



Fatima Tawil ja Jenna Valli

Monikkoimetyksen haasteet ja edistävät tekijät

Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Sairaanhoitaja (AMK)

Sairaanhoitotyön tutkinto-ohjelma

Opinnäytetyö

22.05.2023

Tekijä	Fatima Tawil ja Jenna Valli
Otsikko	Monikkoimetyksen haasteet ja edistävät tekijät
Sivumäärä	24 sivua + 3 liitettä
Aika	22.05.2023
Tutkinto	Sairaanhoitaja (AMK)
Tutkinto-ohjelma	Sairaanhoitotyön tutkinto-ohjelma
Ohjaajat	Tinja Kaivolahti, Lehtori
<p>Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata monikkoimetyksen, eli kaksosten, kolmosten, nelosten tai vitosten imetyksen haasteita ja sitä edistäviä tekijöitä. Työn tavoitteena oli tuoda tietoa, josta tulisivat hyötymään niin nykyiset ja tulevat monikkoperheet kuin terveydenhuollon ammattilaisetkin. Uutta näkökulmaa imettämiseen voisivat saada myös muutkin kuin monikkoperheet, sekä aiheesta kiinnostuneet. Tulosten avulla pyrittiin myös lisäämään vauvamyönteisyyttä, jonka pyrkimyksenä on imetyksen sekä laadukkaan varhaisravitsemuksen tukeminen.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin kuvailevana kirjallisuuskatsauksena, johon aineistoksi valikoitui seitsemän kansainvälistä tutkimusta. Kyseiset tutkimukset valittiin tarkoin sisäänottokriteerein hoito- ja terveystieteellistä tietokannoista; PubMed, ProQuest ja Cinahl. Aineisto analysoitiin induktiivisella, eli aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä. Opinnäytetyössä tutkimusten tukena käytettiin myös muun muassa Monikkoperhe ry:n tuottamaa teoriatietoa sekä Maailman terveysjärjestö WHO:n ja Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen antamia suosituksia.</p> <p>Kirjallisuuskatsauksen tutkimuskysymyksiin enemmän tuloksia saatiin monikkoimetyksen haastaviin tekijöihin. Tuloksien mukaan yleisiä haastavia tekijöitä olivat äitien pitkäaikainen imettäminen, riittämätön maidontuotanto, vauvojen huono imeminen, sekä vauvojen eritahtinen ruokailurytmi. Lisäksi haastava tekijä oli äitien tuen ja ohjauksen puute. Tutkimustuloksista kävi ilmi, että äidit kokivat terveydenhuollon ammattilaisten antaman monikkoimetysohjauksen riittämättömäksi, ja potivat täten stressiä ja tiedonpuutetta.</p> <p>Monikkoimetystä edistäviä tekijöitä olivat isien, isovanhempien, sekä ystävien antama tuki ja apu. Lisäksi äidit kokivat netistä saatavan vertaistukiryhmien tuen hyvin tarpeelliseksi. Hoitohenkilökunnan antama laadukas monikkoimetysohjaus, sekä tuki osoitti tutkimustuloksen mukaan nostaneen kaksosten imetysmäärää jopa 74 prosentilla.</p>	
Avainsanat	Monikkoimetus, monikkoimetyksen haasteet, monikkoimetyksen edistävät tekijät, monikkovauvat, kaksoset, monikkoperhe

Author	Fatima Tawil and Jenna Valli
Title	Challenges and contributing factors of multiple breastfeeding
Number of Pages	24 pages + 3 appendices
Date	22 May 2023
Degree	Bachelor of Health Care
Degree Programme	Degree Programme in Nursing
Instructors	Tinja Kaivolahti, Senior Lecturer
<p>The purpose of this thesis was to describe the challenges of multiple breastfeeding, i.e., breastfeeding twins, triplets, quadruplets or quintuplets, and the factors that makes it easier. The purpose of the work was to bring information that would benefit current and future multi-family families as well as healthcare professionals. Multiple families, as well as those who are especially interested, could also get a new perspective on breastfeeding. With the help of the results, we also aimed to be more baby favoritable, to be able to support breastfeeding and high-quality early nutrition.</p> <p>The thesis was carried out as a descriptive literature review, for which seven international studies were selected as material. The studies were selected from purposeful inclusion criteria and health science databases; PubMed, ProQuest and Cinahl. The material was analysed, i.e., with the check-in analysis of the material. In the thesis, theoretical information produced by Monikkoperhe ry and recommendations given by the World Health Organization and the Institute of Health and Welfare were also used to support the research.</p> <p>The research questions of the literature review got more results on the challenging factors of multiple breastfeeding. According to the results, common challenging factors were mothers' long-term breastfeeding, insufficient milk production, babies' poor sucking, and babies' different feeding rhythm. In addition, a challenging factor was the lack of support and guidance for the mothers. The research results showed that the mothers felt that the multiple breastfeeding guidance given by health professionals was insufficient, and thus experienced stress and a lack of information.</p> <p>Factors that made multiple breastfeeding easier were the support and help given by fathers, grandparents, and friends. Mothers also felt that the support of online support groups were necessary. According to the research results, the high-quality multiple breastfeeding guidance and support provided by the nursing staff increased the number of twins breastfeeding by up to 74 percent.</p>	

Keywords	Multiple breastfeeding, challenges of multiple breastfeeding, factors promoting multiple breastfeeding, multiple babies, twins, multiple family
----------	---

Sisällys

1	Johdanto	6
2	Tausta ja keskeiset käsitteet	7
2.1	Monikkoimetys	7
2.1.1	Täysimetys	8
2.1.2	Osittaisimetys	9
2.1.3	Monikkoimetysasennot	9
2.1.4	Monikkoimetysten apuvälineet	11
3	Tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset	12
4	Menetelmä	13
4.1	Tiedon ja aineiston haku sekä valinta	13
4.2	Analysointimenetelmä	15
5	Tulokset	16
5.1	Haastavat tekijät	16
5.2	Edistävät tekijät	17
6	Pohdinta	18
6.1	Tulosten tarkastelua	18
6.2	Eettisyys ja luotettavuus	19
6.3	Johtopäätökset ja jatkotutkimusehdotukset	19
	Lähteet	21

Liitteet

Liite 1. Aineiston taulukko

Liite 2. Tiedonhaun taulukko

Liite 3. Sisällönanalyysi taulukko

1 Johdanto

Monikkoperhe tarkoittaa perhettä, johon syntyy tai on syntynyt kerralla enemmän kuin yksi lapsi eli kaksoset, kolmoset, neloset tai vitoset.

Suomessa kaksosia syntyy vuosittain noin 600–700 perheeseen ja kolmosia noin 5–10 perheeseen. Nelosia syntyy Suomeen harvoin ja vitosia on syntynyt viimeksi vuonna 1977. (Suomen Monikkoperheet ry.)

Maailman terveysjärjestön, WHO:n mukaan imetys antaa kaikille lapsille terveellisen alun elämälle. Rintamaito toimii vauvan ensimmäisenä rokotteenä, stimuloi aivojen kehitystä ja suojaa naisen terveyttä. Kun äidit imettävät, kaikki hyötyvät. Imetys johtaa terveydenhuollon kustannusten alenemiseen, terveempiin perheisiin ja älykkäämpään työvoimaan. (World Health Organization 2017.) WHO (2021) suosittelee täysimetystä kuuden kuukauden ikäiseksi (Tiitinen 2022).

