheen ja ystävien negatiivinen suhtautuminen taaperoimetykseen, vieraiden negatiivinen suhtautuminen taaperoimetykseen, taaperoimetyksen piilottelu sekä terveydenhuollon ammattilaisilta saatu negatiivinen tuki taaperoimetyksen yhteydessä.**

Neljässä tutkimuksessa kerrottiin **perheen ja ystävien negatiivisesta suhtautumisesta taaperoimetykseen.** Andrews'n (2021) tutkimuksessa äiti kertoi aloittaneensa kolmevuotiaan lapsensa

rinnalta vieroittamisen saatuaan kriittisiä kommentteja ystäviltään, jotka olivat järkyttyneitä kuuluaan tämän edelleen imettävän. Säilävaaran (2021) tutkimukseen osallistunut äiti kertoi välien puolison äitiin viilentyneen äidin puolelta, sillä anoppi on ainut, joka ei hyväksy pitkään jatkuvaa imetystä. Johnson ja Slauson-Blevins'n (2022) tutkimuksessa äiti kuvaili, ettei saanut tukea tai ymmärrystä perheeltään ja ystäviltään. Äiti koki jopa puolisonsa suosivan muiden näkemyksiä äidin tukemisen sijaan. Äiti koki perheensä pitävän häntä hulluna ja heidän puhuvan hänestä selän takana Thompsonin ja muiden (2020) tutkimuksessa.

Äidit kertoivat **vieraiden negatiivisesta suhtautumisesta taaperoimetykseen** kolmessa tutkimuksessa. Andrews'n (2021) tutkimuksessa äiti kuvaili joutuneensa puolustamaan imetyksen jatkamista. Äitiä toisten kommentit eivät kuitenkaan häirinneet, sillä hän uskoi, etteivät arvostelijat tienneet pitkäkestoisen imetyksen hyödyistä. Thompsonin ja muiden (2020) tutkimuksessa äidit kokivat muiden suhtautumisen imetykseen muuttuneen, kun vauva kasvoi taaperoksi. Äidit kokivat, että vauvaa piti imettää, mutta taaperoimetystä paheksuttiin. Äidit saivat kritiikkiä imetyksen jatkumisesta ja heiltä kysyttiin avoimesti vieroitusaikomuksista. Tyypillisesti asenteiden muutos tapahtui lasten ollessa 1–2-vuotiaita. Äidit kertoivat ulkopuolisten negatiivisesta suhtautumisesta pitkäkestoista- ja tandemimetystä kohtaan Andrews'n (2021) tutkimuksessa. Thompsonin ja muiden (2020) tutkimuksessa äiti koki, että häntä tarkkaillaan töihin paluun jälkeen ja hän on saanut ikäviä kommentteja imetyksen jatkumisesta. Säilävaaran (2020) tutkimukseen osallistuneet äidit kokivat ulkopuolisten pitävän pitkäkestoista imetystä seksuaalisena aktina ja joutuivat puolustamaan imetystään ulkopuolisille. Äidit määrittelivät pitkäkestoisen imetyksen pikemmin tunteiden, kuin seksuaalisen nautinnon tuottamiseksi. Samassa tutkimuksessa kerrotaan myös, että pääasiassa verkossa tapahtuneissa nimettömissä keskusteluissa pitkään jatkuvaa imetystä saatetaan kutsua inestiksi. Äidit kokevat muiden pitävän pitkäkestoista imetystä outona ja epäilyttävänä asiana tai jopa perverssinä.

Taaperoimetyksen piilottelusta kerrotaan kolmessa tutkimuksessa. Thompsonin ja muiden (2020) tutkimuksessa äiti ei kertonut lapsensa hoitajille imetyksen jatkuvan. Lapsi vaati päästä rinnalle äidin hakiessa tätä hoidosta, mutta äiti ei imettänyt siellä, vaan halusi piiloon. Andrews'n (2021) tutkimukseen osallistunut äiti ei kertonut perheen ulkopuolisille jatkavansa imetystä, sillä hän kertoi pelkäävänsä, että ihmiset ajattelisivat hänen tyydyttävän omia mielihyvän tarpeitaan. Tutkimuk-

seen osallistuneet äidit olivat huomanneet imetyksen keston hyväksyttävän rajan olevan puoli-toista vuotta. Myös Thompsonin ja muiden (2020) tutkimuksessa äiti kertoo, ettei ole imettänyt lastaan julkisesti enää sen jälkeen, kun lapsi oli kaksivuotias. Ojantausta ja Kaunosen (2022) tutkimuksessa äidit kertoivat terveydenhuollon ammattilaisten asenteiden vaihtelevuuden saattavan johtaa imetyksen jatkumisen salaamiseen. Äidit myös kertoivat joutuvansa etukäteen arvelemaan ammattilaisten asenteita ja kokevansa tämän raskaana.

Terveydenhuollon ammattilaisilta saatu negatiivinen tuki taaperoimetyksen yhteydessä tuli ilmi kahdessa tutkimuksessa. Ojantausta ja Kaunosen (2022) tutkimuksessa äidit kokivat terveydenhuollon ammattilaisten asenteet taaperoimetyksestä ristiriitaisina sekä asenteiden vaihtelevan paljon. Säilävaara (2021) kuvaa tutkimuksessaan, etteivät negatiiviset kommentit lääketieteen asiantuntijoilta vaikuttaneet äitien imetyksen jatkamiseen, vaan saivat äidit vihaisiksi. Äidit valitsivat, keitä asiantuntijoita kuunnella ja he kuuntelivat pikemmin toisia pitkään imettäneitä äitejä. Äidit kokivat taaperoimetyksen merkityksettömäksi terveydenhuollon ammattilaisten silmissä Ojantausta ja Kaunosen (2022) tutkimuksessa, mutta äitien oma kokemus taaperoimetyksestä on päinvastainen. Säilävaaran (2021) tutkimukseen osallistunut äiti oli ajoittain iloinnut, ettei hän ole saanut kommentteja tai reaktioita imetyksestään. Äidin mukaan yleislääkärit ovat hämmästelleet eniten, miten kukaan voi imettää neljävuotiasta. Ojantausta ja Kaunosen (2022) tutkimuksessa äidit myös kokivat terveydenhuollon ammattilaisten suhtautuvan vähättelevästi imetykseen, johon tuen vääristä tiedoista. Äideistä tuntui pahalta näkemys ammattilaisten kielteisestä suhtautumisesta yöimetykseen. Säilävaara (2021) kertoo myös äidistä, joka pelkää, että häntä yritetään pakottaa lopettamaan imetys terveydenhuollon ammattilaisten toimesta.

5.1.6 Taaperoimetyksen ohjaus

Yläluokka taaperoimetyksen ohjaus muodostui kahdesta alaluokasta: **taaperoimetyksen ohjauksen puute** ja **kielteinen ohjaus taaperoimetyksen yhteydessä**.

Taaperoimetyksen ohjauksen puute mainittiin kahdessa tutkimuksessa. Ojantausta ja Kaunosen (2022) tutkimuksessa kerrottiin, etteivät äidit saaneet tietoa taaperoimetyksestä terveydenhuollon ammattilaisilta. Pääosin itse hankittu teoriatieto tuki äitejä taaperoimetyksessä Ojantausta ja Kaunosen (2021) tutkimuksen mukaan. Ojantausta ja Kaunosen (2022) tutkimuksessa kerrottiin

terveydenhuollon ammattilaisten oletetaan usein imetyksen päättyneen lapsen täytettyä kaksi vuotta.

Kahdessa tutkimuksessa mainittiin **kielteisestä ohjauksesta taaperoimetyksen yhteydessä**. Andrews'n (2021) tutkimuksessa äiti kertoi päiväkodin johtajan mukaan 18 kuukauden ikäisen lapsen olevan liian vanha imetettäväksi. Päiväkodin johtaja oli kieltänyt äitiä imettämästä lastaan muiden lasten edessä tämän hakiessa lasta hoidosta. Thompsonin ja muiden (2020) tutkimukseen osallistunutta äitiä oli kehoitettu vieroittamaan lapsi rinnalta sekä kerrottu, ettei yli kaksivuotiaan imetyksestä ole hyötyä. Imetyksen kerrottiin haittaavan lapsen kehitystä.

6 Pohdinta

6.1 Tulosten tarkastelu

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli kartoittaa äitien kokemuksia taaperoimetyksestä sekä heidän saamistaan imetystuesta- ja ohjauksesta taaperoimetyksen yhteydessä. Tavoitteena oli lisätä äitien tietoutta taaperoimetyksestä ja tukea heitä päätöksissään lastensa imetyksen suhteen. Tavoitteena oli, että hoitohenkilökunnan tietoisuus taaperoimetyksestä lisääntyy ja he voivat kehittää imetysohjaustaan. Tavoitteena oli myös edistää yhteiskunnan asennetta sallivammaksi taaperoimetyksen suhteen. Opinnäytetyön tulosten mukaan äitien kokemukset taaperoimetyksestä ovat pääosin positiivisia, mutta kokemuksissa on myös ristiriitaisuutta ja negatiivisuutta. Äidit olivat kokeneet saavansa sekä positiivista että negatiivista tukea taaperoimetyksen yhteydessä. Opinnäytetyön tuloksista nousi esiin, etteivät äidit saaneet ohjausta taaperoimetyksen suhteen tai ohjaus oli kielteistä.

