



VAASAN AMMATTIKORKEAKOULU  
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Pihla Hoisko ja Katariina Kangas

# KORONA (COVID-19) KOKEMUKSENA POIKKEUSAJAN HOITOTYÖSSÄ

Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Sosiaali- ja terveysala  
2024

## TIIVISTELMÄ

Tekijä	Pihla Hoisko, Katariina Kangas
Opinnäytetyön nimi	Korona (COVID-19) kokemuksena poikkeusajan hoitotyössä - Kuvaileva kirjallisuuskatsaus
Vuosi	2024
Kieli	suomi
Sivumäärä	33 + 1 liite
Ohjaaja	Johanna Latvala

---

COVID-19-pandemia vaikutti merkittävästi sosiaali- ja terveysalan hoitohenkilöstön jaksamiseen ja päivittäisiin työtehtäviin. Tämän kuvailevana kirjallisuuskatsauksena toteutetun opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata pandemian aiheuttamia vaikutuksia hoitotyöntekijöiden hyvinvointiin eri näkökulmista katsottuna. Tutkimuksessa hyödynnettiin useita tietokantoja, joista hankittuja luotettavia artikkeleita ja tutkimuksia käytettiin kirjallisuuskatsauksen toteuttamisessa.

COVID-19-pandemia toi ja korosti useita hoitotyöhön liittyviä haasteita, kuten henkilöstövajetta, fyysisen ja psyykkisen rasituksen lisääntymistä sekä esimerkiksi suojaruusteiden käyttövaatimusten kiristymistä. Erityisesti pitkäaikainen altistuminen stressille ja uupumukselle korostui useissa käytetyissä tutkimuksissa. Työyhteisön tuen ja erilaisten selviytymisstrategioiden hyödyntämisen koettiin olevan ensiarvoisen tärkeässä asemassa poikkeusajan hoitotyötä tehdessä. Tärkeä tutkimuksissa esiin tullut näkökulma oli myös COVID-19-pandemian aikaisista kokemuksista oppiminen ja työolosuhteiden jatkuva kehittäminen tulevaisuudessa.

Tätä opinnäytetyötä on mahdollista hyödyntää terveydenhuollon työyhteisöissä sekä esimerkiksi alan opiskelijoiden keskuudessa. Pandemia-ajan kokemusten läpikäynti ja ymmärtäminen on todella tärkeää työhyvinvoinnin tukemisen ja hoitotyön käytäntöjen kehittämisen kannalta. Mahdolliset jatkotutkimukset voisivat esimerkiksi keskittyä tarkemmin joihinkin tässä tutkimuksessa havaittuihin seikkoihin, kuten tuleviin mahdollisiin poikkeusaikoihin valmistautumiseen tai hoitotyöntekijöiden jaksamiseen ja palautumiskykyyn.

## ABSTRACT

Author	Pihla Hoisko, Katariina Kangas
Title	Corona (COVID-19) as an Experience in Nursing During the Pandemic - A Descriptive Literature Review
Year	2024
Language	Finnish
Pages	33 + 1 Appendix
Name of Supervisor	Johanna Latvala

---

The COVID-19 pandemic significantly impacted the well-being and daily tasks of healthcare personnel across social and healthcare sectors. The purpose of this bachelor's thesis was to examine the effects of the pandemic on the well-being of nursing staff from various perspectives. Several databases were utilized to source reliable studies and articles for this literature review.

The COVID-19 pandemic introduced and highlighted several challenges related to nursing, such as staff shortages, increased physical and psychological strain, and stricter personal protective equipment requirements. Prolonged stress and burnout were particularly highlighted in many of the studies used. The support of the work community and the use of various coping strategies were considered crucial in performing nursing duties during the pandemic. An important perspective that emerged from the research was the need to learn from the experiences during the COVID-19 pandemic and to continuously improve working conditions in the future.

This bachelor's thesis can be utilized in healthcare work communities as well as among students in the healthcare field. Reviewing and understanding the experiences related to the pandemic is crucial for supporting well-being at work and for developing nursing practices. Potential further studies could, for example, focus more closely on some of the issues identified in this research, such as preparing for possible future crises or addressing the resilience and well-being of nursing staff.

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET .....	7
3	COVID-19-PANDEMIAN VAIKUTUKSET HOITOTYÖHÖN .....	8
3.1	COVID-19-infektio .....	8
3.2	Pandemia .....	8
3.3	Työhyvinvointi.....	9
3.4	Sosiaalinen tuki, emotionaalinen tuki ja vertaistuki.....	10
4	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	11
4.1	Kuvaileva kirjallisuuskatsaus tutkimusmenetelmänä .....	11
4.2	Tiedonkeruu .....	12
4.3	Aineistonhallinta .....	14
4.4	Aineistoanalyysi .....	14
5	TULOKSET .....	16
5.1	Työhyvinvointi.....	16
5.1.1	Psyykkiset ja sosiaaliset vaikutukset .....	17
5.1.2	Fyysiset vaikutukset .....	19
5.2	Työolosuhteiden haasteellisuus .....	20
5.2.1	Suojavarusteet .....	20
5.2.2	Eettisyys .....	21
5.2.3	Hoitohenkilöstövaje .....	22
5.3	Työyhteisön tuki.....	22
5.3.1	Yhteisöllisyys .....	23
5.3.2	Esihenkilöiden ja johtajien rooli.....	24
5.3.3	Selviytymisstrategiat .....	24
6	POHDINTA.....	26
7	JOHTOPÄÄTÖKSET .....	28
7.1	Kirjallisuuskatsauksen eettisyys.....	28
7.2	Tulosten hyödyntäminen ja jatkotutkimusmahdollisuudet .....	29
	LÄHTEET .....	30

LIITTEET .....	34
----------------	----

## **KUVIO- JA TAULUKKOLUETTELO**

**Kuvio 1.** Alaluokat, jotka muodostuvat pääluokasta ”työhyvinvointi”.

**Kuvio 2.** Alaluokat, jotka muodostuvat pääluokasta ”työolosuhteiden haasteellisuus”.

**Kuvio 3.** Alaluokat, jotka muodostuvat pääluokasta ”työyhteisön tuki”.

**Taulukko 1.** Tiedonhakutaulukko.

**Taulukko 2.** Esimerkki aineistoanalyysin toteutuksesta.

## **LIITELUETTELO**

**LIITE 1.** Artikkelitaulukko

## 1 JOHDANTO

Hoitotyöntekijöiden toteuttama päivittäinen hoitotyö koki suuria muutoksia uuden koronaviruksen (COVID-19) alkaessa levitä ympäri maailmaa. Hoitotyön toteuttaminen pandemian aiheuttamien muutosten keskellä nosti esiin monia kysymyksiä esimerkiksi hoitajien jaksamiseen ja hyvinvointiin sekä päivittäisiin työtehtäviin liittyen. Terveys- ja sosiaalihuollon henkilökunnan työ- ja toimintakyvyn ylläpidon tärkeys nousi hyvin keskeiseksi tekijäksi pandemian hallinnan saralla. Etulinjan pandemiahoitajien ja muiden terveydenhuollon ammattilaisten lisäksi, myös esimiestehtävissä ja hallinnollisissa tehtävissä toimivat henkilöt ja heidän jaksamisensa oli otettava huomioon. Pandemia kuormitti kaikkia eri ammattialoihin kuuluvia, mutta kuormitus ei jakautunut tasaisesti. (Laukkala ym. 2020.)