Monikkovauvojen imetys on kuitenkin erilaista ja tämän takia imetyksen tukeminen on tärkeää lapsen ja perheen hyvinvoinnin kannalta. (Terveyden ja hyvinvoinninlaitos). Monikkovauvojen imetys pohjautuu ajantasaiseen, näyttöön perustuvaan imetystietoon ja nykyaikaisiin hoitokäytänteisiin. (Suomen Monikkoperheet ry 2016b). Kaksosten ja kolmosten imetys poikkeaa yhden vauvan imetyksestä monella tavalla, ja monikkoäidit tarvitsevat enemmän imetysohjausta ja tukea kuin yhden vauvan äidit. Kaksosten äidit, jotka joko yrittävät tai imettävät onnistuneesti, tarvitset sekä yksilöllistä tukea että tunnustusta heidän saavutuksistaan. (McGovern 2014). Monikkoimetyksestä erityistä tekee usein vauvojen pieni syntymäpaino, tai jopa keskosuus. Täten riittävää maidon saantia, ja mahdollista lisämaidon tarvetta on erityisen tärkeää tarkkailla.

Täysimetys on mahdollista myös monikkoäideille, vaikka suurin osa monikkovauvoista onkin jossain vaiheessa osittaisimetettyjä. (Suomen Monikkoperheet ry 2016b). Monikkoäitien olisi hyvä pohtia jo etukäteen omia toiveitansa imetystä kohtaan. Äidillä on oikeus valita imetyksen sijasta myös äidinmaidonkorvikkeilla toteutettavaa pulloruokintaa. Vaihtoehtoja on siis erilaisia, ja lähtökohtana on äidin oma toive.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kuvailevan kirjallisuuskatsauksen avulla lisätä tietoutta monikkoimetyksen haasteista ja monikkoimetystä edistävistä tekijöistä.

Tuloksista tulevat hyötymään niin monikkoperheet kuin terveydenhuollon ammattilaisetkin. Uutta näkökulmaa imettämiseen voivat saada myös muutkin kuin monikkoperheet, sekä aiheesta kiinnostuneet.

2 Tausta ja keskeiset käsitteet

2.1 Monikkoimetys

Monikkoimetys tarkoittaa kaksosten, kolmosten, nelosten tai vitosten imettämistä. Vaikka monikkovauvojen imettäminen on erilaista kuin yhden vauvan imettäminen, voi täysimetys olla mahdollista myös monikkoäideille. Tällöin imetystä ohjaa lähtökohtaisesti samat imetyssuositukset, kuin yhden vauvan imettämistäkin. Maailman terveysjärjestö WHO suosittelee täysimetystä vauvan ravinnoksi kuuden kuukauden ikään saakka, jonka jälkeen lisäruokien ohella imetystä olisi suositeltavaa jatkaa lapsen kahteen ikävuoteena asti. Suomen sosiaali- ja terveysministeriön täysimetys suositus on 4–6 kuukauden ikäiseksi, ja tämän jälkeen imetystä suositellaan jatkettavan lisäruokien kanssa vuoden ikään saakka. Mikäli vauvan ravintona on pelkästään äidinmaidonkorvike, aloitetaan kiinteät lisäruoat noin neljän kuukauden ikäisenä (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos). Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen imetyssuositukset perustuvat Valtion ravitsemusneuvottelukunnan asettamiin suosituksiin kansanravitsemuksen kehittämiseksi sekä uusimpaan tutkimustietoon (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos).

Tutkimusnäyttöä äidinmaidon hyödyistä on paljon. Äidinmaidosta saatavat immunologisesti aktiiviset proteiinit, sopiva vitamiini-, hiilihydraatti- ja rasvahappokoostumus edistävät vauvan terveyttä (Korhonen ym. 2016: 34). Äidinmaito antaa suojaa monille lapsuusajan infektioille, kuten hengitystie- ja suolistoinfektioita sekä korvatulehduksia vastaan. Täysimetyksen on todettu vähentävän vauvojen kätkytkuoleman ja leukemia riskiä, lisäksi sen on huomattu suojaavan myös äitiä rintaja munasarjasyövältä, sekä tyypin 2 diabetekselta. (Kaunisto & Ojala & Tammela 2021: 487–488).

Äidinmaidoin hyödyt vauvoille ja äideille ovat merkittävä syy imetyshalukkuuteen. Suomessa lähes kaikki äidit toivovat voivansa imettää lastaan/lapsiaan. (Koskimäki ym. 2012: 4). Monikkoäideille imetys on yhtä tärkeää, kuin yhden vauvan äideille. Useimmat monikkoäidit pystyvätkin imettämään kahta, tai jopa kolmea vauvaa, sillä

kulutus säätelee maidon määrää. Usein vauvat ovat kuitenkin eri kokoisia ja ravinnontarve on erilainen. (Korhonen ym. 2018: 8.) Vauvoja voi syöttää kooltaan pienemmän vauvan tarpeen mukaisesti, sekä imettää tarvittaessa vauvoja myös eri aikoina.

Vauvojen erikseen imettäminen antaa laatu-aikaa äidille ja vauvalle, ja toimii samalla hyvänä keinona yksilöllisen sekä läheisen suhteen luomisessa. Ihminen pystyy luomaan kiintymyssuhteen vain yhteen henkilöön kerrallaan. Tämä asettaa monikkovanhemmille haastetta suhteen luomiseen, vauvoja ollessa enemmän kuin yksi. (Suomen monikkoperheet ry 2016b.) Vauvat kuitenkin luovat oman kiintymyssuhteensa vanhempaan/vanhempiinsa, mutta sen luomiseen tarvitaan vanhemmalta kykyä vastata vauvan tarpeisiin, sekä olla läsnä. Monikkoperheissä tärkeää on myös tasapuolinen vauvojen kohtelu, ja esimerkiksi imetys hetket ovat hyvä tapa harjoitella vauvojen tasapuolista huomioimista.

2.1.1 Täysimetys

Täysimetys on vähentynyt 2000-luvulla (Koskimäki ym. 2012: 4). Vuonna 2020 Suomessa neljän kuukauden ikäisistä vauvoista täysimetettyjä oli 50 % ja kuuden kuukauden ikäisistä 9 % (Kaunisto & Ojala & Tammela 2021: 487). Täysimetyksessä vauvojen ravintona on pelkästään äidinmaito, tämä imetysmuoto on mahdollinen myös monikkovauvoille, mikäli imetyksen turvamerkki täyttyvät ja äidin maidon tuotanto on riittävä. Kuitenkin suurin osa monikkovauvoista tarvitsee syntymän jälkeen lisämaitoa, ja kotiutuu sairaalasta myös lisämaidon kanssa.

Imetyksen turvamärkeissä seurataan, että vauva syö vähintään 8–12 kertaa vuorokaudessa, ja ruokaillessaan imee tehokkaasti, sekä nielee maitoa. Vauvan tulisi virtsata vuorokaudessa vähintään viisi kertaa, neljän vuorokauden iästä lähtien. Ensimmäisinä viikkona vauvan tulisi myös ulostaa päivittäin. Vauvan painon seuraaminen on tärkeää, jotta nähdään, onko täysimetys vauvalle riittävä. Painon ei tulisi laskea ensipäivinä yli 10 prosenttia, ja vastaavasti myöhemmin painon tulisi nousta vähintään 140 grammaa viikossa (Terveyskylä.)

2.1.2 Osittaisimetus

Pienen vauvan osittaisimetus on tarpeen, jos vauva ei saa riittävästi maitoa suoraan rinnasta. Osittaisimetus voi olla myös perheen tietoinen valinta ja toive. (Imetyksen tuki ry.) Osittaisimetus on usein voimavara perheelle, molempien vanhempien voidessa osallistua vauvojen hoivaamiseen ja ruokintaan. (Suomen Monikkoperheet ry 2016a).

Osittaisimetyksessä vauvat saavat äidinmaidon lisäksi lisämaitoa/äidinmaidonkorviketta. Lisämaito voi olla myös äidin omaa maitoa, jonka äiti on lypsänyt talteen myöhemmin tarjottavaksi. Sairaalassa vauvojen on mahdollista saada myös muiden äitien lahjoittamaa rintamaitoa lisämaitona. Äidinmaidonkorvikkeet ovat teollisia päivittäistavarakaupoista saatavia valmisteita, joista löytyy erilaisia vaihtoehtoja. Korvikkeen tarve määräytyy vauvan kasvun mukaan, ja neuvolassa tehdään sen perusteella ohjeet annettaviin korvike määriin.