Äitien kokemukset taaperoimetyksestä ovat pääosin positiivisia, mutta kokemuksissa on myös ristiriitaisuutta ja negatiivisuutta. Äidit nauttivat imetyksestä (Martínez-Poblete & Ossa 2020; Dowling & Pontin 2016, Säilävaara 2020 ja 2021, Ojantausta & Kaunonen 2021) ja ovat ylpeitä siitä (Ojantausta & Kaunonen 2021, Thompson ym. 2020, Martínez-Poblete & Ossa 2020). Huomionarvoisia ovat myös äitien kokemat imetyksen tuomat positiiviset vaikutukset äitien minäkuvaan (Ojantausta & Kaunonen 2021, Säilävaara 2021). Tutkimustuloksissa korostuivat äitien kokemukset taaperoimetyksen tuomista kiintymyksen tunteista lasta kohtaan sekä sen positiiviset vaikutukset äiti-lapsi-suhteeseen (Ojantausta & Kaunonen 2021, Säilävaara 2021, Thompson ym. 2020,

Martínez-Poblete & Ossa 2020). Niin ikään tutkimustuloksissa korostuivat äitien näkemykset taaperoimetyksen hyödyllisyydestä lapselle (Ojantausta & Kaunonen 2021, Säilävaara 2020, Martínez-Poblete & Ossa 2020, Thompson ym. 2020). Taaperoimettäjät kokivat antavansa parasta lapselleen (Martínez-Poblete & Ossa 2020, Säilävaara 2020, Ojantausta & Kaunonen 2021). Tuloksissa mainittiin ensisijaisesti psykososiaaliset hyödyt ja sitten vasta ravitsemukselliset hyödyt (Ojantausta & Kaunonen 2021). Taaperoimetyksen nähtiin myös vaikuttavan positiivisesti perheen arkeen sen arkea helpottavana tekijänä (Ojantausta & Kaunonen 2021, Martínez-Poblete & Ossa 2020).

Äitien ristiriitaiset kokemukset taaperoimetyksestä painottuivat siihen, että äidit pelkäsivät muiden pitävän taaperoimetystä outona tai ettei sitä ymmärretä (Dowling & Pontin 2016). Äidit olivat kuitenkin ylpeitä omasta imetyksestään. Äidit kertoivat kokevansa sekä positiivisia että negatiivisia tunteita, mutta positiiviset peittosivat negatiiviset (Ojantausta & Kaunonen 2021, Säilävaara 2021).

Negatiivisia tuntemuksia aiheuttaa väsymys ja vaatimus jatkuvasti saatavilla olosta; tätä tukee myös aiempi tutkimusnäyttö (Säilävaara 2020, Ojantausta & Kaunonen 2021, Dowling & Pontin 2016). Yhdessä tutkimuksessa äidit kertoivat vahvoista negatiivisista tuntemuksistaan, joita imetyksensä aikana sai aikaan (Yate 2017). Myös ympäristön aiheuttamat negatiiviset tuntemukset nousivat merkittävästi esille, äidit kokivat olonsa epämukavaksi julki-imettäessään ja kokivat muiden pitävän taaperoimetystä outona (Dowling & Pontin 2016, Andrews 2021, Ojantausta & Kaunonen 2021).

Äidit kertoivat kokemastaan positiivisesta tuesta taaperoimetyksen yhteydessä kahdeksassa tutkimuksessa (Ojantausta & Kaunonen 2021 ja 2022, Dowling & Pontin 2016, Johnson & Slauson-Blevins 2022, Jackson & Hallam 2020, Martínez-Poblete & Ossa 2020, Robinson ym. 2019, Säilävaara 2021). Huomionarvoista on se, että äidit kokivat myös neutraalin suhtautumisen taaperoimetykseen positiivisena tukena (Säilävaara 2021, Ojantausta & Kaunonen 2021 ja 2022). Neljässä tutkimuksessa korostuu puolisolta saadun tuen tärkeys taaperoimetyksen yhteydessä (Säilävaara 2021, Ojantausta & Kaunonen 2021, Martínez-Poblete & Ossa 2020, Johnson & Slauson-Blevins 2022). Myös läheisiltä ja ystäviltä saatu tuki koetaan hyvin tärkeäksi (Säilävaara 2021, Ojantausta & Kaunonen 2021, Martínez-Poblete & Ossa 2020). Tutkimusten mukaan muiden pitkään imettäneiden

äitien vertaistuki rohkaisi äitejä jatkamaan ja antoi heille itsevarmuutta (Jackson & Hallam 2020, Dowling & Pontin 2016, Robinson ym. 2019).

Äitien kokema negatiivinen tuki taaperoimetyksen yhteydessä tuli ilmi kuudessa tutkimuksessa (Ojantausta & Kaunonen 2022, Thompson ym. 2020, Andrews 2021, Johnson & Slauson-Blevins 2022, Säilävaara 2020 ja 2021). Neljässä tutkimuksessa äidit kertoivat puolison ja läheisten negatiivisesta suhtautumisesta taaperoimetykseen (Thompson ym. 2020, Johnson & Slauson-Blevins 2022, Säilävaara 2021) ja yksi äiti jopa kertoi aloittaneensa lapsensa rinnalta vieroituksen saatuaan ystäviltaan kriittisiä kommentteja kolmevuotiaan imetyksestään (Andrews 2021). Äidit joutuivat puolustamaan imetyksen jatkamistaan myös vieraille (Andrews 2021). Tutkimukset osoittivat asenteiden muutokset lapsen kasvaessa vauvasta taaperoksi (Thompson ym. 2020, Andrews 2021). Äidit kertoivat piilottelevansa pitkäkestoista imetystä (Thompson ym. 2020, Andrews 2021, Ojantausta & Kaunonen 2022), sillä se koettiin usein helpommaksi (Ojantausta & Kaunonen 2022).

Terveystieteiden ammattilaisten asenteet taaperoimetystä kohtaan vaihtelevat paljon, tätä tukee myös aiempi tutkimusnäyttö (Ojantausta & Kaunonen 2022, Säilävaara 2021, Martínez-Poblete & Ossa 2020, Thompson ym. 2020). Osa äideistä koki terveystieteiden ammattilaisten suhtautuvan taaperoimetykseen myönteisesti (Ojantausta & Kaunonen 2022, Martínez-Poblete & Ossa 2020) ja osa puolestaan vähättelevästi (Ojantausta & Kaunonen 2022, Säilävaara 2021). Äidit saattoivat jopa pelätä terveystieteiden ammattilaisten yrittävän pakottaa lopettamaan imetys (Säilävaara 2021). Merkittävää on, että yhdessäkään tutkimuksessa ei tullut ilmi, että äidit olisivat saaneet positiivista ohjausta taaperoimetyksen yhteydessä. Äidit eivät saaneet tietoa taaperoimetyksestä ja kokivat terveystieteiden ammattilaisten virheellisesti olettaneen imetyksen jo päättyneen lapsen täytettyä kaksi vuotta (Ojantausta & Kaunonen 2022). Äidit joutuivat itse hankkimaan tietoa taaperoimetyksestä (Ojantausta & Kaunonen 2021). Äitien saamista kielteisistä ohjauksesta kerrottiin kahdessa tutkimuksessa; äideille kerrottiin virheellisesti, ettei imetyksestä ole enää hyötyä ja se olevan haitallista lapsen kehitykselle (Thompson ym. 2020, Andrews 2021). Suomessa imetystä suositellaan jatkettavan muiden ruokien ohessa siihen asti, kunnes lapsi on yksivuotias tai perheen niin halutessa myös pidempään (Kansallinen imetyksen edistämisen toimintaohjelma vuosille 2018–2022 2017, 18–19; Syödään yhdessä – ruokasuositukset lapsiperheille 2019, 63–64, 68). WHO suosittelee imetystä jatkettavan vähintään kaksivuotiaaksi tai halutessa myös pidempään (Exclusive breastfeeding for six months best for babies everywhere 2011).

Yhteenvetona voidaan sanoa, että opinnäytetyöhön valittujen tutkimusten mukaan äidit kokevat taaperoimetyksen valtaosin myönteisenä, mutta kohtaavat ennakkoluuloja ja negatiivisuutta sitä kohtaan. Äidit kokevat taaperoimetyksestä olevan edelleen paljon hyötyä sekä itselle että imetetävälle lapselle ja koko perheelle. Ajoittain taaperoimetus koetaan väsyttäväksi ja raskaaksi, joka osittain aiheutuu vaatimuksesta olla jatkuvasti saatavilla. Äideille tulisi tarjota myös pieniä hengähdystaukoja hektisestä perhe-elämästä. Kuten moni muukin asia, myös imetys herättää ristiriitaisia ajatuksia taaperoimettäjissä. Jotkut kokevat myös ajoittain negatiivisia tuntemuksia imettäessään, mutta tutkimuksissa korostui positiivisten tuntemusten voittavan negatiiviset tuntemukset.