Vaikka sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten työrooli on tunnetusti vahva, pitää koronaviruksen aiheuttamaa psyykkistä kuormitusta muistaa seurata. Moni sote-alalla työskentelevä joutui nopeasti siirtymään uudenlaisiin työtehtäviin tai kokonaan uuteen työympäristöön. Toinen selkeä kuormitustekijä oli suojainten heikko saatavuus ja puute varsinkin pandemian alussa. Henkistä kuormaa kasvattivat myös valmiuslain tuomat muutokset arkeen, ja työ- ja perhe-elämän sovittaminen yhteen uudessa tilanteessa. (Turunen 2020.)

Tämän opinnäytetyön tekijät kokevat, että näitä kysymyksiä ja niihin liittyviä ongelmia sekä kehitysmahdollisuuksia on hyvä tuoda esille kirjallisuuskatsauksen muodossa. Kirjallisuuskatsauksen tekijät haluavat saada mahdollisimman todenmukaista tietoa liittyen aiheeseen. Tämän työn tarkoituksena on kuvata, kuinka hoitotyön toteuttaminen pandemian aiheuttamien muutosten keskellä nosti esiin monia kysymyksiä esimerkiksi hoitajien jaksamiseen ja hyvinvointiin sekä päivittäisiin työtehtäviin liittyen. Tekijät kokevat tämän aiheen tärkeäksi osaksi tulevaisuuden jatkotutkimuksia.

## **2 TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET**

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on kerätä tietoa ja tehdä havaintoja koronaviruspandemian vaikutuksista hoitohenkilökunnan päivittäiseen jaksamiseen ja työtehtäviin. Opinnäytetyön tekijät keräävät tietoa kirjallisuuskatsauksen avulla ja analysoivat sitä. Kirjallisuuskatsaukseen perusteella saadun tiedon pohjalta tutkimuksen toteuttajat tekevät johtopäätöksiä pandemian todellisista vaikutuksista sosiaali- ja terveysalalla. Opinnäytetyön tavoitteena on saada kuva hoitohenkilökunnan kokemuksista, sekä havainnoista poikkeusajan hoitotyöhön liittyen. Tietoa analysoimalla ja niistä johtopäätöksiä tekemällä tutkimuksen tekijät haluavat antaa kattavan tietopaketin opinnäytetyön lukijalle sekä muille sosiaali- ja terveysalan parissa toimiville. Kirjallisuuskatsauksen luettuaan erikohderyhmät voivat käyttää tutkimuksesta saatua lisätietoa esimerkiksi toiminnan kehittämiseen ja pandemian esiin tuomien päivittäiseen hoitotyöhön liittyvien epäkohtien ja ongelmien ratkaisemiseen.

Opinnäytetyö vastaa tähän tutkimuskysymykseen:

- Millaiset vaikutukset COVID-19-pandemian alkamisella oli hoitotyöntekijöiden työhyvinvointiin ja jaksamiseen?

### **3 COVID-19-PANDEMIAN VAIKUTUKSET HOITOTYÖHÖN**

Tutkimuksessa käytettäviä käsitteitä ovat COVID-19-infektio, pandemia, työhyvinvointi, sosiaalinen tuki, emotionaalinen tuki ja vertaistuki. Seuraavissa alaluvuissa esitellään kyseisten käsitteiden taustat ja perustiedot.

#### **3.1 COVID-19-infektio**

Vuoden 2019 lopulla, tai joidenkin tietojen mukaan jo aiemmin, Kiinan Wuhanista leviämään lähtenyt uusi koronavirusinfektio. Vuoden 2021 lokakuun alkuun mennessä laboratoriotestein varmistettuja koronatartuntoja oli yli 230 miljoonaa, ja tartuntaan kuolleita henkilöitä lähes 5 miljoonaa. Todellisuudessa tartuntojen määrän arveltiin olevan huomattavasti suurempi kuin todistettu määrä. Lokakuun 2021 alkuun mennessä Suomessa oli todettu 147 000 laboratoriotestien varmistettua uuden koronaviruksen infektiotapausta. COVID-19-infektioon ei kuulu mitään spesifejä oireita ja se voi olla jopa oireeton tai kuumeeton. Uuden koronaviruksen oireinen tartunta alkaa useimmiten nopeasti nousevalla, yli 38.5 °C kuumeella ja yskällä. Sairaus itää 2–14 vuorokautta, useimmiten 4–5 vuorokautta. (Duodecim Terveysportti 2021.)

COVID-19-taudin ilmaantuvuus oli vaihtelevaa eri maiden välillä, johtuen muuttuvista rajoitusmääräyksistä, testaamisista ja niiden rekisteröinnistä. Taudinkuvassa esiintyvät oireet ovat myös olleet häilyviä yksilöiden välillä. Kuitenkin taudin vakavaan muotoon on noussut esille selviä riskitekijöitä. Riskitekijöinä esiintyy muun muassa henkilön ikä, sukupuoli sekä krooniset sairaudet. (Auro ym. 2021.)

#### **3.2 Pandemia**

Pandemia on käsitteenä hyvin vanha, ja se on muuttunut ajan mittaan. Pandemia tarkoittaa laajalle alueelle levinnyttä epidemiaa. Nykyaikaisen virologisen määritelmän mukaan pandemiaksi muuttuneen epidemian tulee täyttää kaksi tunnusmerkkiä: 1) epidemia on saanut alkunsa joltakin tietyltä maantieteelliseltä



alueelta, ja lähtee nopeasti leviämään ympäri maailmaa ja 2) Sen aiheuttaja on virustyyppiltään täysin uudenlainen, eikä väestöllä ole immuniteettiä sitä vastaan. (Linnanmäki 2006.)

### **3.3 Työhyvinvointi**

Henkilöstö on sosiaali- ja terveysalan toimivuuden keskeisin tekijä ja yksi tärkeimmistä alan strategisista voimavaroista. Henkilöstön työoloja ja voimavaroja kehittämällä, vaikutetaan samalla olennaisesti myös asiakaskeskeisten palveluiden kehittymiseen sekä työntekijöiden hyvinvointiin ja toiminnan laatuun. Työhyvinvoinnin avainasioita ovat oikeudenmukainen, osallistuva ja syrjimätön työyhteisö. Tällaisessa työyhteisössä muun muassa tasa-arvokysymykset sekä työn ja muun elämän yhteensovittaminen on otettu huomioon. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2009.)

Koronan vaikutusta terveydenhuollon työntekijöiden psyykkiseen hyvinvointiin tutkittiin Lääkärilehdessä julkaistussa katsausartikkelissa. Tutkimuksessa nostettiin esille psyykkisen sairastavuuden esiintyvyyttä sekä vaihtelua ja sen riskitekijöitä. Työmotivaatioon vaikuttavia tekijöitä sekä psyykkisen itsesäätelyn hallintakeinoja arvioitiin stressiä tuottavien tilanteiden avulla. (Häkkäräinen-Nyholm ym. 2020.)