Lisämaidon/äidinmaidonkorvikkeen voi antaa vauvalle monella tapaa, kuten pullosta, neulattomalla lääkeruiskulla, imetysapulaitteella tai hörpyttämällä.

2.1.3 Monikkoimetysasennot

Imetus alkaa yleensä ensi-imetyksestä, ja tällöin vastasyntyneet lapset pääsevät ensimmäistä kertaa äidin rinnalle. Monikkosynnytyksessä se ei kuitenkaan aina ole mahdollista. Vauvat eivät välttämättä pääse heti ihokontaktiin äidille, mutta he voivat levätä ja toipua synnytyksestä oman perheen aikuisen iholla. (Suomen Monikkoperheet ry 2016a). Vauvat voivat ryömiä rinnalle myös heräämössä, vauvojen teho-osastolla tai vuodeosastolla ja ensi-imetus voidaan toteuttaa myös vasta silloin.

Synnytyksen jälkeen, imetyksen ollessa ajankohtaista, monet äidit huomaavat, ettei heillä ole riittävästi tietoa monikkovauvojen imetysasennoista. Vauvojen tulisi päästä rinnalle mieluiten aina kun he osoittavat merkkejä valmiudesta imeä, mutta kuitenkin vähintään kahdeksan kertaa vuorokaudessa. (Suomen Monikkoperheet ry 2016a). Kolmosia imettäessä tämä ei kuitenkaan aina ole mahdollista. Täten riittävä tieto ja taito imetysasennoista on tarpeen monikkoperheille.

Kättilön on hyvä luoda hyvä suhde äitiin luottamuksen perustaksi. (Heinonen 2021). Näin myös ohjaus onnistuu paremmin. Ohjatessa imetysasentoa ja imemisotetta, on huomioitava, että äidillä on mukava ja hyvin tuettu asento. Hyvä imetysasento on

sellainen, jossa lapsi on lähellä äitiä, kääntyneenä häntä kohti (napa napaa vasten). Vauvan pään ja vartalon tulisi olla suorassa linjassa. Vauvan suora ja tukeva asento on hyvän imemisotteen edellytys. (Terveystieteiden tutkimuskeskus.)

Äidit voivat imettää useissa eri asennoissa istuen ja makuulla. Kuvassa tunnetuimpia imetysasentoja kaksosille. Näitä ovat muun muassa "kainalon alta", "ristikkäin", "peräkkäin" ja "makuulta".



1. "Kainalon alta"

Äiti voi tyynyjen avulla asettaa vauvat rinnolle siten, että vauvojen jalat tulevat äidin käsivarsien alta selkäpuolelle. Äiti voi myös laittaa tyynyn oman selkäänsä taakse asentoa tukemaan.



2. "Ristikkäin"

Äiti asettaa ensin toisen vauvan rinnalle perinteiseen imetysasentoon, jonka jälkeen toinen vauva nostetaan toiselle rinnalle niin, että lasten vartalot menevät äidin sylissä lomittain.



3. "Peräkkäin"

Toinen vauva on rinnalla ns. perinteisellä tyylillä, toisen vauvan jalat tulevat äidin käsivarren alle.



4. "Makuulta"

Äiti on sängyllä ylävartalo tuettuna pieneen kohoasentoon. Vauvat asetellaan rinnolle niin, että äiti saa käsivarsillaan pidettyä vauvoista kiinni.

Kuva 1. Kaksosten imetysasentoja. (Suomen Monikkoperheet ry).

Takanojainen asento, jota kutsutaan biological nurturing -asennoksi eli biologiseksi hoiva-asennoksi on sekä äideille että vauvoille mieluisa asento. Tässä asennossa vauvat pystyvät itse hakeutumaan mukavaan imetysasentoon. Äideillä on yleensä paljon tyynyjä tukena, joilla voi esimerkiksi keventää vauvojen painoa hartioilta tukemalla käsivarsia tyynyillä.

Monet äidit pitävät myös kylkimakuuasennosta, jossa äiti on kylkimakuulla ja jalat hieman koukussa. Yksi vauvoista nostetaan ylemmän rinnan luo äidin kyljen päälle ja toinen on kylkimakuullaan äidin alemman rinnan kohdalla.

Kolmosia imetettäessä, vauvoille tulee jakaa vuorot. Vaihtoehtoja on pääasiassa kolme: Vauvat imetetään erikseen, esimerkiksi ensin kaksi ja sitten kolmas. Yksi vauva rinnalla ja kaksi saa maidon pullosta tai kaksi vauvaa on rinnalla ja yksi saa maidon pullosta. (Suomen Monikkoperheet ry 2016a).

2.1.4 Monikkoimetyksen apuvälineet

Imetykseen ei yleensä tarvita minkäänlaisia apuvälineitä, mutta välineistä voi olla suuri apu monikkoperheiden kohdalla. Käytettyjä apuvälineitä imetyksen aikana ovat muun muassa imetystyyny, tuttipullo, rintakumi, huvitutti, rintapumppu, kantoliina tai kantoreppu.

Kun vauvoja imetetään samaan aikaan, imetystyynystä on paljon apua. Se tukee vauvan hyvään asentoon ja sitä voi käyttää muun muassa myös aputasona, johon voi laskea tarvittavat tavarat.

Jos äiti ei pysty imettämään rinnalla, tarvitaan tuttipulloa. Jos vauvoille käytetään pulloja, tulee tuttiosan muistuttaa rintaa eli leveän osan tulisi olla riittävän laaja ja kapean osan riittävän pitkä, jolloin imuote muistuttaisi rinnasta imemisotetta. On myös hyvä muistaa, että varsinkin pienten vauvojen kanssa pullot tulee keittää tai steriloida joka pesun jälkeen. Myöhemmin pulloja ja tutteja ei tarvitse keittää kuin vain kerran päivässä. (Suomen Monikkoperheet ry 2016a.)

Jos imettäminen on kivuliasta, voivat äidit käyttää apuvälineenä rintakumia. Rintakumi on silikoninen, sombreron muotoinen suoja, jota voidaan käyttää rinnan päällä. (Suomen Monikkoperheet ry 2016a). On hyvä kuitenkin mainita, että rintakumi ei itsessään helpota kipua ja saattaa jopa pahentaa sitä. Rintakumia käyttäessä on myös hyvä muistaa, että vauvan tottuessa rintakumiin, voi hänen olla vaikea hyväksyä paljasta rintaa.

Imetyksen apuvälineenä voidaan käyttää myös huvituttia. Vauvoja lohduttavat suun kautta tulevat aistimukset, joten he saavat suurta mielihyvää ja turvaa imiessään rintaa,

sormiaan tai tuttia. (Suomen monikkoperheet ry 2016a). Huvituttia voi käyttää esimerkiksi yhdelle vauvalle, sillä välin kun laittaa toisen vauvan rinnalle. Tutin syömisestä voi olla apua myös silloin, jos vauvoilla on pulauttelutaipumusta tai refluksoireita. Imetysongelmien välttämiseksi tuttia ei pidä tarjota vauvalle kuitenkaan liian varhain, sillä tutin myötä riskinä voi olla erilaiseen imemistyyliin oppiminen, joka voi johtaa heikkoon maidon saantiin, nännien kipeytymiseen sekä rintainfekioon. (Moxley & Haddon 1999).

Rintapumppua voi käyttää, jos äidillä on paljon lypsettävää maitoa tai hänestä tuntuu vaikealta lypsää käsin. Rintapumppuja on erilaisia, osa on käsikäyttöisiä ja toiset taas toimivat sähköllä.