Puolisolta ja muilta läheisiltä saatu tuki koetaan tärkeäksi ja kannustavaksi jatkamaan imetystä. Aina puolisolta ja läheisiltä tukea ei kuitenkaan saa ja etenkin tällöin vertaistuki on hyvin tärkeässä asemassa. Terveydenhuollon ammattilaisilta äidit kokivat saavansa tukea, jos nämä suhtautuivat edes neutraalisti taaperoimetykseen. Valitettavasti tutkimustulokset paljastivat terveydenhuollon ammattilaisten suhtautuvan taaperoimetykseen usein negatiivisesti ja vähättelevästi, sekä pitävän sitä merkityksettömänä.

Opinnäytetyöhön mukaan valikoituneiden tutkimusten mukaan äidit eivät saa kaipaamaansa ohjausta taaperoimetyksen yhteydessä, vaan joutuvat hankkimaan tietoa itse. Terveydenhuollon ammattilaisten tulisi kysyä imetyksestä myös yli yksivuotiaan lapsen kohdalla. Tutkimuksessa tuli myös ilmi, että nuoremmat terveydenhuollon ammattilaiset suhtautuvat yleensä myönteisemmin taaperoimetykseen kuin vanhemmat (Ojantausta & Kaunonen 2022). Nykyään jokaisella imetysohjausta antavalla terveydenhuollon ammattilaisella tulee olla vähintään 20 tuntia kestävä imetysohjaajakoulutus (Imetysohjaajakoulutus 2021). Yksi imetysohjaajakoulutuksen aiheista on taaperoimetus (Imetysohjaajakoulutuksen aihealueet 2017) ja jo tämän perusteella terveydenhuollon ammattilaisten tulisi kysyä ja tukea imetyksessä myös vauva-ajan jälkeen.

6.2 Eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyöntekoon liittyy monia eettisiä kysymyksiä, jotka on huomioitava. Hyvää tieteellistä käytäntöä on noudatettava myös opinnäytetyönteossa, aivan kuten tutkimuksenteossa yleensäkin. On huomioitava, että jo opinnäytetyön aiheen valinta on eettinen ratkaisu. (Hirsjärvi ym. 2009, 23–24.) Tämän opinnäytetyön teossa noudatettiin hyvää tieteellistä käytäntöä sen kaikissa vaiheissa. Opinnäytetyön aihe ei ole loukkaava tai muutenkaan sopimaton ja tämä on tärkeää.

Tutkimuksen teossa on noudatettava rehellisyyttä, huolellisuutta sekä tarkkuutta sen kaikissa vaiheissa. Edellä mainitut vaiheet ovat tutkimustyö, tutkimustulosten tallentaminen ja esittäminen sekä tutkimusten ja tulosten arviointi. Tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmien on oltava myös tieteellisen tutkimuksen kriteerien mukaisia sekä eettisesti kestäviä. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta, 6.) Opinnäytetyön teossa on noudatettu rehellisyyttä, huolellisuutta ja tarkkuutta kaikissa vaiheissa. Myös menetelmät, joilla tietoa hankittiin sekä tutkimus- ja arviointimenetelmät ovat eettisesti kestäviä ja tieteellisen tutkimuksen kriteerien mukaisia. Opinnäytetyö on laadittu Jyväskylän ammattikorkeakoulun kirjallisen työn ohjeiden mukaisesti sekä työssä käytettyihin tutkimuksiin on viitattu asianmukaisesti.

Hyvän tieteellisen käytännön laiminlyönti johtaa loukkauksiin. Loukkaukset jaotellaan vilppiin tieteellisessä toiminnassa ja piittaamattomuuteen tieteellisestä käytännöstä. Vilppiä voi olla sepittäminen, havaintojen vääristely, plagiointi ja anastaminen. Piittaamattomuutta voi olla puutteellinen tai epäasiallinen viittaaminen aikaisempiin tutkimustuloksiin, ei-huolellinen ja harhaanjohtava raportointi, tutkimuksen tulosten ja tutkimusmateriaalin vaillinainen kirjaaminen ja tallettaminen. Myös itsensä plagiointi on piittaamattomuutta hyvästä tieteellisestä käytännöstä, samoin tiedeyhteisön johdattaminen harhaan tutkimustyönsä suhteen. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta, 8–9.) Tutkija, tässä tapauksessa opinnäytetyön laatija, on ensisijaisesti itse vastuussa, että noudattaa hyvän tieteellisen käytännön ohjeita (Tuomi & Sarajärvi 2018, 151; Tutkimuseettinen neuvottelukunta, 7). Avoimuutta ja vastuullisuutta on noudatettava. Jos tutkimusta ei ole suoritettu hyvän tieteellisen käytännön mukaan, ei tutkimus ole eettisesti hyväksyttävä eikä luotettava, eivätkä tulokset uskottavia. (Hirsjärvi ym. 2009, 23–24, 26–27; Tutkimuseettinen neuvottelukunta, 6.) Opinnäytetyössä ei ole plagioitu eikä tutkimustuloksia ole yleistetty, sepitetty tai kaunisteltu. Opinnäytetyön raportointi on kattavaa, eikä johda harhaan. Myös avoimuutta ja vastuullisuutta on noudatettu.

Normit tiedon etsimisestä ja luotettavuudesta ohjaavat noudattamaan tieteellisen tutkimuksen menetelmiä sekä esittämään reliaabeleja eli luotettavia tuloksia, jotka on mahdollista tarkistaa paikkaansa pitäväksi (Kuula 2011). Lähdemateriaaliin on suhtauduttava kriittisesti ja niiden luotettavuutta on arvioitava, eli puhutaan lähdekriitistä. Jotta tiedot olisivat vertailukelpoisia, niitä on usein muokattava, yhdisteltävä ja tulkittava sekä normitettava. Asiat eivät kuitenkaan saa muuttua tai vääristyä edellä mainituista johtuen. Opinnäytetyössä on noudatettava tieteellisen tutkimuksen

kriteerien mukaisia tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä. Myös tieteellisen tiedon luonteeseen kuuluvaa avoimuutta on noudatettava opinnäytetyön tuloksia julkaistessaan. (Hirsjärvi ym. 2009, 24, 189.) Opinnäytetyössä on pyrittävä välttämään virheitä ja opinnäytetyön tutkimuksen luotettavuutta on arvioitava (Tuomi & Sarajärvi 2018, 158). Opinnäytetyön tutkimustulokset on mahdollista tarkistaa jälkeenpäin ja tulokset ovat luotettavia.

Integroivassa kirjallisuuskatsauksessa aineistoa ei seulota yhtä tarkasti läpi ja tutkimuskysymykset ovat väljempiä kuin systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa. Päämääränä integroivassa kirjallisuuskatsauksessa on kuvata tutkimuksen kohteena olevaa ilmiötä mahdollisimman monipuolisesti. Kriittinen tarkastelu kuuluu olennaisesti integroivaan kirjallisuuskatsaukseen. (Salminen 2011, 8.) Niela-Vilén & Hamarin (2016, 26) mukaan kokotekstin saatavuus tai maksuttomuus eivät saisi olla mukaanotto- tai poissulkukriteereitä, sillä työn luotettavuus kärsii.

On muistettava, että opinnäytetyö on vain yhden opinnäytetyöntekijän tekemää tutkimusta tietyistä lähdemateriaaleista tietyin menetelmin, joku toinen tekijä voisi tehdä erilaisen tuotoksen samoista lähteistä ja menetelmistä. Tämä opinnäytetyö ei siksi tarjoa täysin objektiivista ja absoluuttista tietoa. (Saaranen-Kauppinen & Puustniekka n.d.)

6.3 Johtopäätökset

Tähän opinnäytetyöhön kerättiin ajantasaista tutkimustietoa äitien kokemuksista taaperoimetyksestä sekä heidän saamastaan imetystuesta ja -ohjauksesta sen yhteydessä.

- Äidit kokevat taaperoimetyksen pääosin positiivisena sekä hyödyllisenä niin itselleen, lapselleen kuin koko perheelle. Äidit pitävät taaperoimetystä tärkeänä. Äidit kokevat myös ristiriitaisia ja negatiivisia tunteita taaperoimetyksen yhteydessä, mutta positiiviset tunteet voittavat negatiiviset. Äideille olisikin tärkeää kertoa, että erilaiset tunteet ovat luonnollisia ja sallittuja.
- Äitien tuensaanti taaperoimetyksen yhteydessä vaihtelee. Osa saa tukea puolisolta ja läheisiltä, osa ei. Vertaistuki koetaan tärkeäksi ja äidit saavat siitä rohkaisua ja tukea imetyspäätökselleen. Äidit kokevat jo yksistään neutraalin suhtautumisen taaperoimetyksestä tukevaksi. Kielteinen suhtautuminen taaperoimetykseen tuntuu äideistä pahalta

ja saa osan äideistä piilottelemaan tai jopa lopettamaan imetyksen. Yhteiskunnassa tulisi nostaa taaperoimetystä enemmän esille ja normalisoida sitä.