Munro & Hope kertovat artikkelissaan (2022, 5) näyttöön perustuvasta suunnitelmasta hoitajien parempien työolosuhteiden saavuttamiseksi. Artikkelissa nousee kuusi avainkohtaa hyvien työolosuhteiden saavuttamiseksi. Niihin sisältyvät: hyvät kommunikaatiotaidot, yhteistyökyky, päätöksenteko, osaava henkilökunta, muiden kunnioittaminen ja aito johtajuus. Terveet työympäristöt parantavat hoitajien hyvinvointia, maksimoivat työpanoksen sekä lieventävät pandemian aiheuttamaa työstressiä.

### **3.4 Sosiaalinen tuki, emotionaalinen tuki ja vertaistuki**

Sosiaalisen tuen käsite on otettu käyttöön 1970-luvun puolivälissä. Se tarkoittaa henkilön ihmissuhteistaan saamaa tukea ja sen tutkittuihin vaikutuksiin kuuluu esimerkiksi stressin lievittäminen. (Lehto ym. 2020.) Emotionaalinen tuki on henkistä tukea, joka voi käytännössä tarkoittaa ihmisen kanssa keskustelemista ja hänen kuuntelemistaan sekä ylipäättään henkistä läsnäoloa tai vaikka kosketusta. Arkisen jaksamisen ja henkisen hyvinvoinnin kannalta emotionaalinen tuki on vähintään yhtä tärkeää, kuin konkreettisemmän avun ja tuen saanti. (Vernerinet 2017.) Vertaistuellla tarkoitetaan esimerkiksi vammaisten, sairauden tai trauman kokeneiden tai jostakin vaikeudesta kärsivien vapaaehtoinen tuki samassa tilanteessa oleville ihmisille (Duodecim Terveysportti 2021).

## 4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Tämä opinnäytetyö on toteutettu kuvailevana kirjallisuuskatsauksena kuvailevalla tutkimusotteella. Kuvailevan tutkimuksen avulla saadaan kuvattua jonkin tilanteen, tapahtuman tai ilmiön yleisyyttä, kehitystä tai muun muassa luonnetta. Tämä tutkimusote pyrkii kuvaamaan tunnuspiirteet mahdollisimman tarkasti ja todenmukaisesti. Tässä tutkimusotteessa käytettävien havaintojen tulee olla päteviä ja luotettavia, eikä niissä saa olla minkäänlaisia virheitä tai epäkohtia. Myös havainnoinnin hienojakoisuus sekä havaintojen määrällinen tarkkuus ovat avainasemassa tätä kuvailevaa tutkimusotetta käytettäessä. (KAMK n.d.)

Tutkimuksen teoriaosuuden laatimisen apuna käytetään keskeisiä tieteellisiä tietokantoja, kuten PubMed-palvelua. Näiden lisäksi tietoa voidaan hakea myös erilaisista näyttöön perustuvista lähteistä, kirjoista sekä muilta terveysalaan liittyviltä luotettavilta julkaisualustoilta. Lähteiden valinnassa tulee kuitenkin aina muistaa lähdekriittisyys. Kuvailevasta kirjallisuuskatsauksesta saatujen tietojen tuloksista raportoidaan valmiissa opinnäytetyössä ja niistä kerrotaan opinnäytetyöseminaarissa. Valmis opinnäytetyö julkaistaan Theseuksessa.

### 4.1 Kuvaileva kirjallisuuskatsaus tutkimusmenetelmänä

Kuvaileva kirjallisuuskatsaus tutkimusmenetelmänä antaa vastauksia kysymyksiin jo olemassa olevan tiedon avulla. Tarkoituksena on tutkia, minkälaista teoriaa tutkittavaan aiheeseen löytyy sekä millaisia kehityskohteita ja ilmiötä tutkittava kohde antaa ja miten sitä voisi hyödyntää. Kirjallisuuskatsaus tutkimusmenetelmänä tuo erilaisia näkökulmia tarkasteltavaan ilmiöön. Katsauksen voi kohdentaa esimerkiksi suoraan teorian kehittämiseen ja käsitteellistämiseen, tiedon esittämiseen sekä tietyn ongelman tunnistamiseen. (Kangasniemi ym. 2013, 294.)

Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa keskeisimpänä tekijänä toimii tutkimuskysymys. Tutkimuskysymyksen pohjalta tutkimuksen kohteena oleva aihe

voidaan jakaa laajoihin tai suppeampiin teemoihin. Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa näkökulmat käsiteltävässä aiheessa on voitu jakaa useampaan tai vain yhteen näkökulmaan. Hyvän tutkimuskysymyksen edellytyksenä on, että se on tarpeeksi rajattu ja selkeä. Rajattua aihetta on helpompi käsitellä syvällisemmin, kun taas laajempaa aihetta voi tarkastella monista eri näkökulmista. (Kangasniemi ym. 2013, 295.)

#### **4.2 Tiedonkeruu**

Kirjallisuuskatsauksessa käytetyt tietokannat sekä niissä käytetyt hakusanat ja rajaukset ovat esitettynä seuraavan sivun tiedonhakutaulukossa (taulukko 1). Eniten tutkimuksessa käytettyjä lähteitä löytyi PubMed -tietokannasta, muutaman muun tietokannan ohella. Yhtä tiedonhakua lukuun ottamatta, olivat kaikki tietokannoissa tehdyt haut englanninkielisiä. Tutkimuksessa haluttiin käyttää vain enintään viisi vuotta vanhoja lähteitä. COVID-19-pandemian ajankohdan takia ei tätä vanhempaa lähdetietoa ollut juurikaan edes saatavilla. Tutkimuksessa hyödynnetyt artikkelit ja niiden tarkemmat tiedot ovat listattuna liitteessä 1.

**Taulukko 1.** Tiedonhakutaulukko.

				Valittu, peruste		
Tietokanta	Hakusana	Rajaus	Tulokset	Otsikko	Tiivistelmä	Teksti
PubMed	COVID-19 mental well-being	Ilmainen koko teksti, englantia, 5 vuotta, vertaisarvioitu	2951	20	7	3
PubMed	COVID-19 mental health	Ilmainen koko teksti, englantia, 5 vuotta, vertaisarvioitu	857	15	5	4
PubMed	Coping strategies pandemics	Ilmainen koko teksti, englantia, 5 vuotta, vertaisarvioitu	2348	10	5	2
PubMed	COVID-19 pandemic ethical dilemmas	Ilmainen koko teksti, englantia, 5 vuotta, vertaisarvioitu	304	10	8	1
MDPI	Nurse resilience COVID-19	Kirjallisuuskatsaus, 5 vuotta	4	4	4	1
eRepo	Koronapandemia työhyvinvointi	Rinnakkaistallenteet	31	1	1	1
PubMed	COVID-19 psychological impact	Ilmainen koko teksti, englantia, 5 vuotta, vertaisarvioitu, katsaus	754	10	3	1
PubMed	Nurse burnout well-being interventions	Ilmainen koko teksti, englantia, 5 vuotta, vertaisarvioitu	1147	10	3	1
Semantic Scholar	Burnout and somatic symptoms COVID-19 pandemic	Lääketiede, 5 vuotta	61	5	4	1
Yhteensä						<b>15</b>

### 4.3 Aineistonhallinta

Aineistonhallinta sisältää tietoa muun muassa siitä, miten tutkimusaineistoa hankitaan ja miten sitä säilytetään tutkimuksen aikana. Oikeaoppinen aineistonhallinta varmistaa, että tutkimusaineistoa käsitellään ja referoidaan hyvien tieteellisten käytäntöjen mukaisesti. Oleellista aineistonhallinnassa on myös tutkimuksessa syntyvän aineiston jatkokäytön mahdollistaminen. (Tietoarkisto n.d.)