Jotkut äideistä käyttävät kantoliinaa tai kantoreppua apuna, sillä niistä on paljon hyötyä imetyksen eri vaiheissa, vaikka ne eivät ole suoranaisesti imetyksen apuvälineitä. Itkuinen vauva yleensä rauhoittuu kannettaessa. Samaan kantoliinaan mahtuu jopa kaksi vauvaa, mikä säästää vanhempien selkää, käsivoimia ja hartioita. Toisaalta on kuitenkin hyvä kantaa vauvoja erikseen, niin jokainen vauva saa yksilöllistä huomiota. (Suomen monikkoperheet ry 2016a.)

3 Tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön tarkoituksena on saada tietoa siitä, minkälaisia haasteita monikkoimetys tuottaa ja mitkä asiat edistävät monikkoimetystä.

Tutkimuskysymykset:

1. Minkälaisia haasteita monikkoimetys tuottaa?
2. Mitkä asiat edistävät monikkoimetystä?

Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä tietoutta monikkoimetyksen haasteista ja monikkoimetystä edistävästä tekijöistä. Tuloksista tulevat hyötymään niin monikkoperheet kuin terveydenhuollon ammattilaisetkin. Uutta näkökulmaa imettämiseen voivat saada myös muutkin kuin monikkoperheet, sekä aiheesta kiinnostuneet.

Tulosten avulla pyritään myös lisäämään vauvamyönteisyyttä, jonka pyrkimyksenä on imetyksen sekä laadukkaan varhaisravitsemuksen tukeminen (Kaunisto & Ojala & Tammela 2021: 487).

4 Menetelmä

Opinnäytetyö toteutetaan kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa selvitetään ilmiöstä jo olemassa olevaa tietoa, minkä jälkeen tieto kootaan ja kuvataan. Prosessi on usein nelivaiheinen. Aluksi muodostetaan tutkimuskysymykset, minkä jälkeen valitaan aineisto. Aineisto kuvaillaan ja lopuksi tarkastellaan tuloksia. Prosessin vaiheet etenevät hermeneuttisesti sekä limittäin eli toisin sanoen prosessi elää ja muotoutuu sitä mukaa kun aineistoa löytyy. Koko prosessin keskeisimmät osat, jotka ohjaavat kirjallisuuskatsauksen etenemistä ovat kuitenkin tutkimuskysymykset. Aineistona toimivat tutkimuskysymyksiin vastaavat tutkimukset. (Ahonen, ym 2013.)

4.1 Tiedon ja aineiston haku sekä valinta

Opinnäytetyön aineiston hakuprosessi eteni vaiheittain (kuvattu kuvio 1.)

Kirjallisuuskatsauksen tutkimusten hakuun käytettiin eri hoito- ja terveystieteellisiä tietokantoja; PubMed, ProQuest ja Cinahl. Lisäksi tutkimusten tukena työssä käytettiin muun muassa Monikkoperhe ry:n tuottamaa teoriatietoa sekä Maailman terveysjärjestö WHO:n ja Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen antamia suosituksia.

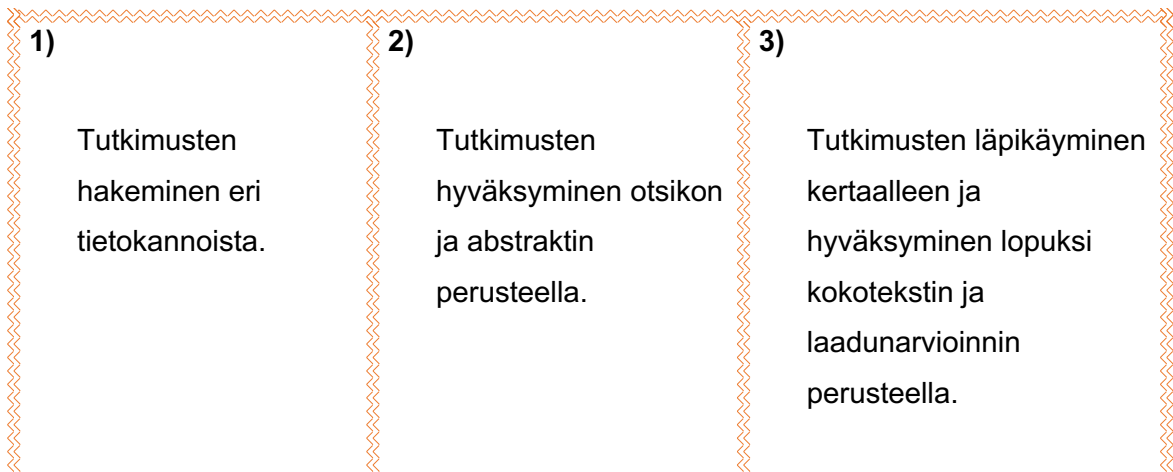
Opinnäytetyön alkuvaiheessa käytettiin koulun informaattikkoa apuna tiedonhaussa, ja sitä kautta löydettiin kirjallisuuskatsauksen tutkimuskysymysten kannalta toimivia hakusanoja. Suomenkielisillä hakusanoilla ei löytynyt tutkimuskysymyksiin sopivia tutkimuksia, joten käytetyt hakusanat olivat englanninkielisiä. Haussa käytettiin Poolen -operaattoreita, ja hakusanoina toimivat *breastfeeding AND multiple OR twins AND hardship OR struggle OR difficult* OR ease OR conducive OR furthering*. Lisäksi yhdessä PubMed -tietokannan haussa oli mukana sana *triplets*.

PubMed -tietokannasta osumia saatiin aluksi 123, joista otsikon perusteella valittiin seitsemän tutkimusta, tiivistelmän perusteella kolme ja lopulliseen valintaan otettiin kolme tutkimusta. PubMed -tietokantaan tehtiin vielä toinen haku lisäämällä hakusanoihin mukaan vielä sana "triplets". Tällä osumia saatiin 151 kappaletta, joista

neljä valittiin otsikon perusteella, kaksi tiivistelmän perusteella ja lopulliseen valintaan jäi kaksi tutkimusta.

Cinahl -tietokannasta tuloksia saatiin 53 kappaletta. Näistä tutkimuksista otsikon perusteella valittiin viisi, tiivistelmän perusteella neljä ja lopulliseen valintaan tutkimuksia jäi yksi tutkimus. ProQuest -tietokannasta osumia saatiin 115, joista otsikon perusteella valittiin 11 tutkimusta, tiivistelmän perusteella kolme ja lopulliseen valintaan otettiin yksi tutkimus. Lopulta kaikista näistä tietokannoista kirjallisuuskatsauksen aineistoksi muodostui yhteensä seitsemän tutkimusta. Tutkimukset valittiin huolella, ja niiden tuli täyttää sisääntokriteerit (esitelty taulukko 1.), sen lisäksi että ne vastasivat tutkimuskysymyksiin.

Kuvio 1. Kirjallisuuskatsauksen aineiston hakuprosessin eteneminen.



Taulukko 1. Sisääntokriteerit ja poissulkukriteerit.

SISÄÄNOTTOKRITEERIT	POISSULKUKRITEERIT
Vastaa tutkimuskysymyksiin	Ei vastaa tutkimuskysymyksiin
Julkaisukieli suomi, englanti tai ranska	Julkaisukieli muu kuin suomi, englanti tai ranska

Julkaisuvuosi 2012–2022	Julkaistu ennen vuotta 2012
Koko teksti saatavilla ilmaiseksi	Teksti maksullinen
Tieteelliset ja vertaisarvioidut artikkelit	Ei tieteelliset, eikä vertaisarvioidut artikkelit

4.2 Analysointimenetelmä

Tutkimusaineisto analysoitiin induktiivisella, eli aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä. Induktiivisessa sisällön analyysissä luokitellaan sanoja niiden teoreettisen merkityksen perusteella. Se perustuu lähinnä induktiiviseen päättelyyn, jota tutkimuksen ongelmanasettelu ohjaa. Induktiivisessa analyysissä pyritään tutkimusaineistosta luomaan teoreettinen kokonaisuus siten, etteivät aikaisemmat havainnot, tiedot, tai teoriat ohjauvat analyysia. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2017: 167.)