- Terveydenhuollon ammattilaisten suhtautuminen taaperoimetykseen vaihtelee äitien kokemusten perusteella. Terveydenhuollon ammattilaisten tuki taaperoimetyksen yhteydessä on valitettavan usein negatiivista. Äidit ovat myös jääneet vaille ohjausta taaperoimetyksen yhteydessä ja joutuneet hankkimaan itse tietoa. Terveydenhuollon ammattilaisten tietoisuutta taaperoimetyksestä tulisi lisätä sekä panostaa positiiviseen ja kannustavaan kohtaamiseen. Olisi tärkeää, että terveydenhuollon ammattilaiset kysyisivät imetyksestä myös vauvaiän jälkeen, eivätkä tekisi olettamuksia imetyksen lopettamisesta tai painostaisi lopettamaan. Äitejä tulisi tukea imetyspäätöksissään riippumatta omista asenteista.

6.4 Jatkotutkimusaiheet

Äitien kokemuksia taaperoimetyksestä sekä heidän saamastaan imetystuesta ja -ohjauksesta löytyi maksuttomasti saatavilla olevia tutkimuksia vain vähän. Tutkimuksia on tehty Suomessa sekä kansainvälisesti, mutta vain rajallisesti. Tutkimuksia tarvitaan ehdottomasti lisää, varsinkin imetysohjauksen saralta. Yksi tutkimusaihe voisi olla, millaista tukea ja ohjausta äidit ovat tai olisivat kaivaneet taaperoimetyksen yhteydessä. Taaperoimetus herättää vahvoja tunteita paitsi äidissä, myös yhteiskunnassa ylipäättään.

Lähteet

- Andrews, T. 2021. Modern Taboos and Moral Regulations: Mother's Milk in the Symbolic Order. *Sociology (Oxford)* 2022, Vol.56 (1), p.55–71. Viitattu 02.11.2022. <https://janet.finna.fi>, Sage Journals.
- Deufel, M. & Montonen, E. 2010. Imetyksen sosiaalinen tuki. Teoksessa *Onnistunut imetys*. Toim. Deufel, M. & Montonen, E. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- Deufel, M. & Montonen, E. 2010b. Imetys raskauden aikana. Teoksessa *Onnistunut imetys*. Toim. Deufel, M. & Montonen, E. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- Dowling, S. & Pontin, D. 2016. Using liminality to understand mother's experiences of long-term breastfeeding: 'Betwixt and between' and 'matter out of place'. *Health (London, England: 1997)* 2017, Vol.21 (1), p.57–75. Viitattu 03.11.2022. <https://janet.finna.fi>, Sage Journals.
- Exclusive breastfeeding for six months best for babies everywhere. 2011. WHO:n kannanotto imetykseen ja imetyssuosituksien organisaation www-sivuilla. Viitattu 22.09.2019. https://www.who.int/mediacentre/news/statements/2011/breastfeeding_20110115/en/
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15. uud. p. Hämeenlinna: Tammi.
- Ikonen, R., Antila, K. & Hakulinen, T. 2021. Imetys. NEUKO, Äitiys- ja lastenneuvola -tietokanta. Viitattu 24.04.2022. <https://janet.finna.fi>, Terveysportti.
- Ikonen, R., Hakulinen, T., Lyytikäinen, A., Mikkola, K., Niinistö, S., Sarlio, S. & Virtanen, S. Imeväisikäisten ruokinta Suomessa vuonna 2019. Raportti 11/2020. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2020. Viitattu 04.10.2022. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140536/URN_ISBN_978-952-343-555-1.pdf
- Infant and young child feeding. 2021. WHO. Viitattu 07.02.2022. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>
- Imetyksen hyötyjä. 2019. Terveyskylän www-sivuilla. Viitattu 07.02.2022. <https://www.terveyskyla.fi/naistalo/raskaus-ja-synnytys/imetys/imetyksen-hy%C3%B6tyj%C3%A4>
- Imetyksen tuki ry. 2018. Osittaisimetyksestä kertova www-sivu. Julkaistu 9.12.2016. Päivitetty 21.8.2018. Viitattu 18.09.2019. <https://imetys.fi/tietoa-imetyksen-avuksi/osittaisimetys/>
- Imetysohjaajakoulutuksen aihealueet. 2017. Terveyden ja hyvinvoinnin www-sivuilla. Päivitetty 06.07.2017. Viitattu 20.11.2022. <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/kehittyvat-kaytannot/vauvamyonteisyys/imetysohjaajakoulutus/imetysohjaajakoulutuksen-aihealueet>
- Imetysohjaajakoulutus. 2021. Terveyden ja hyvinvoinnin www-sivuilla. Päivitetty 7.4.2021. Viitattu 20.11.2022. <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/kehittyvat-kaytannot/vauvamyonteisyys/imetysohjaajakoulutus>

Imetysohjaus. 2015. Terveiden ja hyvinvoinninlaitoksen www-sivuilla. Lastenneuvolankäsikirja. Viitattu 03.09.2019. <https://thl.fi/en/web/lastenneuvolakasikirja/tietopakettit/imetys/imetysohjaus>

Jackson, J. E. & Hallam, J. 2020. Against all odds – why UK mothers’ breastfeeding beyond infancy are turning to their international peers for emotional and informative support. *Health care for women international* 2021, Vol.42 (4–6), p.739–755. Viitattu 02.11.2022. <https://janet.finna.fi>, Cinahl.

Janet Finna. N.d. Tietokantoja. Jyväskylän ammattikorkeakoulun verkkokirjasto. Viitattu 12.10.2019. <https://janet.finna.fi/Browse/Database>

Johnson, K. M. & Slauson-Blevins, K. S. 2022. "Perfectly supportive in theory...": Women’s perceptions of partner support while breastfeeding. *Journal of social and personal relationships* 2022, Vol.39 (9). Viitattu 03.11.2022. <https://janet.finna.fi>, Sage Journals.

Jukarainen, R-L. & Otronen, K. 2010. Imetysohjaus raskauden aikana. Teoksessa Onnistunut imetytys. Toim. Deufel, M. & Montonen, E. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Juonala, M., Viikari, J. S., Simell, O., Niinikoski H. & Raitakari, O. T. 2012. Lapsuuden elintavat vaikuttavat valtimotaudin kehittymiseen. *Suomen Lääkärilehti* 2012; 67(19):1485–1489. <https://janet.finna.fi>, Terveysportti.

Järvenpää, A-L. 2009. Imetyksen vaikutukset lapsen terveyteen. Artikkelit *Suomen Lääkärilehdessä*. 64 (23), 2089–2093. Viitattu 23.10.2019. <https://janet.finna.fi>, Terveysportti.

Kangasniemi, M., Utriainen, K., Ahonen, S. M., Pietilä, A. M., Jääskeläinen, P. & Liikanen, E. 2013. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus: eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsenettyyn tietoon. Viitattu 12.10.2019. <https://janet.finna.fi>, Elektra.

Kansallinen imetyksen edistämisen toimintaohjelma vuosille 2018–2022. 2017. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos THL. Toim. Hakulinen, T., Otronen, K. & Kuronen M. Helsinki: Juvenes Print. Viitattu 19.9.2019.

Klemetti, R. & Raussi-Lehto, E. 2016. Edistä, ehkäise, vaikuta – Seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelma 2014–2020. 3. tarken. p. Tampere: Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL). Viitattu 13.10.2019. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116162/THL_OPAS33_VERKKO9.3.2016.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Koulutettu imetyksen vertaistuki. N.d. Tietoa imetystukiäideistä ja heidän toiminnastaan Imetyksen tuki ry:n www-sivuilla. Viitattu 01.10.2019. <https://imetys.fi/koulutettu-imetyksen-vertaistuki/>

Koskinen, K. 2008. Imetysohjaus. 1.–2. p. Helsinki: Edita.

Kuula, A. 2011. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. E-kirja. Viitattu 22.10.2019. <https://www.ellibslibrary.com/collection>

Kyngäs H. & Vanhanen L. 1999. Sisällönanalyysi. *Hoitotiede* Vol. 11. no 1/99. Opettajankoulutuslaitos. Jyväskylän yliopiston Peda.net-sivusto. Viitattu 21.10.2019. <https://peda.net/jyu/okl/ko/klt/djm/demo-3/materiaalit/kvsa>

Niemelä, M. 2006. *Imetysopas, Hyvinvointia vauvalle ja äidille*. Keuruu: Helmi Kustannus.

Niela-Vilén, H. & Hamari, L. 2016. Kirjallisuuskatsauksen vaiheet. Julkaisussa *Kirjallisuuskatsaus hoitotieteessä*. Toim. Solt, M., Axelin, A. & Suhonen, R. 2016. Turun yliopisto. Hoitotieteen laitoksen julkaisuja. Tutkimuksia ja raportteja. Sarja A73. 2. korjattu p. Turku: Juvenes Print.