Tutkimuksen alkuvaiheessa, potentiaalista tutkimusaineistoa koordinoitiin luvussa 4.2 esitellyistä tietokannoista. Alustavasti hyödyllisiksi koettuja lähteitä kerättiin OneDrive-pilvipalveluun luodulle Word-dokumentille, johon kummallakin tutkimuksen tekijällä on pääsy- ja muokkausoikeudet. Tutkimuksessa ei käytetty salassa pidettävää tai arkaluontoista materiaalia, joten sen säilyttäminen tavanomaisessa pilvikansiossa oli tässä tilanteessa mahdollista. Tutkimusmateriaalin hallinnan selkeyttämiseksi, kerättiin käytetty aineisto sekä hakusanat luvussa 4.2 esitettyyn tiedonhakutaulukkoon. Tämä ratkaisu helpotti työn kirjoittajien tutkimustyötä ja se luo tutkimuksen lukijalle läpinäkyvän kuvan tutkimuksen etenemisestä. Tutkimuksessa hyödynnetyt artikkelit ja niiden tarkemmat tiedot ovat listattuna liitteessä 1.

### 4.4 Aineistoanalyysi

Tässä kirjallisuuskatsauksessa käytetty tutkimusaineisto on analysoitu induktiivista aineistoanalyysiä käyttäen. Aineistoanalyysissä aineistoa tiivistetään ja jalostetaan käsitteelliseen ja teoreettiseen muotoon. Aineistoanalyysi on monivaiheinen prosessi, jonka tutkija yleensä aloittaa tutustumalla aineistoon ja rakentamalla siitä kokonaiskuvan. Itse analyysin voi toteuttaa monin eri tavoin tutkimuksesta riippuen. (Tietoarkisto n.d.) Esimerkki tämän tutkimuksen aineistoanalyysin toteutuksesta esitetään taulukossa 2.

**Taulukko 2.** Esimerkki aineistoanalyysin toteutuksesta.

Alkuperäinen ilmaisu	Suomennos	Pelkistys	Alaluokka	Pääluokka
Various quantitative and qualitative studies show the impact of working on the front line with people with COVID-19, highlighting the following psychological impacts: anxiety, stress, depression, post-traumatic stress syndrome, psychological distress, and mental exhaustion. (7)	Määrälliset ja laadulliset tutkimukset käsittelevät COVID-19-potilaiden parissa työskentelyn vaikutuksia, korostaen seuraavia psykologisia vaikutuksia: ahdistus, stressi, masennus, traumaattinen stressihäiriö, psykologinen kärsimys ja mielenterveydellinen uupumus.	COVID-19-potilaiden parissa työskentely on aiheuttanut monenlaisia psyykkisiä haittoja hoitajien keskuudessa.	Vaikutus psyykkiseen hyvinvointiin.	Työhyvinvointi
Some nurses have been living away from home in hotels so as to not put their family members at risk of contracting COVID-19. This extreme degree of isolation may contribute to an even greater percentage of nurses being affected by mental health disorders. (10)	Jotkut sairaanhoitajat ovat asuneet hotelleissa ollakseen eristyksissä perheestään, jotta eivät vaarantaisi heidän terveyttään COVID-19 suhteen. Tämä äärimmäinen eristyneisyys saattaa lisätä niiden sairaanhoitajien osuutta, jotka kärsivät mielenterveysongelmista.	COVID-19-potilaiden parissa työskentely on aiheuttanut monenlaisia sosiaalisia haittoja hoitajien keskuudessa.	Vaikutus sosiaaliseen hyvinvointiin.	
The continuous cycle of donning and doffing masks, face shields, hairnets and gowns were described as cumbersome and energy sapping. Physical symptoms of headaches, dizziness, muscle pain, breathlessness, dermatitis, raised body temperature, sweating and poor vision were widely reported. (15)	Maskien, kasvosuojusten, hiusverkkojen ja haalareiden jatkuva pukeminen ja riisuminen kuvattiin hankalaksi ja väsyttäväksi. Fyysisiä oireita, kuten päänsärkyä, huimausta, lihaskipua, hengitysvaikeuksia, ihottumaa, kohonnutta kehon lämpötilaa, hikoilua ja huonoa näköä raportoitiin laajasti.	COVID-19-potilaiden parissa työskentely ja erityisesti suojavarusteiden käyttö on aiheuttanut monenlaisia fyysisiä haittoja hoitajien keskuudessa.	Vaikutus fyysiseen hyvinvointiin.	

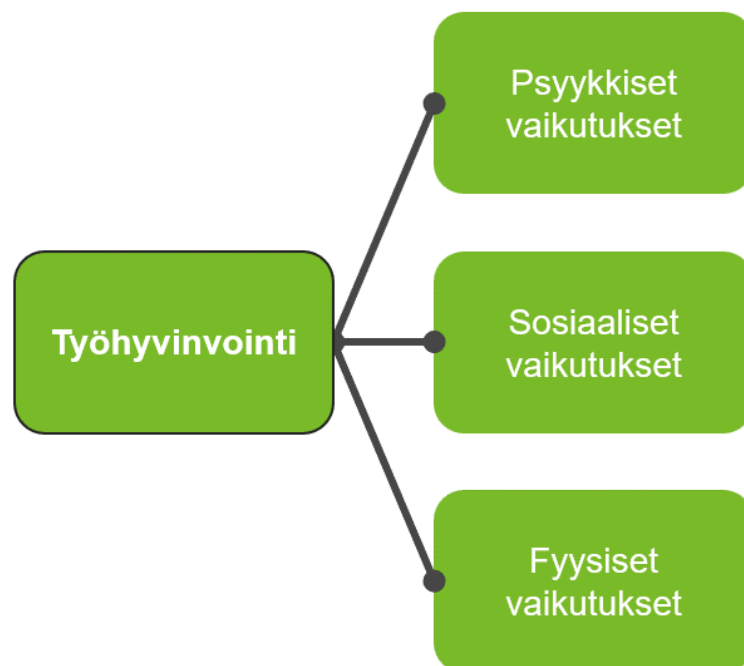
## 5 TULOKSET

Tässä osioissa käydään läpi tutkimusten perusteella saatuja tuloksia. Vastauksia on etsitty valituista tutkimuksista tutkimuskysymyksen ”Millaiset vaikutukset COVID-19-pandemian alkamisella oli hoitotyöntekijöiden työhyvinvointiin ja jaksamiseen?” pohjalta. Saadut vastaukset luokiteltiin laadullisen sisällönanalyysin avulla. Pääluokkia muodostui kolme. Ensimmäiseksi pääluokaksi muodostui työhyvinvointi, joka jakaantui psyykkisiin, fyysisiin ja sosiaalisiin vaikutuksiin (Kuvio 1). Toiseksi pääluokaksi muodostui työolosuhteiden haasteellisuus, joka jakaantui suojavarusteisiin, eettisyyteen ja hoitohenkilöstövajeeseen (Kuvio 2). Kolmanneksi pääluokaksi muodostui työyhteisön tuki, joka jakaantui yhteisöllisyyteen, esihenkilöiden ja johtajien rooliin sekä selviytymisstrategioihin (Kuvio 3).