Induktiivinen aineiston analyysi oli kolmivaiheinen prosessi. Ensin aineisto redusoiitiin, eli pelkistettiin, seuraavaksi aineisto klusteroiitiin, eli ryhmiteltiin ja lopuksi abstrahoiitiin, eli luotiin teoreettiset käsitteet. (Tuomi & Sarajärvi 2018: Luku 4.4.3.)

Redusoinnissa aineistosta jätettiin tutkimuskysymysten kannalta epäolennainen tieto pois. Pelkistämässä etsittiin aukikirjoitetusta aineistosta tutkimustehtävää kuvaavia ilmaisuja. Klusteroinnissa nämä pelkistetyt, samaa asiaa kuvaavat ilmaukset yhdistettiin omiksi ryhmiksi. Tämän jälkeen aineiston abstrahoinnissa erotettiin opinnäytetyön kannalta olennainen tieto ja tämän valikoidun tiedon pohjalta muodostettiin teoreettisia käsitteitä. Käsitteitä yhdistelemällä saatiin vastaukset tutkimuskysymyksiin. (Tuomi & Sarajärvi 2018: Luku 4.4.3.)

Toisin sanoen ensin luettiin aineistoksi valitut tutkimukset ja niistä otettiin irti lainauksia, jotka vastasivat tutkimuskysymyksiin. Tämän jälkeen lainaukset käännettiin tutkimuksen alkuperäisestä kielestä (englanti) suomeksi. Sitten tehtiin pelkistäminen ja ryhmittely. Näistä ryhmistä muodostuivat ylä- ja alaluokat. Alaluokkia muodostui lopulta kuusi ja yläluokkia kolme. Viimeiseksi muodostuivat pääluokat, joita saatiin kaksi. (Sisällönanalyysitaulukko Liite 3).

5 Tulokset

Aineistoon lukeutui seitsemän tutkimusta, joista kuusi vastasi ensimmäiseen tutkimuskysymykseen haastavista tekijöistä ja kolme toiseen tutkimuskysymykseen edistävistä tekijöistä.

5.1 Haastavat tekijät

Yleiset haasteet monikkovauvojen imettämässä olivat pitkäaikainen imetys, uupumus, avun puuttuminen, vauvan huono imeminen ja tiedon puute monikkovauvojen imetyksestä (Cinar ym. 2013; Beck 2021; Jonsdottir ym. 2022; Mikami ym. 2018). Tulosten avulla tärkeimmät syyt imetyksen keskeyttämiseen olivat riittämätön maidontuotanto, stressi ja kaksosten hoidon vaikeudet (Quitadamo ym. 2021; Jonsdottir ym. 2022, Tahiru ym. 2020). Vaikuttavia tekijöitä imetyksen lopettamiseen olivat myös alle 12 kuukauden imetysaika edellisessä raskaudessa sekä vauvan alle 2 300 gramman syntymäpaino (Mikami ym. 2018.) On raportoitu, että tuttien käyttäminen lyhentää imetysaikaa ja niitä ei sen takia suositella imeville vauvoille (Cinar ym. 2013).

Äidit kokivat kaksosten välillä vuorottelun haastavaksi, mikäli kaksosilla oli eri tahtinen ruokailurytmi. Äitejä uuvutti jatkuva rytmin ja rutiinien muokkaaminen vauvojen kasvaessa ja tarpeiden muuttuessa. Tutkimuksessa äidit toivat ilmi erityisen haastavaksi sen mikäli toinen kaksosista oli nopeampi imemään ja toinen hitaampi. Jotta arki toimisi äideillä, heidän oli yritettävä saada kaksosten rutiinit samaan rytmiin. Tähän keinona äidit kertoivat, joutuvansa pitämään toisen vauvoista hereillä, kunnes molemmat olivat valmiita ruokailun kanssa rinnalla. Näin kaksosvauvojen rytmi saatiin pidettyä samana (Beck 2021.)

Aineistossa käyttämämme tutkimuksessa käsiteltiin ennenaikaisesti syntyneiden kaksosten äitien imetyksen alkamista ja kokemuksia. Imetykokemuksiin ja päätöksiin vaikuttivat ennenaikaisesti syntyneiden kaksosvauvojen epäkypsät imetykäyttäytymiset. Äidit kokivat stressiä ja taakkaa joutuessaan noudattamaan ennenaikaisesti syntyneiden kaksosten ruokintaohjeita, terveydenhuollon ammattilaisten ohjeistuksen ollessa puutteellista. Äidit joutuivat monen viikon ajan imetyksen jälkeen pumppaamaan lisää rintamaitoa, jotta vauvat saisivat riittävästi ravintoa ruokintaohjelman tavoitteiden mukaisesti (Jonsdottir ym. 2022.)

Toisessa tutkimuksessa suurin osa kaksosista (83 %) ei ollut täysimetettyjä kuuden kuukauden suosituksen mukaisesti. Tähän syynä oli se, että suurimmalla osalla tutkimuksen äideillä oli riittämätön maidontuotanto (Tahiru ym. 2020.)

Sektion esiintyvyys on suurempi kaksosvauvojen joukossa maailmanlaajuisesti. Tämän tutkimuksen mukaan 90.6 % kaksosista oli syntynyt sektiolla. Tutkimuksen tuloksista kävi ilmi, että sektiolla syntyneiden kaksosten täysimettäminen oli haastavampaa, mitä alateitse syntyneillä kaksosilla (Quitadamo ym. 2021.) Aineistossa käyttämämme tutkimuksen perusteella voidaan todeta, että sektiolla syntyneet on haastavampi imettää.

Toisessa tutkimuksessa kävi ilmi, että sektiolla synnyttäneet naiset eivät todennäköisesti pystyneet palautumaan nopeasti, eivätkä pystyneet hoitamaan useampaa kuin yhtä vauvaa kerrallaan. Lisäksi heillä saattoi olla haasteita löytää sopivia ja mukavia imetysasentoja (Whitford 2017.)

Tutkimus osoittaa, että alhainen koulutustaso, tupakointi sekä äidin ikä liittyivät kaikki yksilöllisesti imetyksen keskeytymiseen ennen vauvojen kuuden kuukauden ikää. Äitien alhainen koulutustaso oli näistä erityisen tärkeä tekijä. Tilastollisesti merkitsevä yhteys havaittiin äitien kahden ikäluokan välillä (> 36 tai < 36) imetyksen keston ja täysimettämisen suhteen. Tulosten mukaan vanhemmat naiset imettivät pidempään (Quitadamo ym. 2021.)

5.2 Edistävät tekijät

Aineistossa käyttämässämme tutkimuksessa todettiin, että hoitohenkilökunnan antama tuki ja ohjaus monikkoperheille nostavat kaksosten imetysmäärää 74 prosentilla (Cinar ym. 2013).

Tutkimuksessa käy ilmi, että isien, isovanhempien sekä ystävien tuki ja apu oli olennaista kaksosten imetyksen onnistumiseksi. Lisäksi äidit kokivat FaceBook -vertaistukiryhmien edesauttavan kaksosten imettämisessä (Jonsdottir ym. 2022.)

Kaksosten äitien antamat neuvot omien kokemustensa perusteella olivat levätä ja saada tukea riittävästi, huolehtia omasta ruokavaliostaan ja nauttia riittävästi nesteitä imetyksen onnistumiseksi (Cinar ym. 2013).

Eräessä tutkimuksessa äidit kertoivat pystyvänsä imettämään kaksosiaan jopa 8–20 kuukautta. He kertoivat maidontuotannon olevan runsasta (Quitadamo ym. 2021.) Tutkimuksessa äidit käyttivät kaksosten imettämisessä nännisuojaimia maidon siirtymisen helpottamiseksi, sekä imetyksen nopeuttamiseksi (Jonsdottir ym. 2022).