McFadden, A., Gavine A., Renfrew, MJ., Wade, A., Buchanan, P., Taylor, JL., Veitch, E., Rennie, AM., Crowther, SA., Neiman, S. & MacGillivray, S. 2017. Support for healthy breastfeeding mothers with healthy term babies (Review). *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2017, Issue 2. Art. No.: CD001141. DOI: 10.1002/14651858.CD001141.pub5. Viitattu 27.11.2019. <https://janet.finna.fi>, Cochrane Library.

Martínez-Poblete, G. & Ossa, X. 2020. Motivations for breastfeeding prolongation. *Acta paulista de enfermagem* 2020, Vol.33 (4), p.1–8. Viitattu 02.11.2022. <https://janet.finna.fi>, ProQuest Central.

Ojantausta, O. & Kaunonen, M. 2021. Äitien kokemuksia yli 1-vuotiaan lapsen imetyksestä. *Hoitotiede* 2021 vol.33, no.3, 154–164. Viitattu 03.11.2022. <https://janet.finna.fi>, Medic.

Ojantausta, O. & Kaunonen, M. 2022. Äitien kokemuksia terveydenhuollon ammattilaisten asenteista yli 1-vuotiaan lapsen imetystä kohtaan. *Hoitotiede* 2022, vol.34, no.2, 61–71. Viitattu 03.11.2022. <https://janet.finna.fi>, Medic.

Pitkällinen imetys ei yksistään vaaranna suunterveyttä. 2015. Tietoa imetyksen vaikutuksesta suunterveyteen Potilaan Lääkärilehden www-sivuilla. Viitattu 30.09.2019. <https://www.potilaan-laakarilehti.fi/uutiset/pitkallinen-imetys-ei-yksistaan-vaaranna-suunterveytta/>

Raskaana olevan, synnyttävän ja synnyttäneen äidin sekä perheen imetysohjaus. 2010. Hannula, L., Kaunonen, M., Koskinen, K. & Tarkka, M-T. *Hoitotyön Tutkimussäätiö*. Viitattu 18.09.2019. <https://www.hotus.fi/wp-content/uploads/2019/03/imetysohjaus-hs.pdf>

Robinson, A., Davish, M., Hall, J., Lauckner, C., Anderson, A. K. 2019. It Takes an E-Village: Supporting African American Mothers in Sustaining Breastfeeding Through Facebook Communities. *Journal of human lactation* 2019, Vol.35 (3), p.569–582. Viitattu 01.11.2022. <https://janet.finna.fi>, Sage Journals Premier.

Saaranen-Kauppinen & Puustniekka. 2006. *KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto -verkojulkaisu*. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarasto. Viitattu 23.10.2019. https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L3_3_3.html

Saaranen-Kauppinen & Puustniekka. 2006b. *Koodaus. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto -verkojulkaisu*. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarasto. Viitattu 23.10.2019. https://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_2_2.html

- Salminen, A. 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyypeihin ja hallinto-tieteellisiin sovelluksiin. Vaasan yliopiston julkaisuja. Vaasa: Vaasan yliopisto. Viitattu 21.10.2019. https://www.univaasa.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-349-3.pdf
- Sirviö, K. 2019. Imetyksen ja tutin vaikutus suun terveyteen. Duodecim terveyskirjasto. Viitattu 08.02.2022. <https://www.terveyskirjasto.fi/trv00043/imetyksen-ja-tutin-vaikutus-suun-terveyteen>
- Suhonen, R., Axelin, A. & M. Stolt. 2016. Erilaiset kirjallisuuskatsaukset. Toim. M. Stolt, A. Axelin & R. Suhonen. Turun yliopisto. Hoitotieteen laitoksen julkaisuja. Tutkimuksia ja raportteja. Sarja A73. 2. korjattu p. Turku: Juvenes Print.
- Sulosaari, V. & Kajander-Unkuri, S. 2016. Integroitu kirjallisuuskatsaus. Julkaisussa Kirjallisuuskat-saus hoitotieteessä. Toim. M. Stolt, A. Axelin & R. Suhonen. Turun yliopisto. Hoitotieteen laitoksen julkaisuja. Tutkimuksia ja raportteja. Sarja A73. 2. korjattu p. Turku: Juvenes Print.
- Syödään yhdessä – ruokasuositukset lapsiperheille. 2019. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2. uud. p. Helsinki: PunaMusta.
- Säilävaara, J. 2020. Long-Term Breastfeeding: The Embodied Experiences of Finnish Mothers. NORA: Nordic journal of women's studies 2020, Vol.28 (1), p.43–55. Viitattu 01.11.2022. <https://janet.finna.fi>, kansainvälisten artikkeleidenhaku. Saatavilla: https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/67283/Long-Term%2520Breastfeeding_fi-nal.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Säilävaara, J. 2021. Relational long-term breastfeeding. Tutkijalta pyydetty koko artikkeli käyttöön. Viitattu 03.11.2022. <https://janet.finna.fi>, kansainvälisten artikkeleidenhaku.
- Taaperoimetyksen faktapankki. 2021. Imetyksen tuen www-sivut. Viitattu 07.02.2022. <https://imetyks.fi/tietoa-imetyksen-avuksi/taapero/taaperofaktat/>
- Thompson, A. J., Topping, A. E. & Jones, L. L. 2020. 'Surely you're not still breastfeeding': a qualitative exploration of women's experiences of breastfeeding beyond infancy in the UK. BMJ open 2020, Vol.10 (5), p.e035199-e035199. Viitattu 02.11.2022. <https://janet.finna.fi>, PubMed.
- Tietoa yhdistyksestä. N.d. Tietoa yhdistyksestä Imetyksen tuki ry:n www-sivuilla. Viitattu 20.09.2019. <https://imetyks.fi/tietoa-yhdistyksesta/>
- Tschiderer, L., Seekircher, L., Kunutsor, S. K., Peters, S. A. E., O'Keeffe L. M. & Willeit, P. 2022. Breastfeeding Is Associated With a Reduced Maternal Cardiovascular Risk: Systematic Review and Meta-Analysis Involving Data From 8 Studies and 1 192 700 Parous Women. Viitattu 13.03.2022. <https://www.ahajournals.org/doi/full/10.1161/JAHA.121.022746>
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2012. Viitattu 22.10.2019. https://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf

UNICEF & WHO. 2009. BABY-FRIENDLY HOSPITAL INITIATIVE Revised, Updated and Expanded for Integrated Care. Viitattu 19.09.2019. https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/43593/9789241594967_eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Vauvojen imetys on yleistynyt – nuoret ja matalammin koulutetut äidit imettävät edelleen muita vähemmän. 2020. Uutinen Terveiden ja hyvinvoinnin laitos THL:n www-sivuilla. Viitattu 07.02.2022. <https://thl.fi/fi/-/vauvojen-imetys-on-yleistynyt-nuoret-ja-matalammin-koulutetut-aidit-imettavat-edelleen-muita-vahemman>

Yate, Z. M. 2017. A Qualitative Study on Negative Emotions Triggered by Breastfeeding; Describing the Phenomenon of Breastfeeding/Nursing Aversion and Agitation in Breastfeeding Mothers. Iranian journal of nursing and midwifery research 2017, Vol.22 (6), p.449–454. Viitattu 03.11.2022. <https://janet.finna.fi>, PubMed.

Äidinmaito on superfoodia. 2021. Imetyksen tuen www-sivut. Viitattu 07.02.2022. <https://imetyks.fi/odottajan-opas/imetyksen-huimat-hyodyt/>

Äitiysneuvolaopas. Suosituksia äitiysneuvolatoimintaan. 2013. Kirjoittajina Kansallinen äitiyshuollon asiantuntijaryhmä. Toim. Klemetti, R. & Hakulinen, T. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos THL.