### 5.1 Työhyvinvointi

Sriharanin ym. tutkimuksen (2021) mukaan COVID-19-pandemia asetti ennen näkemätöntä painetta hoitohenkilöstön suuntaan monissa erilaisissa hoitotyön ympäristöissä. Erityisen ongelmallista tästä teki se, että useiden maiden sairaanhoitojärjestelmät olivat yleisesti ylikuormittuneita jo ennen uuden pandemian alkua. Sriharan ym. (2021) korostavat, että laajamittaisen COVID-19-pandemian aikana hoitajien yllärasittuneisuudesta aiheutuvan työuupumuksen vaikutukset nousivat uudelle tasolle. Tähän tutkimus esittää yhdeksi syyksi juuri COVID-19-pandemian pitkäkestoisuuden ja laajamittaiset vaikutukset.





Kuvio 1. Alaluokat, jotka muodostuvat pääluokasta ”työhyvinvointi”.

Tämän tutkimuksen yhteydessä työhyvinvointiin liittyvä pääluokka on jaettu kuvion 1 mukaisesti kolmeen alaluokkaan. Kuviossa esitettävät alaluokat ”psyykkiset vaikutukset”, ”sosiaaliset vaikutukset” ja ”fyysiset vaikutukset” esitellään seuraavissa alaluvuissa. Psyykkisistä ja sosiaalisista vaikutuksista kerrotaan samassa alaluvussa ja fyysisille vaikutuksille on oma alalukunsa.

#### 5.1.1 Psyykkiset ja sosiaaliset vaikutukset

Barello ym. tutkivat (2020) erityisesti etulinjassa työskennelleiden terveydenhuollon työntekijöiden tunneuupumuksen tasoja COVID-19-kriisin huipun aikana. Otokseen sisällytettyjen arvojen todettiin olevan merkittävästi normaaliajan arvoja korkeammat. Samalla myös käytetyn asteikon mukaan korkean uupumusasteen omaavien henkilöiden määrä oli kasvanut merkittävästi. (Barello ym. 2020.)

Kiselyn ym. (2020) mukaan tutkimuksissa on raportoitu, että suorassa kontaktissa COVID-19-infektioon sairastuneiden potilaiden kanssa olleet hoitajat, kokivat työuupumuksen oireita laajemmin, kuin niin sanottujen tavanomaisten potilaiden parissa työskennelleet. Huerta-Gonzalez ym. (2021) ovat tutkimuksessaan koostaneet yhteen erityisesti etulinjassa työskennelleiden hoitajien kokemia pandemian aikaisia psykologisia rasitteita. Uupumuksen lisäksi merkittäviksi tekijöiksi on lueteltu muun muassa epävarmuus, ahdistus, pelko, sosiaalinen eristäytyminen, jatkuva stressi sekä turhautuminen (Huerta-Gonzalez ym. 2021, 13).

Nämä kaikki tekijät aiheuttivat hoitajissa muun muassa masennuksen oireita, jolla taas oli monenlaisia vaikutuksia työssä jaksamiseen. Merkittävänä tekijänä mainitaan myös hoitajien pelko läheisten henkilöiden tartuttamisesta työn kautta saadun tartunnan seurauksena. (Huerta-Gonzalez ym. 2021.) Edellä luetellut psykologiset vaikutukset koskivat luonnollisesti monia henkilöitä ammattiryhmään tai sosiaaliseen asemaan katsomatta (Ali ym. 2021; Serafini ym. 2020). Hoitotyön parissa työskentelevillä henkilöillä todettiin Huerta-Gonzalezin ym. (2021) mukaan näiden tekijöiden vaikutusten olevan kuitenkin selkeämpiä.

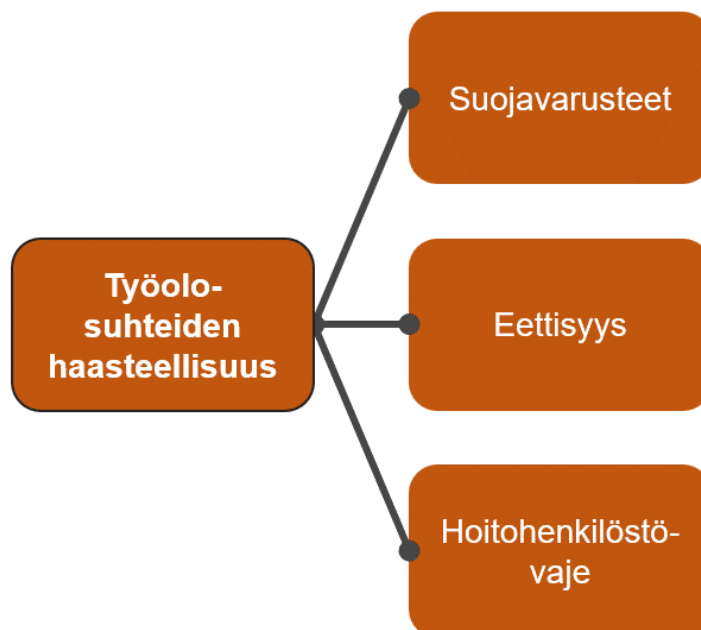
Riedelin ym. (2021) mukaan koronapandemian aikana useassa yhteydessä käyttöönotetut sosiaalisten kanssakäymisten rajoitukset olivat hoitotyöntekijöiden kohdalla vielä muita tiukempia omaehtoisten erityiskäytäntöjen vuoksi. Erittäin suuren tartuntariskin ja jatkuvan altistumisen takia monet hoitotyöntekijät asuivat omaehtoisesti esimerkiksi hotelleissa, etteivät he tartuttaisi läheisiään vapaa-ajalla. (Riedel ym. 2021, 2.) Näin ollen muun muassa Riedelin ym. (2021) ja edellä mainitun Huerta-Gonzalezin ym. (2021) tekemät havainnot hoitotyöntekijöiden erityisiin psyykkisiin ja sosiaalisiin kuormitustekijöihin liittyen ovat keskenään yhteneväisiä.