6 Pohdinta

6.1 Tulosten tarkastelua

Tässä osiossa tarkastellaan tutkimusten tuloksia. Monikkoimetyksen haastavia tekijöitä löytyi enemmän kuin edistäviä tekijöitä. Aikaisemmin on ollut tiedossa, että monikkoimetysohjaus on puutteellista ja aineistossa käytetyt tutkimukset ovat tukeneet tätä tietoa.

Englannissa toteutetussa tutkimuksessa on tutkittu monikkoperheille suunnattua ohjausta. Tutkimuksessa imetystä koskevan tuen ja ohjauksen on todettu pidentävän imetyksen kestoa terveillä vauvoilla, jotka eivät ole monikkovauvoja. Näyttöä kuitenkin puuttuu interventioista, jotka olisivat tehokkaita tukemaan naisia, joilla on monikkovauvat. Tutkimuksen mukaan tarvitaan lisää tutkimuksia kyseisestä aiheesta. Jos näitä tietoja haluaa hyödyntää monikkovauvojen imetyksessä, tulisi ne esittää ja analysoida oikealla tavalla monikkovauvoille sopiviksi (Whitford 2017.) Onkin todettu, että hoitohenkilökunnan antama tuki ja ohjaus monikkoperheille nostaisivat kaksosten imetysmäärää 74 prosentilla (Cinar ym. 2013). Myös läheisten tuki ja vertaistukiryhmät ovat olleet oleellisia kaksosten imetyksessä (Jonsdottir ym. 2022).

Osa tutkimuksen tuloksista käsittelee äitien pelkoja maidon riittävydestä enemmän kuin yhdelle vauvalle. Pohdimme ravinnon vaikutusta maidontuotantoon ja sitä voiko sillä olla parantavaa vaikutusta monikkoimetyksen osalta.

Eräessä tutkimuksessa tuli ilmi se, miten paljon oli äitejä, joilla maidontuotanto oli runsasta (Quitadamo ym. 2021). Tutkimuksen perusteella voidaan todeta, että äitien maidontuotannon yksilöllisyydellä on vaikutusta imetykseen monikkovauvoilla. Äitien maidontuotannon yksilöllisyyttä voidaan pitää edistävänä tekijänä, jos maidontuotanto on riittävää, mutta toisaalta sitä voidaan pitää myös haastavana tekijänä maidontuotannon ollessa vähäistä.

Aineistossa käytetyn tutkimuksen tuloksissa kerrotaan alatiesynnytyksen positiivisista vaikutuksista täysimetykseen. Tutkimuksessa käy ilmi myös, että sektiolla syntyneillä monikkovauvoilla on haasteita imemisen kanssa (Whitford 2017.)

Tutkimuksen mukaan alhainen koulutustaso, tupakointi sekä äidin ikä liittyivät kaikki imetyksen keskeytymiseen ennen vauvojen kuuden kuukauden ikää. Äitien alhainen koulutustaso oli näistä erityisen tärkeä tekijä. (Quitadamo ym. 2021.)

6.2 Eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyössä on käytetty näyttöön perustuvaa aineistoa, ja sitä on käsitelty niin, ettei sen tietosisältö ole muuttunut. Kirjallisuuskatsaukseen mukaan otetut tutkimukset on valittu huolellisesti sisäänottokriteerien mukaisesti ja tutkimukset ovat vertaisarvioituja.

Aiheesta ei löytynyt tutkimuksia, jotka olisi tehty Suomessa. Näin ollen tutkimustulokset eivät välttämättä kaikilta osin vastaa suomalaisten monikkoperheiden imetyksen haasteita tai edistäviä tekijöitä. Lisäksi käytettyjen tutkimusten kieli (englanti) ei ole opinnäytetyön kirjoittajien äidinkieli, joten tutkimusten kääntäminen suomeksi on saattanut vaikuttaa omalta osaltaan työn tekemiseen.

Opinnäytetyössä on huolehdittu plagioinnin välttämisestä, ja käytetyt lähteet on merkitty asianmukaisesti Metropolia Ammattikorkeakoulun voimassa olevan ohjeen mukaisesti. Työ on myös tarkastettu Turnit -ohjelmalla.

Kirjallisuuskatsaus on toteutettu hyvää tieteellistä käytäntöä noudattaen, eli kirjallisuuskatsauksessa on noudatettu rehellisyyttä, yleistä huolellisuutta, sekä tarkkuutta tulosten esittämisessä ja niiden arvioimisessa (Hyvä tieteellinen käytäntö 2023).

6.3 Johtopäätökset ja jatkotutkimusehdotukset

Tämä opinnäytetyö osoitti, että monikkoimetyksestä olisi tärkeää saada lisää tutkimustietoa. Tämä auttaisi muun muassa terveydenhuollon ammattilaisia antamaan parempaa monikkoimetysohjausta, sillä tutkimuksessa käy ilmi, että hoitohenkilökunta olisi reaaliaikaisen monikkoperheille suunnatun ohjausosaaminen tarpeessa (Cinar ym. 2013.) Koemme, että jo opintojen aikana olisi tärkeää aloittaa perehtymään

monikkoperheisiin ja monikkoimetykseen, jotta monikkoimetysohjausosaaminen olisi samalla tasolla yksilö vauvan imetysohjausosaamisen kanssa.

Esittäisimme tärkeäksi kehityskohteeksi sen, että osastolla tai perhehuoneessa monikkoperheille annettavaan monikkoimetysohjaukseen saataisiin parempia sekä laadukkaampia resursseja, sillä hyvä ohjaus ennen äitien ja perheiden kotiutumista edesauttaisi imetyksen onnistumista ja kasvattaisi osaltaan myös vauvojen imetyssuosituksen toteutumista.

Kirjallisuuskatsauksessa käyttämiemme tutkimusten perusteella perheet eivät ole saaneet riittävästi tietoa ennen kotiutumistaan. Tutkimuksen mukaan imetystä koskevan tuen ja ohjauksen on todettu pidentävän imetyksen kestoa terveillä yksin syntyneillä vauvoilla. Näyttöä kuitenkin puuttuu edelleen interventioista, jotka auttaisivat tehokkaasti tukemaan äitejä, joilla on monikkovauvat. Tutkimuksen mukaan tarvitaan lisää tutkimustietoa kyseisestä aiheesta. (Whitford 2017.)

Lähteet

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

Cheryl Tatano Beck 2021. Mothering twins during the first year of life: a metaphor analysis. <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8061719/>>. Viitattu 1.3.2023

Fernanda Cristina Ferreira Mikami, Rossana Pulcineli Vieira Francisco, Agatha Rodrigues, Wagner Rodrigues Hernandez, Marcelo Zugaib, Maria de Lourdes Brizot 2018. Breastfeeding Twins: Factors Related to Weaning. *J Hum Lact.* <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29660295/>> Viitattu 1.3.2023.

Heather M Whitford & Selina K Wallis & Therese Dowswell & Helen M West & Mary J Renfrew 2017. Breastfeeding education and support for women with twins or higher order multiples. *Cochrane Library.* <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28244065/>> Viitattu 1.3.2023.

Heinonen, Kristiina 2021. Strengthening Antenatal Care towards a Salutogenic Approach: A Meta-Ethnography. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 18, 5168. <<https://www.mdpi.com/1660-4601/18/10/5168>>. Viitattu 4.9.2021.

Hyvä tieteellinen käytäntö (HTK) 2023. Tutkimuseettinen neuvottelukunta. <<https://tenk.fi/fi/tiedevilppi/hyva-tieteellinen-kaytanto-htk>>. Viitattu 24.4.2023

Hyvärinen, Matti & Nikander, Pirjo & Ruusuvoori, Johanna 2017. Tutkimushaastattelun käsikirja. E-kirja. Tampere: Vastapaino. Luku 20–21.