Liitteet

Liite 1. Opinnäytetyöhön hyväksytyt tutkimukset ja artikkelit

Nro ja tietokanta	Tekijä, paikka, vuosi	Otsikko	Tavoite	Aineisto	Keskeiset tulokset
1, Medic	Ojantausta, O. & Kaunonen, M. 2021. Suomi.	Äitien kokemuksia yli 1-vuotiaan lapsen imetyksestä.	Kuvata äitien kokemuksia yli yksivuotiaan lapsen imetyksestä.	Laadullinen kuvaileva tutkimus, jossa teetettiin kymmentä yli yksivuotiaasta lasta imettänyttä äitiä.	Äitien kokemuksen mukaan yli yksivuotiaan imetys on luonnollista ja elämää helpottavaa. Äidit toivovat saavansa ymmärrystä ja tukea imetykselleen. Äidit joutuivat itse hankkimaan tietoa taaperoimetyksestä.
2, Medic	Ojantausta, O. & Kaunonen, M. 2022. Suomi.	Äitien kokemuksia terveydenhuollon ammattilaisten	Kuvata äitien kokemuksia terveydenhuollon ammattilaisten	Laadullinen kuvaileva poikittais-tutkimus, jossa teetettiin	Terveydenhuollon ammattilaiset olettavat imetyksen jolloppuneen

		asenteista yli 1-vuotiaan lapsen imetystä kohtaan.	asenteista yli yksivuotiaan lapsen imetystä kohtaan.	mahaasteltiin kymmentä yli yksivuotista lasta imettänyttä äitiä.	tai puhuvat vieroituksesta vastoin äitien toiveita. Ammattilaisten asenteet imetykseen vaihtelevat.
3, PubMed	Thompson, A. J., Topping, A. E. & Jones, L. 2020. Iso-Britannia	'Surely you're not still breastfeeding': a qualitative exploration of women's experiences of breastfeeding beyond infancy in the UK.	Tutkia naisten kokemuksia yli yksivuotiaan lapsen imetyksestä.	Eksploratiivinen laadullinen tutkimus tulkitsevalla lähestymistavalla, jossa tehtiin 19 puolistrukturoitua haastattelua äideille, jotka tällä hetkellä tai viimeisen viiden vuoden sisällä ovat imettäneet yli	Äidit kohtasivat erilaisia haasteita imettäessään yli yksivuotista lasta. Äidit itse kokivat imetyksen luonnollisena, mutta ympäristö suhtautui imetykseen eri tavalla lapsen kasvaessa vauvasta taaperoksi. Äidit saattoivat salata jat-

				yksivuotista lasta.	kavansa edelleen imeytystä.
4, PubMed	Yate, Z. M. 2017. Iso-Britannia.	A Qualitative Study on Negative Emotions Triggered by Breastfeeding; Describing the Phenomenon of Breastfeeding/Nursing Aversion and Agitation in Breastfeeding Mothers.	Tutkia naisten kokemuksia imetyksestä sekä siihen mahdollisesti liittyvästä vastenmielisyydestä ja levottomuudesta.	Laadullinen tutkimus, jossa 694 naista vastasi anonyymisti kyselylomakkeeseen.	Imetykseen liittyvät vastenmielisyyden ja kiihtymyksen tunteet vaihtelevat muodon, vakaavuuden ja keston mukaan. Viha ja raivo sekä halu poistaa lapsi rinnalta ovat tyypillisiä tunteita, mutta myös kiihtyneisyyttä ja ärtyneisyyttä esiintyy. Äidit kokevat häpeää ja hämmennystä negatiivisten tuntemusten vuoksi.

5, Sage Journals	Andrews, T. 2021. Norja.	Modern Taboos and Moral Regulations: Mother's Milk in the Symbolic Order.	Tutkia rintamaitoon ja imetykseen liittyviä tabuja ja niiden ilmaismista.	Laadullinen tutkimus, jossa haastateltiin 32 Bergenin alueella asuvaa äitiä sekä kerättiin tietoa sanoma- ja aikakauslehtiartikkeleista ja valokuvista, internet-tiileiltä ja blogikommenteista.	Äidit, jotka imettävät "liian kauan" tai "liian lyhyen ajan" rikkovat yleisiä normeja ja heitä rangaistaan eri tavoin: pahesuvin katsein tai suoraan kriittisten kommenttien muodossa.
6, Sage Journals	Dowling, S. & Pontin, D. 2016. Iso-Britannia.	Using liminality to understand mother's experiences of long-term breastfeeding: 'Between' and 'matter	Tutkia pitkään imettävien äitien kokemuksia.	Tutkimukseen osallistui yli 80 imettävää äitiä, joita haastateltiin kasvokain tai sähköpostitse.	Äidit toivoivat tukea ja ymmärrystä imetykselleen. Imetyksen normalisointi voi auttaa ja rohkaista äitejä imettämään pidempään.

		out of place’.			
7, Sage Journals	Johnson, K. M. & Slau-son-Blevins, K. S. 2022. Yhdysvallat.	”Perfectly supportive in theory...”: Women’s perceptions of partner support while breastfeeding.	Tutkia imettävien naisten kokemuksia puolison tuesta imetyksen aikana.	32 puolistrukturoitua syvälihaastattelua imettäville tai äskettäin imettäneille.	Äidit kokivat kumppaneiden tukevan heitä, mutta kuitenkin puolet äideistä kertoi puolison imetykskokemusta heikentävästä toiminnasta.
8, Cinahl	Jackson, J. E. & Hallam, J. 2020. Iso-Britannia.	Against all odds – why UK mothers’ breastfeeding beyond infancy are turning to their international peers for emotional and informative support.	Tutkia äitien kokemuksia yli vuoden ikäisen lapsen imettämisestä.	Laadullinen tutkimus, jossa haastateltiin 24 yli yksivuotiaasta lasta imettänyttä äitiä.	Äidit kokivat terveydenhuollon ammattilaisten asennemuutoksen vauvan kasvaessa taaperoksi; tuki vaihtui arvosteluksi. Vertaistuesta äidit saivat tarvitse-

					maansa tu- kea ja neu- voja.
9, Janet- Finna	Martínez- Poblete, G. & Ossa, X. 2020. Chile.	Motivati- ons for breastfee- ding pro- longation.	Tutkia yli kaksi vuotta imettänei- den äitien motivaa- tioraken- netta.	Laadullinen tutkimus, jossa haas- tateltiin 8 yli kaksi vuotta imettänyttä äitiä.	Lapsuus on hyvää aikaa motivoida naisia imettä- mään aikui- sena. Tietoi- suus lapsen saamista hyödyistä voi motivoida imettämään pidempään.
10, Janet Finna	Robinson, A., Davish, M., Hall, J., Lauckner, C., Ander- son, A. K. 2019. Yh- dysvallat.	It Takes an E-Village: Supporting African American Mothers is Sustaining Breastfeed- ing Through Facebook Communi- ties.	Tutkia afro- amerikka- laisten äi- tien kokemuksia Facebookin imetystuki- ryhmistä.	Prospektiivinen laa- dullinen tutkimus, jossa tutkit- tiin Face- bookin ime- tystukiryhm iin osallistu- vien afro- amerikka- laisten äitien koke- muksia	Vertaistuki Facebook-yh- teisössä voi vaikuttaa myönteisesti imetyskäyt- täytymiseen sekä tuoda luottamusta imetykseen, voittamaan imetyshaas- teet sekä

				sekä Facebookissa saadun imetystuen ja imetystulosten välistä suhdetta.	jopa pidentää imetystä.
11, Janet Finna	Säilävaara, J. 2020. Suomi.	Long-Term Breastfeeding: The Embodied Experiences of Finnish Mothers.	Tutkia yli vuoden imettäneiden äitien ruumiillistuneita kokemuksia.	Laadullinen kuvaileva tutkimus, jossa analysoitiin 39 pitkään imettäneen äidin kirjallisia kertomuksia ruumiillistuneista kokemuksista.	Äidit tunsivat itsensä vahvoiksi, sillä heidän kehonsa toimi ja tuotti maitoa. Myös tyytyväisyys kehoon lisääntyi. Pitkäkestoinen imetys koettiin palkitsevana sekä tekemisen arvoisena.
12, Manuaalinen haku	Säilävaara, J. 2021. Suomi.	Relational long-term breastfeeding.	Kuvata pitkään imettäneiden äitien	Laadullinen tutkimus, jossa kirjoituskutsuun vastanneet 39 pitkään	Imetys on usein palkitseva kokemus, joka vaikuttaa myös

			kokemuk- sia.	imettänyttä äitiä kir- joitti koke- muksistaan.	ihmissuhte- siin. Mitä vanhempi lapsi, sitä enemmän äi- dit joutuivat perustele- maan imetyk- sen jatka- mista.
--	--	--	------------------	--	--

Liite 2. Pelkistetyt ilmaukset ylä- ja alaluokittain

Miten äidit ovat kokeneet taaperoimetyksen?		
Pelkistetyt ilmaukset	Alaluokat	Yläluokat
Äiti kokee pitkäkestoisen imetyksen mahtavaksi ja rakastaa sitä. (9)	Äitien positiiviset emotionaaliset kokemukset taaperoimetyksestä	Positiiviset kokemukset taaperoimetyksestä
Äiti rakastaa imettämistä, eikä halua sen loppuvan. (6)		
Äidit kokivat pitkäkestoisen imetyksen arvokkaana. (1)		
Pitkäkestoisesta imetyksestä ei palkita, mutta äiti kokee, että imetys itsessään tuntuu palkinnolta. (3)		
Äiti on ylpeä imetyksestään, eikä koskaan ajatellutkaan ostavansa korviketta. Äidiltä on tullut paljon maitoa ja aikoo imettää pitkään. (9)		
Äiti kokee imetyksen aikana mielihyvän ja rakkauden tunteita. (12)	Äitien positiiviset psyykkiset kokemukset taaperoimetyksestä	
Äiti kokee hyvänolon tunteita voidessaan ruokkia lastaan imettämällä. (11)		
Äidit kokivat imetyksen tukevan omaa psyykkistä hyvinvointia. (1)		
Äidit kokivat imetyksen rauhoittavan. (1)		
Äiti kokee imetyksen rentouttavan ja tarjoavan pienen rauhallisen hetken arjen keskellä ja keskittyä yhteen asiaan ja lapseen. (12)		
Äiti kokee imetyksen myötä kehosuhteen parantuneen sekä itsensä naisellisemmäksi. Hän ei enää häpeä rintojaan, vaan kokee ne arvokkaiksi ja henkilökohtaisiksi. (11)	Taaperoimetyksen positiiviset vaikutukset äidin minäkuvaan	
Äidit kokivat imetyksen perheen omana päätöksenä. Itsevarmuus imetyksestä suojasi ympäristön kritiikiltä. (1)		
Äidit kokivat imetyksen olevan rakkauden osoitus lasta kohtaan. (1)	Taaperoimetyksen tuottamat positiiviset tunteet lasta kohtaan	