### 5.1.2 Fyysiset vaikutukset

Koronapandemia-ajan hoitotyö altisti hoitajat monenlaisille lisääntyneille fyysisille vaikutuksille. Fyysisten haittavaikutuksen syntyyn liittyen, mainitaan merkittäväksi tekijäksi esimerkiksi henkilönsuojainvaatimusten merkittävä kiristyminen. Merkittävästi noussut erilaisten henkilönsuojainten käyttöaste aiheutti mukaan joillekin hoitajille muun muassa huimausta, hengenahdistusta, ihottumaa, kohonnutta ruumiinlämpöä, hikoilua ja päänsärkyä. (Temeng ym. 2023, 248.)

Myös Sacgaca ym. (2023) korostavat tutkimuksessaan edellä mainittuja havaintoja, mutta niiden lisäksi myös esimerkiksi suurta potilaiden määrää sekä raskaita työtehtäviä. Koronapandemian aikana myös henkilöstöpulan todetaan kärjistyneen, jonka takia henkilöstöpulan vaikutukset kärjistyivät yksittäisten hoitajien kuormituksen osalta. Merkittävä fyysinen vaikutus oli tietysti myös hoitajien sairastumisella koronavirukseen. Hoitajien pitkäaikainen ja jatkuva altistuminen COVID-19-virukselle johti myös lukuisiin kuolemiin. World Health Organization (WHO) (2021) arvion mukaan tammikuun 2020 ja toukokuun 2021 välisenä aikana COVID-19-infektioon saattoi kuolla jopa 180 000 terveydenhuollon työntekijää. Hoitajien sairastuessa, kasvoi työkykyisten hoitajien työkuorma moninkertaiseksi, oli omat vaikutuksensa esimerkiksi potilaiden hoitotuloksiin ja hoitotyön eettisiin valintoihin.

## 5.2 Työolosuhteiden haasteellisuus



Kuvio 2. Alaluokat, jotka muodostuvat pääluokasta ”työolosuhteiden haasteellisuus”.

Tämän tutkimuksen yhteydessä työolosuhteiden haasteellisuuteen liittyvä pääluokka on jaettu kuvion 2 mukaisesti kolmeen alaluokkaan. Kuviossa esitettävät alaluokat ”suojavarusteet”, ”eettisyys” ja ”hoitohenkilöstövaje” esitellään seuraavissa alaluvuissa. Jokainen alaluokka käsitellään omassa alaluvussaan.

### 5.2.1 Suojavarusteet

Arnetzin ym. artikkelin (2020, 892) mukaan potilaiden yllättävä suuri määrä, hoitopaikkojen suuri täyttymisaste sekä uudesta pandemiasta saatavilla ollut rajallinen tieto vaikeuttivat pandemian vastaanottoa terveydenhoitojärjestelmien keskuudessa. Tämänkaltaisiin tilanteisiin ei ollut osattu varautua riittävällä tasolla, joka näkyi heti myös henkilökohtaisten suojavarusteiden puutteena ja vaikeana saatavuutena.

Koronapandemian takia kiristyneet henkilönsuojainvaatimukset altistivat sairaanhoitajat monipuolisesti fyysiselle uupumukselle ja epämukavuudelle. Tämän seurauksena sairaanhoitajien kyky vastata potilaiden tarpeisiin heikkeni tietyntilanteissa. Esimerkiksi jatkuva kasvomaskien ja -suojien päälle pukeminen ja taas niiden pois ottaminen koettiin hyvin uuvuttavaksi. (Temeng ym. 2023.)

### **5.2.2 Eettisyys**

COVID-19-pandemia-ajan hoitotyö oli usein kiireistä ja enemmän aikaa vievää. Hoitajilla oli vähemmän aikaa kohdata ja olla läsnä vakavasti sairaiden potilaiden kanssa. Tämän on todettu olleen raskasta hoitajille ja ristiriidassa heidän työn kutsumuksensa kanssa. Hoitajat kokivat, etteivät he aina voineet antaa laadukasta hoitoa työolosuhteiden puutteellisuuden vuoksi. Tällä oli oma vaikutuksena myös hoitajien yleiseen henkiseen hyvinvointiin. (Riedel ym. 2021, 1–2.) Eettiset näkökulmat nousivat potilaiden hoidossa esille pandemia aikana, tämä oli sairaanhoitajille raskasta ja lisäsi heidän alttiuttaan sairastua mielenterveyshäiriöille (Cohen ym. 2023).

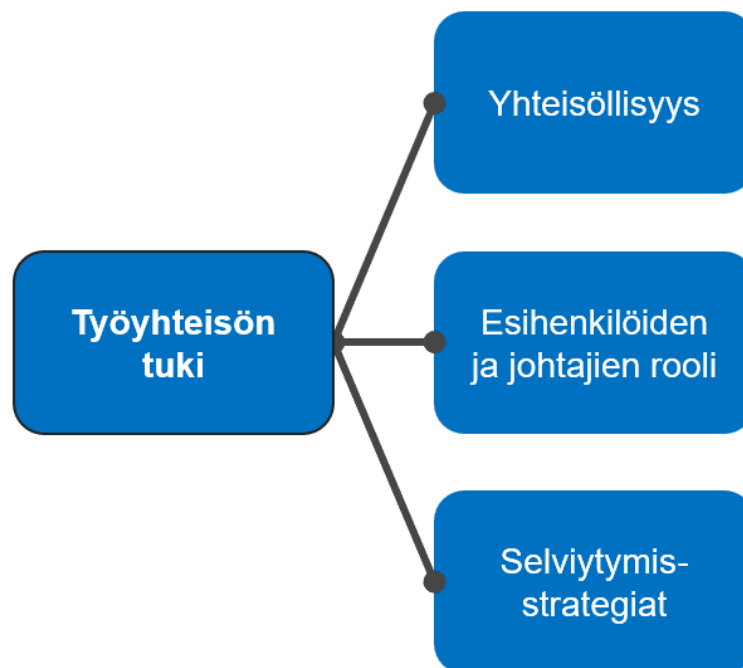
COVID-19-pandemian aikaisiin eettisiin dilemmoihin lukeutuu myös hoitajien itsensä sekä muun muassa heidän perheenjäsentensä terveyden vaarantuminen työtehtävien takia. Tämänkaltaiset eettiset ongelmat ovat hyvin vahvasti yhteydessä tässäkin tutkimuksessa aiemmin sivuttuun suojavarusteiden pulaan etenkin pandemian alkuvaiheessa, pandemia-ajan henkilöstövajeeseen sekä uuden tilanteen tuomaan yleiseen epävarmuuteen. Pandemia-ajan hoitotyöstä puhuttaessa tulee muistaa se, että hoitotyöntekijöiden tulisi saada tasa-arvoista kohtelua siinä missä potilaidenkin. Tämä ei kuitenkaan ollut mahdollista monien tässäkin tutkimuksessa mainittujen epäkohtien takia, etenkin pandemian alkuaikoina. (Aydogdu 2022, 11–12.)