Imetyksen tuki ry. Osittain imetys. Päivitetty 21.8.2018. <<https://imetys.fi/tietoa-imetyksen-avuksi/osittaisimetys/>>. Viitattu 25.8.2021.

Kankkunen, Päivi & Vehviläinen-Julkunen, Katri 2017. Tutkimus hoitotieteessä. E-kirja. Helsinki: Sanoma Pro Oy. 167–197.

Kaunisto, Tuomas & Ojala, Riitta & Tammela Outi 2021. Täysimetyksen onnistumista synnytyssairaalassa ennustavat tekijät. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim 137: 487–488. <<https://www.duodecimlehti.fi/xmedia/duo/duo16103.pdf>> Viitattu 1.9.2021.

Korhonen, Anne & Kempainen, Tiina & Roininen, Jaana & Keränen, Raija & Nikula, Pirkko & Miettinen, Seija 2016. Imetysohjauksen toteutuminen sairaalassa äitien, kättilöiden ja esimiesten näkökulmasta. Tutkiva Hoitotyö 14 (3). 34.

Korhonen, Senja & Korpela, Tuula & Nevala, Lea & Piesanen, Soile & Marttila, Riina & Lappavirta, Anneli 2018. Äidinmaitokirjanen. 8.

Koskimäki, Minna & Hannula, Leena & Rantanen, Anja & Kaunonen, Marja & Rekola, Leena & Tarkka, Marja-Terttu 2012. Äitien imetyksestä selviytyminen ja imetysluottamus lapsivuodeosastolla. Hoitotiede 24 (1). 4.

Kylmä, Jari & Juvakka, Taru 2007. Laadullinen terveystutkimus. E-kirja. Helsinki: Edita. 29–137.

Lastenneuvolakäsikirja. Imetysohjaus. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Päivitetty 12.2.2019. <<https://thl.fi/fi/web/lastenneuvolakasikirja/imetys/imetysohjaus>>. Viitattu 1.9.2021.

Lastenneuvolakäsikirja. Imetyssuositukset. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Päivitetty 12.12.2019. <<https://thl.fi/fi/web/lastenneuvolakasikirja/imetys/imetyssuositukset>>. Viitattu 2.9.2021

McGovern, Teresa. December 2014/January 2015. The challenges of breastfeeding twins. Kai Tiaki Nursing New Zealand 20 (11). <<https://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=5&sid=205aa57b-1f63-41f0-9d40-f90754025891%40sdc-v-sessmgr03>>. Viitattu 4.9.2021.

Mistä tiedän, että maito riittää? Raskaus ja synnytys. Imetys. Terveyskylä. Päivitetty 15.10.2019. <<https://www.terveyskyla.fi/naistalo/raskaus-ja-synnytys/imetys/mista-tiedan-etta-maito-riittaa>>. Viitattu 25.8.2021

Moxley, Susan & Haddon Lynda 1999. Focal point on breastfeeding: teaching breastfeeding parents expecting multiple births. *International Journal of Childbirth Education*; Minneapolis 14 (1). 22-27.

Nursan Dede Cinar & Tuncay Muge Alvur & Dilek Kose & Tijen Nemut 2013. Breastfeeding Twins: A Qualitative Study. *J HEALTH POPUL NUTR*.
<<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3905645/>> Viitattu 1.3.2023.

Pasqua Anna Quitadamo & Comegna Laura & Palumbo Giuseppina & Copetti Massimiliano & Lurdo Paola & Zambianco Federica & Gentile Maria Assunta & Villani Antonio 2021. Feeding Twins with Human Milk and Factors Associated with Its Duration: A Qualitative and Quantitative Study in Southern Italy. *Nutrients*, MDPI.
<<https://www.proquest.com/docview/2576478314?accountid=11363&parentSessionId=QninAACH%2BaEh%2FleToCRw%2BeQm9U%2FBuxBcUzC6wYn%2BasQ%3D&pq-origsite=primo&forcedol=true>> Viitattu 1.3.2023.

Rafatu Tahiru, Faith Agbozo, Hmphrey Garti, Abdulai Abubakari 2020. Exclusive breastfeeding and associated factors among mothers with twins in the Tamale Metropolis
<<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6996674/>>. Viitattu 1.3.2023

Rakel B Jonsdottir, Renée Flacking, Helga Jonsdottir 2022. Breastfeeding initiation, duration, and experiences of mothers of late preterm twins: a mixed-methods study.
<<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9461222/>>. Viitattu 1.3.2023

Suomen Monikkoperheet ry 2016b. Avaimia monikkoperheen imetysohjaukseen -opas ammattilaisille. < https://monikkoperheet.fi/wp-content/uploads/2021/01/Avaimia-monikkoperheen-imetysohjaukseen_opas-ammattilaisille.pdf>. Viitattu 24.8.2021.

Suomen Monikkoperheet ry 2016a. Rinnakkain rinnalla – Monikkovauvojen imetys.
<https://monikkoperheet.fi/wp-content/uploads/2021/01/Rinnakkain-rinnalla_monikkovauvojen-imetys_opas_suomen_monikkoperheet_ry.pdf>. Viitattu 24.8.2021.

Suomen Monikkoperheet ry. Tilastot.
<<https://monikkoperheet.fi/tieto/monikkoperheille/tilastot/>>. Viitattu 24.8.2021.

Tiitinen, Aila 2022. Imetys. Terveyskirjasto, Duodecim.
<<https://www.terveyskirjasto.fi/dlk01020>>. Viitattu 11.4.2023.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2018. Laadullinen Tutkimus ja sisällön analyysi. E-kirja.
Helsinki: Tammi.

World Health Organization 2017. Global Breastfeeding Collective - A call to action.
<<https://www.who.int/publications/m/item/global-breastfeeding-collective---a-call-to-action>>. Viitattu 1.9.2021.

Aineiston taulukko, Liite 1

Järjestysnumero	Tekijä(t), vuosi, maa, jossa tutkimus tehty	Tarkoitus	Kohderyhmä (otos)	Menetelmä	Päätulokset
1.	Pasqua Anna Quitadamo, Comegna Laura, Palumbo Giuseppina, Copetti Massimiliano, Lurdo Paola, Zambianco Federica, Gentile Maria Assunta, Villani Antonio - > 2021, Italia	Tutkimuksen ensimmäisenä tavoitteena oli analysoida monikkoimetyksen laajuutta kliinisen yksikön kokemuksen perusteella ilmaantuvuuden ja keston suhteen. Toisena tavoitteena oli arvioida äidin, perinataalisen ja neonataalisen muuttujien välistä korrelaatiota rintamaidon ruokintanopeuden ja keston välillä.	N= 61 naista, jotka olivat synnyttäneet enemmän kuin yhden lapsen.	Kyselylomake, laadullinen tutkimus	Tärkeimmät syyt imetyksen keskeyttämiseen ovat riittämätön maidontuotanto, stressi ja kaksosten hoidon vaikeudet.
2.	Nursan Dede Cinar, Tuncay Muge Alvir, Dilek Kose, Tijen Nemut -> 2013, Turkki	Tämän laadullisen tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää sellaisten äitien tarpeita ja vaikeuksia, jotka olivat synnyttäneet kaksosia keskittyen heidän imetyskokemuksensa.	N= 10 äitiä, jotka ovat synnyttäneet kaksoset.	Laadullinen tutkimus	Näkyviä ongelmia imetyksen lopettamiseen olivat pitkäaikainen imetys, uupumus, avun puuttuminen, vauvan huono imeminen ja tiedon puute monikkovauvojen ruokinnasta/imetyksestä.