Äiti kokee kiintymyksen ja rakkauden tunteita lasta kohtaan. (12)			
Äiti kokee, että ravitsemuksen lisäksi rintamaito tarjoaa kiintymystä. (9)			
Äidit kokivat imetyksen lujittavan äiti-lapsi -suhdetta. (1)			
Äitien mielestä imetys on hyödyllistä äiti-lapsi -suhteen kannalta. (3)			
Äiti koki, että pitkäkestoinen imetys voi lähentää suhdetta lapsen ja äidin välillä myös kauaskantoisesti. (12)			
Äiti imettää, koska lapsi on hänelle tärkein. (9)			
Äiti koki taaperoimetyksen olevan ihana tapa olla lähellä toisiaan. (12)			
Äiti kokee, että imetys on parasta, mitä voi lapselleen antaa. (9)	Äitien näkemykset taaperoimetyksen hyödyistä lapselle		
Äiti kokee antavansa lapselensa parasta imettäessään ja kokee imetyksen velvollisuudekseen lasta kohtaan. (11)			
Äidit kokivat imetyksen edistävän omaa ja lapsen parasta, lapsen toiveita kuunnellen. (1)			
Äidit kokivat ensisijaisesti imetyksen antavan lapselle psykososiaalisia hyötyjä; rakkautta, turvaa ja lohdutusta. (1)			
Äidit kokivat imetyksen tukevan lapsen psyykkistä hyvinvointia. (1)			
Äidit ajattelivat ensisijaisesti lapsen etua imettäessään. Äidit kokivat terveyshyötyjen olevan edelleen merkittäviä sekä imetyksen vaikuttavan myönteisesti lasten elämään. (1)			
Äitien mielestä imetys on hyödyllistä ravitsemuksen kannalta. (3)			
Äidit kokivat imetyksen helpottavan arkea ja olevan vaivatonta. Äidit kokivat		Äitien näkemykset taaperoimetyksen positiivisista	

<p>imetyksen luonnolliseksi ja itsestään selväksi. (1)</p> <p>Äidit kokivat yöimetyksen parantavan perheen lepäämistä sekä tuovan tukea ja turvaa lapselle. (1)</p> <p>Äiti kokee imetyksen vaivattomampana kuin pulloruo-kinnan. (9)</p>	<p>vaikutuksista perheen arkeen</p>	
<p>Äidit kokivat negatiivisten tuntemusten tiedostamisen ja hyväksymisen tukevan äitien minäpystyvyyden tunnetta imettäjänä. (1)</p> <p>Äidit olivat ylpeitä imetyksestään ja halusivat jakaa kokemuksiaan, mutta pelkäsivät, että muut kokisivat sen omahyväisenä. (3)</p> <p>Äiti on todella ylpeä pitkäkestoisesta imetyksestään ja kokee tekevänsä oikein. Äiti kokee kuitenkin, etteivät muut ihmiset ymmärrä häntä. (6)</p> <p>Äidit kokivat sekä positiivisia että negatiivisia tunteita, mutta positiiviset tunteet olivat negatiivisia vahvempia. Äidit kokivat erityisesti rakkautta ja läheisyyttä imettäessään. Äidit kokivat, että päätös pitkästä imetyksestä oli heidän oma valintansa, vaikka siihen sisältyi ajoittain ristiriitaisia tunteita ja muiden negatiivisia reaktioita. (12)</p>	<p>Äitien ristiriitaiset kokemukset taaperoimetyksestä</p>	<p>Ristiriitaiset kokemukset taaperoimetyksestä</p>
<p>Äidistä kokee imetyksen joskus väsyttävänä. (11)</p> <p>Ajoittain äidit kokivat jaksamattomuutta imettää sekä kaipasivat omaa tilaa. (1)</p> <p>Äiti ei ole nukkunut kunnon yöunia kahteen vuoteen yöimetyksen vuoksi ja on väsynyt. (11)</p> <p>Äiti kokee olonsa ajoittain liian väsyneeksi tandemimettäkseen lapsiaan. Jatkuva saatavilla olo väsyttää äitiä. (11)</p>	<p>Äidin väsymys taaperoimettämiseen</p>	<p>Negatiiviset kokemukset taaperoimetyksestä</p>

<p>Äidin mukaan muiden kiireiden ohella imettäminen voi aiheuttaa klaustrofobisia tunteita. (6)</p>		
<p>Äiti kokee ärtymyksen tunteita imettäessään 27 kuukauden ikäistä lastaan. (4)</p>	<p>Äitien negatiiviset tunteet taaperoimetyksestä</p>	
<p>Äiti tunsi itsensä kiihtyneeksi imettäessään lähes 3-vuotiasta lastaan. (4)</p>		
<p>Äiti kokee inhoa imettäessään 15 kuukauden ikäistä lastaan. (4)</p>		
<p>Vuoden lastaan imettänyt äiti kokee melko voimakasta vastenmielisyyttä lähellä kuukautiskierron alkua. Hän on erittäin kiihtynyt ja haluaa joskus satuttaa lastaan. Äiti tuntee syyllisyyttä tunteesta. Äiti ei ole satuttanut lastaan, mutta hänen täytyy pitää tauko ja päästää irti, koska pelkää satuttavansa lastaan. Äidin ja lapsen välillä on muutoin erittäin myönteinen suhde. (4)</p>		
<p>Äiti ei halua olla huomion keskipiste, vaan jättää huomioimatta ympärillään olevat ihmiset imettäessään tai menee hiljaisempaan paikkaan. (6)</p>	<p>Ympäristön aiheuttamat negatiiviset tuntemukset taaperoimetyksestä</p>	
<p>Äiti ei voinut katsella ympärilleen ja toivoi, ettei kukaan ottaisi häneen katsekontaktia tai puhuisi hänelle, sillä hän koki olonsa epämukavaksi ja huolestuneeksi. (6)</p>		
<p>Äiti koki, että vanhempien lasten imetystä pidetään outona, eikä tämän vuoksi imettänyt julkisella paikalla, vaikka lapsi olisi osoittanut halunsa tulla rinnalle. (5)</p>		
<p>Äidit kokivat muiden pitävän rintoja seksuaalisina ja tunsivat olonsa epämiellyttäväksi imettäessään ulkopuolisten ihmisten nähden. Äidit imettivät lapsen ehdoilla paikasta riippumatta. (1)</p>		

Miten äidit ovat kokeneet saamansa imetysohjauksen ja -tuen taaperoimetyksen yhteydessä?		
Pelkistetyt ilmaukset	Alaluokat	Yläluokat
Äiti kokee, että kumppanilta saatu tuki on ollut merkittävä imetyksen onnistumisen kannalta. Kumppani on rohkaissut ja antanut tietoa. (12)	Puolisolta saatu positiivinen tuki taaperoimetyksen yhteydessä	Positiivinen tuki taaperoimetyksen yhteydessä
Puolisolta saatu tuki tuntui äideistä tärkeältä. (1)		
Äiti saa puolisoltaan tukea kaikessa ja imetys on muulle perheelle luonnollista. (9)		
Lapsen isä ymmärtää rintamaidon arvon ja mitä se vaatii. (7)		
Puoliso suhtautuu pitkäkestoiseen imetykseen neutraalisti, minkä äiti kokee myönteisenä. (12)		
Äiti kokee saaneensa eniten imetystukea siskoltaan. Sisikon ansiosta äidistä on tullut itsevarma ja taitava imetyksessä sekä parempi ja herkempi vanhempi. (12)	Läheisiltä ja ystäviltä saatu positiivinen tuki taaperoimetyksen yhteydessä	
Äidit kokivat läheisten suhtautumisen imetykseen pääosin myönteisenä. (1)		
Äiti kertoo naapurien suhtautuvan pitkäkestoiseen imetykseen luonnollisesti. Anopiltaan hän on saanut kuulla imetyksen olevan luonnonmukaista ruokaa ja lasten olleen ennen terveempiä sen vuoksi. (9)		
Äidit kokevat vertaistuen avulla, että vanhempienkin lasten imetys on täysin luonnollista ja normaalia, eikä outoa. Äitien itseluottamus lisääntyi tukiryhmien avulla. (8)	Vertaistuki taaperoimetyksen yhteydessä	
Äidillä oli ensin vain aikaisin imetyksen lopettaneita ystäviä. Äiti kiinnostui samanmielisistä äideistä ja tunsu olonsa paremmaksi ja rauhallisemmaksi lapsensa seurassa. (6)		