### 5.2.3 Hoitohenkilöstövaje

Koronapandemian aikana hoitohenkilöstön sairauspoissaolojen määrä lisääntyi huomattavasti, joka toi omat haasteensa hoitajien työssä jaksamiseen sekä myös uusien työntekijöiden rekrytointiin. Koronapandemia-ajan hoitotyöhön sisältyi useita poissaolojen määrän lisääntymiseen vaikuttavia tekijöitä, kuten jatkuvat ylityöt, lomien peruuntumiset sekä vapaapäivien puute. Merkittävänä osatekijänä näihin oli myös esimerkiksi hoitohenkilöstön lasten sairastuminen tai karanteeniin joutuminen, jolloin töihin tulo saattoi estyä. Vaikka hoitohenkilöstöä olisikin lukumäärällisesti saatu sopiva määrä, olivat tuuraamaan tulleet hoitajat usein kokemattomia, jolloin osa työajasta piti käyttää myös perehdytykseen. (Antikainen ym. 2021, 7.)

### 5.3 Työyhteisön tuki

Hoitajat kokivat pandemian aikana paljon erilaisia haasteita, joista yhtenä asiana niiden helpottamiseen nousi tuen saaminen työyhteisöltä. Monet hoitajat kokivat saavansa vertaistukea samassa tilanteissa työskenteleviltä hoitajilta, mutta työnantajan tukea olisi tarvittu enemmän. Sairaaloiden tulisi kehittää ja tarjota tukijärjestelmiä hoitajille, jotka ovat tehneet töitä pandemia aikana. Olisi tärkeää kartoittaa hoitajien kokemaa stressitasoa, sekä tarjota kriisi-interventioita ja psykologista tukea. Suuressa roolissa osana työyhteisöä toimivat myös esihenkilöt ja johtajat, joiden toiminnalla on merkittävä vaikutus työyhteisön tukemisessa etenkin poikkeusoloissa. (Sagaca ym. 2023, 6–8.)



Kuvio 3. Alaluokat, jotka muodostuvat pääluokasta ”työyhteisön tuki”.

Tämän tutkimuksen yhteydessä työyhteisön tukeen liittyvä pääluokka on jaettu kuvion 3 mukaisesti kolmeen alaluokkaan. Kuviossa esitettävät alaluokat ”yhteisöllisyys”, ”esihenkilöiden ja johtajien rooli” ja ”selviytymisstrategiat” esitellään seuraavissa alaluvuissa. Jokainen alaluokka käsitellään omassa alaluvussaan.

### 5.3.1 Yhteisöllisyys

Tärkeänä asiana hoitajien pandemia ajan selviytymisessä nousi työyhteisön yhteisöllisyys. Hoitajat saivat toisistaan vertaistukea ja ymmärrystä omiin tunteisiin. Hoitajat jakoivat kokemansa taakan ja huolehtivat toisistaan. Tämä vahvisti tiimityön tunnetta ja loi yhteisöllisyyttä, sekä vähensi pelkoa joutua olemaan asioiden kanssa yksin. (Sacgaca ym. 2023, 8.)

Työilmapiirin pitäminen hyvänä on tärkeää haastavien tilanteiden aikana, sillä työntekijät saavat toisistaan tukea, joka edesauttaa heidän palautumistaan ja ehkäisee loppuun palamista. Hyvä työyhteisö tukee kriiseistä selviytymistä, koska

monesti näissä tilanteissa ilmapiiri saattaa olla kireä ja aiheuttaa enemmän negatiivisia vaikutuksia itse työstä selviytymiseen vaikeina aikoina. Työyhteisön tehtävänä on pitää huolta muista ja varmistaa tarvittavan ammattilaisen tuen saanti. (Riedel ym. 2021, 3).

### **5.3.2 Esihenkilöiden ja johtajien rooli**

Esihenkilöiden ja johtajien tulee toimia työyhteisön hyvinvointia tukevien työolojen rakentajana (Tampereen yliopisto n.d.). COVID-19-pandemia-ajan johtamisen haasteet ilmenivät etenkin työnteon suunnittelemattomuutena, puutteellisena työntekijöiden tukemisena sekä viestintään liittyvinä ongelmina. Työntekijöiden jaksamista ja yhteisöllisyyden tunnetta vähensivät esimerkiksi esihenkilöiden etäinen läsnäolo sekä monista tekijöistä johtuvat äkilliset työtehtävien muutokset. Useat hoitotyöntekijät kokivat jääneensä ilman tukea ja kaivanneensa ymmärrystä työnsä vaativuudesta etenkin poikkeusajan hoitotyössä. (Antikainen ym. 2021, 8–9.)

Antikaisen ym. (2021) tutkimuksen mukaan jotkin hoitotyöntekijöistä kokivat esihenkilötyön epäonnistuneen poikkeuksellisessa työympäristössä. Pandemia-aika vaikutti hoitotyöntekijöiden ohella myös esihenkilöiden ja johtajien työssä jaksamiseen, eikä työn suorittaminen normaaliin tapaan ollut aina mahdollista monien poikkeuksellisten tekijöiden takia. Mikäli esihenkilöiden tukea ei ollut saatavilla normaaliin tapaan, hakivat monet hoitotyöntekijät tukea entistä enemmän muulta työyhteisöltä, kuten kollegoiltaan. Useat hoitotyöntekijät olivat kuitenkin tyytyväisiä esihenkilöiltään saamaan tukeen myös pahimpana pandemia-aikana. (Antikainen ym. 2021, 9.)

### **5.3.3 Selviytymisstrategiat**

Resilienssillä on keskeinen rooli COVID-19-pandemia-ajan hoitajille aiheuttamien psykologisten vaikutusten lieventämisessä (Sierra-Garcia 2022, 16). Resilienssi tarkoittaa henkilön psyykkistä selviytymiskykyä, uudelleen orientoitumista ja



joustavuutta eri elämäntilanteissa. Resilienssi ilmenee arjessa kohtuullisena pärjäävyytenä stressistä, haasteista tai suuristakin muutoksista huolimatta. (Mieli n.d.) COVID-19-pandemia aiheutti sairaanhoitajille merkittävää altistumista muun muassa kappaleessa 5.1 esitetyille psykologisille rasitteille ja altisteille.

COVID-19 on tuonut vaikutuksia laajasti sairaanhoitajien erinäisiin tunnetiloihin, tästä on koitunut paljon etenkin henkistä kuormitusta. Hoitajien tiedotus ahdistuksen, masennuksen, stressihäiriöiden hoidosta auttavat ehkäisemään niiden aiheuttavaa kärsimystä ja toimintakyvyttömyyttä. Rahmani ym. (2023) tuovat tutkimuksessaan esiin selviytymisstrategian vaikutuksen sairaanhoitajien stressin lieventämiseksi. Hoitajat tarvitsevat tukea ja käytännön ohjeita, miten selvitä haastavista olosuhteista. Hoitajien täytyy oppia tunnistamaan myös stressitekijät ja tarve vastaanottaa apua tilanteeseen.