					Äidit tarvitsivat paljon enemmän tukea ja ohjausta sekä neuvoja ravitsemuksesta ja päivittäisestä hoidosta, mitkä voisivat edesauttaa monikkoimetyksessä.
3.	Heather M Whitford, Selina K Wallis, Therese Dowswell, Helen M West, Mary J Renfrew -> 2017, Englanti	Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli tutkia miten kaksosten tai monikkovauvojen äideille annettava imetykseen liittyvä lisäkoulutus tai tuki voisi pidentää imetyksen kestoa.	10 tutkimusta (23 raporttia). N= 5787 naista, joista 512 naista haastateltiin osana satunnaistettua ryhmätutkimusta.	Satunnaistettujen tai lähes satunnaistettujen tutkimusten arvostelu (kvantitatiivinen tutkimus)	Imetystä koskevan tuen ja koulutuksen on todettu pidentävän imetyksen kestoa terveillä syntyvaiheilla syntyneillä vauvoilla ja heidän äideillään, mutta näyttöä puuttuu interventioista, jotka olisivat tehokkaita tukemaan naisia, joilla on kaksoset tai monikkovauvat.
4.	Fernanda Cristina Ferreira Mikami, Rossana Pulcineli Vieira Francisco, Agatha Rodrigues, Wagner Rodrigues Hernandez, Marcelo Zugaib, Maria de Lourdes Brizot -> 2018, Brasilia	Tässä tutkimuksessa tarkoituksena oli tutkia, mitkä tekijät vaikuttavat imetyksen lopettamiseen kaksosvauvoilla ensimmäisten kuuden kuukauden aikana syntymän jälkeen, ja kuvata kaksosten äitien mainitsemia	N= 128 monikkovauvan äitiä ja 256 monikkovauvaa	Pitkittäiset kvantitatiiviset ja laadulliset itseraportoidut haastattelut (Aiemman tutkimuksen	Mikäli äiti ei pystynyt täysimettämään kaksosia, johti se vähäiseen rintamaidontuotantoon, mikä puolestaan vaikutti imetyksen lopettamiseen. Muita vaikuttavia tekijöitä olivat tuen puute imetyksen aikana,

		tärkeimpiä syitä imetyksen keskeyttämiseen.		toissijainen data-analyysi)	imetysvaikeudet, alle 12 kuukauden imetysaika edellisessä raskaudessa ja alle 2 300 g:n syntymäpaino. Kaksosten äitien mainitsemat tärkeimmät syyt imetyksen lopettamiseen olivat riittämätön äidinmaidon tuotanto, vauvojen imetykäyttäytyminen ja äitien työhön paluu.
5.	Cheryl Tatano Beck -> 2021	Tutkimuksen tarkoituksena oli identifioida kuvainnollisia ilmaisuja, joita kaksosten äidit käyttivät kuvaillessaan heidän ensimmäistä vuottaan kaksosten imettämässä/hoitamisessa.	N=16	Toissijainen kvalitatiivinen analyysi, metafora-analyysi	Äidit kokivat olevansa "maitotehtaita" sillä kaksosia tuli imettää jatkuvasti. Äitien tärkeä rutini oli saada kaksosille sama aikataulu nukkumisen ja syömisen (imetyksen) kanssa, sillä muuten äitien piti pystyä pallottelemaan kahden vauvan välillä.
6.	Rakel B Jonsdottir, Renée Flacking, Helga Jonsdottir -> 2022, Islanti	Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli kuvata ennen aikaisesti syntyneiden kaksosten äitien imetyksen alkamista ja sen kestoa ensimmäisen 4 kuukauden	Kvantitatiivisen tutkimuksen otanta: 63 Kvalitatiivisen tutkimuksen otanta: 14	Kvantitatiivinen ja kvalitatiivinen tutkimus	Kaikki otannan äidit aloittivat kaksosten imettämisen. Haasteeksi nousi vauvojen epäkypsät imetykäyttäytymiset ja

		aikana, sekä tutkia kaksosten äitien imetyskokemuksia.			terveydenhuollon ammattilaisten imetysohjauksen puute.
7.	Rafatu Tahiru, Faith Agbozo, Hmphrey Garti, Abdulai Abubakari -> 2020, Ghana	Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää täysimetyksen esiintyvyyttä ja tunnistaa siihen liittyviä tekijöitä kaksosten imetyksen keskuudessa Tamalessa (Ghanassa).	185 äitiä ja heidän kaksosensa.	Kvalitatiivinen tutkimus	Vain 17 % kaksosvauvoista oli täysimetettyjä imetyssuosituksen mukaisen kuuden kuukauden ajan.

Tiedonhaun taulukko, Liite 2

Tietokanta	Hakusanat	Tulokset	Otsikon perusteella valitut	Tiivistelmän perusteella valitut	Lopullinen valinta
Cinahl	breastfeeding AND multiple OR twins AND hardship OR struggle OR difficult* OR ease OR conducive OR furthering	53	5	4	1
PubMed	breastfeeding AND multiple OR twins AND hardship OR struggle OR difficult* OR ease OR conducive OR furthering	123	7	3	3
	breastfeeding AND multiple OR twins OR triplets AND hardship OR struggle OR difficult* OR ease OR conducive OR furthering	151	4	2	2

ProQuest	breastfeeding AND multiple OR twins AND hardship OR struggle OR difficult* OR ease OR conducive OR furthering	115	11	3	1
----------	---	-----	----	---	---

Sisällönanalyysitaulukko, Liite 3

Lainaukset tekstistä	Käännös suomeksi	Pelkistetty ilmaus	Alaluokka	Yläluokka	Pääloukka
Qualitative analysis of maternal narrative revealed, for many of them, the awareness of the importance of breastfeeding and the efforts made to try to give breast milk, but also fears about the quantity of milk and satiety of their children. (1)	Äitien narratiivinen laadullinen analyysi paljasti monille heistä tietoisuuden imetyksen tärkeydestä ja ponnisteluista yrittää antaa rintamaitoa, mutta myös pelkoja maidon määrästä ja heidän lasten kylläisyydestä.	Analyysi toi äideille tietoisuutta imetyksen tärkeydestä ja sen ponnisteluista imettää, mutta myös pelkoja rintamaidon riittävydestä ja lasten kylläisyydestä.	Tietoisuus rintaruokinnan tärkeydestä ponnistelut imetyksen onnistumiseksi Äitien pelko maidon riittävydestä	Tieto rintaruokinnan hyödyistä Pelko lasten epäkylläisyydestä	Monikkoimetyksen edistävät tekijät Monikkoimetyksen haasteet
Supporting and educating the families with birth of multiple babies increase breastfeeding by 74%. (2)	Monikkoperheiden tukeminen ja kouluttaminen nostavat kaksosten imetysmäärää 74 prosentilla.	Monikkoperheille annettava tuki ja ohjaus nostavat kaksosten imetysmäärää.	Kaksosten imetysmäärän kasvu tuen ja ohjauksen myötä.	Tuki ja ohjaus monikkoimetyksen edistävänä tekijänä.	
Evidence is lacking about interventions that are effective to support women with twins or higher order multiples... (4)	Näyttöä puuttuu interventioista, jotka ovat tehokkaita tukemaan naisia, joilla on kaksoset tai enemmän...	Interventiot kaksosten tai monikkovauvojen äitien tukemiseksi ovat puutteelliset.	Monikkoimetyksen interventioiden puute		

<p>The mothers felt that receiving help from grandparents was essential to making life manageable. Friends were also an invaluable resource for support. Support from husbands was essential in getting through the day and very important to maintain breastfeeding. (6)</p>	<p>Äidit kokivat, että avun saaminen isovanhemmilta oli välttämätöntä, jotta elämä olisi hallittavissa. Ystävät olivat myös korvaamaton tuen lähde. Aviomiesten tuki oli välttämätöntä päivästä selviytymisessä ja erittäin tärkeää imetyksen ylläpitämisessä.</p>	<p>Äidit kokivat isovanhempien, ystävien ja aviopuolison tuella olevan suuri merkitys monikkoimetyksen ylläpitämisessä.</p>	<p>Lähipiirin tukiverkoston tärkeys monikkoimetyksessä</p>		
---	--	---	--	--	--