<p>Äiti halusi alkaa vieroittamaan lastaan heti ensimmäisen vuoden jälkeen. Ryhmän toiset äidit kertoivat pitkäkestoisesta imetyksestä ja se antoi itseluottamusta jatkaa imetystä. (10)</p>		
<p>Äidistä positiivinen palaute tandemimetyksestä tuntuu hyvältä. (8)</p>	<p>Vierailta saatu positiivinen tuki taaperoimetyksen yhteydessä</p>	
<p>Äidit kokivat hiljaisen hyväksynnän sanattomana tukena. (1)</p>		
<p>Äidit kokivat neutraalin ja kyseenalaistamattoman suhtautumisen imetystä tukeväksi. (2)</p>		
<p>Äiti imetti lastaan kirkon portailla ja jutteli paikalle saapuneen ystävällisen pappin kanssa. Pappi ei hämähästynyt yli kaksivuotiaan imetystä. (6)</p>		
<p>Äidit kokivat terveydenhuollon ammattilaisten asenteet taaperoimetyksestä positiivisiksi. (2)</p>	<p>Terveydenhuollon ammattilaisilta saatu positiivinen tuki taaperoimetyksen yhteydessä</p>	
<p>Lääkäri kehotti äitiä jatkaamaan imetystä, vaikka vauva kyllästyi. (9)</p>		
<p>Äidit kokivat korjaavina kokemuksina myönteiset kohtaamiset terveydenhuollon ammattilaisten kanssa. (2)</p>		
<p>Saatuana ystäviltään kriittisiä kommentteja kolmevuotiaan imetyksestä, äiti aloitti rinnalta vieroittamisen. (5)</p>	<p>Perheen ja ystävien negatiivinen suhtautuminen taaperoimetykseen</p>	<p>Negatiivinen tuki taaperoimetyksen yhteydessä</p>
<p>Anopin kielteinen suhtautuminen pitkäkestoiseen imetykseen on vaikuttanut merkittävästi ihmissuhteen viilenemiseen äidin puolelta. (12)</p>		
<p>Äiti ei saanut tukea tai ymmärrystä perheeltään ja ystäviltään. Hänen miehensä suosi muiden näkemyksiä äidin tukemisen sijaan. (7)</p>		
<p>Äiti kokee perheensä pitävän häntä hulluna ja heidän puhuvan hänestä selän takana. (3)</p>		

<p>Äiti joutui puolustamaan imetyksen jatkamistaan. Äiti kuitenkin koki, että arvostelijat eivät tienneet pitkäkestoisen imetyksen eduista. (5)</p>	<p>Vieraiden negatiivinen suhtautuminen taaperoimetykseen</p>	
<p>Äidit kokivat, että muiden suhtautuminen imetykseen muuttui, kun vauva kasvoi taaperoksi. He kokivat, että vauvaa piti imettää, mutta taaperoimetystä paheksuttiin. Äideiltä kysyttiin vieroitusaikomuksista ja kritisoiittiin imetyksen jatkamisesta. Asenteiden muutos tapahtui tyypillisesti lasten ollessa 1-2 -vuotiaita. (3)</p>		
<p>Äidit kertoivat ulkopuolisten negatiivisesta suhtautumisesta pitkäkestoista imetystä ja tandemimetystä kohtaan. (5)</p>		
<p>Äiti kokee, että häntä tarkkaillaan töihin paluun jälkeen ja hän on saanut ikäviä kommentteja imetyksen jatkumisesta. (3)</p>		
<p>Äidit kokivat ulkopuolisten määrittelevän pitkäaikaisen imetyksen seksuaalisena aktina ja joutuivat puolustamaan imetystään. Äidit itse määrittivät pitkäaikaisen imetyksen pikemmin tunteiden kuin seksuaalisen nautinnon tuottamiseksi. (11)</p>		
<p>Nimettömissä keskusteluissa pitkään imettämistä saatetaan kutsua inestiksi. Äidit kokevat muiden pitävän pitkäkestoista imetystä outona ja epäilyttävänä asiana tai pervessinä. (11)</p>		
<p>Hakiessaan lastaan hoidosta äiti ei imettänyt lastaan siellä, vaikka lapsi sitä vaati, hän halusi piiloon. Äiti ei kertonut hoitajille, että imetys jatkui. (3)</p>		
<p>Äiti ei kertonut perheen ulkopuolisille jatkavansa ime-</p>		

<p>tystä, sillä kertoi pelkäävänsä, että ihmiset ajattelisivat hänen tyydyttävän omia mielihyvän tarpeitaan. Äidit olivat huomanneet imetyksen keston hyväksyttävän rajan olevan puolitoista vuotta. (5)</p>			
<p>Äiti ei ole ruokkinut lastaan julkisesti enää sen jälkeen, kun lapsi oli kaksivuotias. (3)</p>	<p>Terveystieteiden tutkimuskeskuksen tutkimusohjelman tutkimusraportti: Äitiyden ja imetyksen haasteita ja tukemista. (2018)</p> <p>Terveystieteiden tutkimuskeskuksen tutkimusraportti: Äitiyden ja imetyksen haasteita ja tukemista. (2018)</p> <p>Terveystieteiden tutkimuskeskuksen tutkimusraportti: Äitiyden ja imetyksen haasteita ja tukemista. (2018)</p> <p>Terveystieteiden tutkimuskeskuksen tutkimusraportti: Äitiyden ja imetyksen haasteita ja tukemista. (2018)</p> <p>Terveystieteiden tutkimuskeskuksen tutkimusraportti: Äitiyden ja imetyksen haasteita ja tukemista. (2018)</p> <p>Terveystieteiden tutkimuskeskuksen tutkimusraportti: Äitiyden ja imetyksen haasteita ja tukemista. (2018)</p> <p>Terveystieteiden tutkimuskeskuksen tutkimusraportti: Äitiyden ja imetyksen haasteita ja tukemista. (2018)</p> <p>Terveystieteiden tutkimuskeskuksen tutkimusraportti: Äitiyden ja imetyksen haasteita ja tukemista. (2018)</p> <p>Terveystieteiden tutkimuskeskuksen tutkimusraportti: Äitiyden ja imetyksen haasteita ja tukemista. (2018)</p> <p>Terveystieteiden tutkimuskeskuksen tutkimusraportti: Äitiyden ja imetyksen haasteita ja tukemista. (2018)</p>		
<p>Äidit kokivat terveydenhuollon ammattilaisten asenteet taaperoimetyksestä ristiriitaisina. (2)</p>			
<p>Äidit kokivat terveydenhuollon ammattilaisten asenteiden taaperoimetyksen suhteen vaihtelevan paljon. (2)</p>			
<p>Äidit kokivat, että asenteiden vaihtelevuus saattoi johtaa imetyksen salaamiseen terveydenhuollon ammattilaisilta. (2)</p>			
<p>Negatiiviset kommentit lääketieteen asiantuntijoilta ei vaikuttanut äitien käyttäytymiseen, vaan sai heidät vihaisiksi. Äidit valitsivat keitä asiantuntijoita kuunnella ja kuuntelivat mieluummin toisia pitkään imettäneitä äitejä. (12)</p>			
<p>Äidit kokivat taaperoimetyksen merkityksettömäksi terveydenhuollon ammattilaisten silmissä. (2)</p>			
<p>Äiti on ollut ajoittain iloinen, ettei ole saanut reaktioita tai kommentteja imetyksestään. Äidin mukaan yleislääkärit ovat olleet yllättyneitä, miten kukaan voi imettää neljävuotiasta. (12)</p>			
<p>Äidit kokivat terveydenhuollon ammattilaisten suhtautuvan vähättelevästi imetykseen, johtuen vääristä tiedoista. Äidit kokivat terveydenhuollon ammattilaisten suhtautuvan negatiivisesti yöimetykseen, joka tuntui pahalta. (2)</p>			

Äitiä pelottaa, että häntä yritetään pakottaa lopettamaan imetys [terveydenhuollon työntekijöiden toimesta]. (12)		
Äidit eivät saaneet tietoa taaperoimetyksestä. (2)	Taaperoimetyksen ohjauksen puute	Taaperoimetyksen ohjaus
Pääosin itse hankittu teoria-tieto tuki äitejä imetyksessä. (1)		
Äidit kokivat terveydenhuollon ammattilaisten oletta- neen imetyksen päättyneen lapsen saavuttaessa kahden vuoden iän. (2)		
Päiväkodin johtajan mukaan 18 kuukauden ikäinen lapsi on liian vanha imetettäväksi. (5)	Kielteinen ohjaus taape- roimetyksen yhteydessä	
Äitiä kehoitettiin vieroitta- maan lapsi rinnalta ja ker- rottiin, ettei yli kaksivuoti- aan imetyksestä ole hyötyä ja sen haittaavan lapsen ke- hitystä. (3)		