Yhtenä selviytymisstrategian keinona esiintyi Mindfulness -harjoitteet, joita hoitajat voivat itse ottaa käyttöön töissä. Rauhallisen ajattelutavan ja hengitysharjoitusten avulla voidaan saada stressiä ja traumoja aiheuttavat työtilanteet luotua positiivisemmaksi ja tehokkaimmaksi. Mindfulness -harjoitteiden tekemistä varten oli myös tarjolla sovelluksia, joita hoitajat voivat käyttää apunaan harjoitteiden tekemiseen. (Riedel ym. 2021, 4–5.) Sairaanhoitajien resilienssin arviointi ja yksilöllisten interventioiden tarjoaminen sekä kouluttaminen auttavat psykologisten ongelmien kehittymistä stressaavissa olosuhteissa. Ennakointi mahdollisten ongelmien kehityksessä ja niiden ehkäisy etukäteen edesauttavat hoitotyön tehokkuutta tulevaisuudessa. (Sacgaca ym. 2023, 7–8.)

## 6 POHDINTA

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kuvata hoitohenkilökunnan kokemuksia ja hyvinvointiin liittyviä haasteita COVID-19-koronapandemian aikana. Kirjallisuuskatsauksen tulokset osoittavat, että pandemialla oli merkittävät vaikutukset hoitajien fyysiseen, psyykkiseen sekä sosiaaliseen hyvinvointiin. Koronaviruspandemian aikana hoitotyöntekijät kohtasivat ennennäkemättömän suuria haasteita ja uusia toimintatapoja, jotka näkyivät muun muassa lisääntyneenä stressinä ahdistuneisuutena, työuupumuksina sekä monin muin ilmiöin. Mielenterveyshäiriöiden syntymisen riskin todettiin kasvaneen pitkäkestoisen henkisen ja fyysisen kuormituksen seurauksena.

COVID-19-koronapandemia toi selkeästi esiin sen, miten aliresursoitu terveydenhuoltojärjestelmä voi kuormittaa hoitajia kohtuuttoman paljon, etenkin tilanteessa, johon oli hankala varautua ennalta. Tutkimusten mukaan hoitajat joutuivat pandemian aikana tekemään pitkiä työvuoroja ja käsittelemään suurta potilasmäärää samalla, kun heillä oli pulaa suojavarusteista ja hoitohenkilöstöstä. Suojavarusteiden kasvanut käyttötarve korostui myös hoitajien fyysisestä rasituksesta puhuttaessa. Useissa tutkimuksissa korostui myös jatkuva pelko omasta ja läheisten terveydestä, joka aiheutti hoitajille stressiä ja ahdistusta.

Kirjallisuuskatsauksessa nousi kuitenkin esiin myös hoitohenkilökunnan yhteisöllisyyden merkitys ja tärkeys pandemia-ajan hoitotyössä. Hoitajat kokivat saaneensa tukea työyhteisöistään sekä kollegoiltaan, vaikka olivatkin usein sosiaalisesti eristetyssä asemassa. Myös esihenkilöiden ja johtajien rooli oli merkittävä, vaikka joissakin työyhteisöissä heidän toiminnastaan oli yleisesti annettu myös kritiikkiä. Työyhteisön kautta saatu tuki ja toimiva kommunikaatio voidaankin lukea eräiksi tärkeimmiksi tekijöiksi selviytymisen kannalta.

Yhteenvedona voidaan todeta, että koronaviruspandemia nosti esiin terveydenhuollon rakenteellisia ja toimintatavallisia puutteita, joilla on ollut suora vaikutus hoitotyöntekijöiden hyvinvointiin jo ennen pandemiaa. Poikkeusaikana

nämä mahdolliset puutteet vain korostuivat entisestään. Vaikka pääosa koronaviruspandemian alkamisen seurauksista olivatkin selkeästi negatiivisia, johti sen läpikäynti mahdollisuuteen tarkastella järjestelmien haavoittuvuutta ja kehittää parannuskeinoja tulevaa varten. Nykyhetkenä ja jatkossa onkin tärkeää kiinnittää entistä enemmän huomiota hoitajien fyysiseen ja henkiseen hyvinvointiin. Isona osana tätä kehitystä tulee olla myös ennaltaehkäisevien toimintojen suunnittelu.

## 7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tämän kuvailevan kirjallisuuskatsauksen pohjalta voidaan todeta, että COVID-19-koronaviruspandemialla oli monipuolisia ja laajoja vaikutuksia hoitotyöntekijöiden työtehtäviin, työhyvinvointiin, työskentelyolosuhteisiin sekä esimerkiksi työyhteisön tuen tarpeeseen. Koronaviruspandemia pakotti hoitotyöntekijät ja esihenkilöt kehittämään uudenlaisia toimintatapoja jokapäiväisiin työrotiineihin sekä uudenlaisia palautumiskeinoja poikkeuksellisille ajoille.

Vaikka pandemia-ajan hoitotyö vaikutti hoitotyön toteutukseen monin haastavin tavoilla, opittiin sen ansiosta valmistautumaan paremmin tulevaan ja ottamaan esimerkiksi työssä jaksaminen ja työhyvinvointi huomioon tehokkaammin menetelmin. Koronaviruspandemian aikana ja sen jälkeen on toteutettu useita tieteellisiä artikkeleja ja tutkimuksia, joissa esitettyjä tuloksia hyödyntämällä on hoitotyön menetelmiä mahdollista kehittää niin jokapäiväistä hoitotyötä kuin seuraavia mahdollisia poikkeusaikojakin ajatellen.

### 7.1 Kirjallisuuskatsauksen eettisyys

Kuvailevaa kirjallisuuskatsausta tehdessä on tärkeää varmistaa tutkimuksen eettisyyden toteutuminen koko tutkimusprosessin ajan. Keskeisiä eettisyyšnäkökulmia ovat muun muassa tarkoituksenmukaisten lähteiden käyttö, tutkijoiden puolueettomuus, totuudenmukaisuus, tutkimuksen avoimuus ja läpinäkyvyys sekä muut yleisesti tutkimuksissa huomioitavat seikat.

Tässä tutkimuksessa edellä mainittujen seikkojen toteutuminen on pyritty varmistamaan käyttämällä ainoastaan luotettavista lähteistä hankittua materiaalia, ottaen samalla huomioon myös lähteiden objektiivisuuden. Tutkimuksessa käytetyt tietokannat sekä lähteet ilmenevät lähdeluettelosta sekä liitteissä. Jokainen käytetty lähde on helposti jäljitettävissä ja niistä saatua tietoa on käytetty tutkimuksessa totuudenmukaisesti ilman vääristelyä.

Tutkimus on toteutettu ottaen huomioon esimerkiksi Vaasan ammattikorkeakoulun ja Tritonian LibGuides -palvelusta (2024) löytyvät saavutettavuus- sekä viitteidenhallintaohjeistukset. Lopullisen tutkimuksen alkuperäisyys on tarkastettu plagiaatintunnistusjärjestelmää käyttäen. Tutkimuksen johtopäätökset edistävät yhteiskunnallisesti tärkeitä tekijöitä, kuten hoitotyön työolosuhteiden kehittymistä sekä hoitotyöntekijöiden resilienssin varmistamista.

## **7.2 Tulosten hyödyntäminen ja jatkotutkimusmahdollisuudet**

Tutkimuksesta saatuja tuloksia voidaan hyödyntää esimerkiksi hoitotyöntekijöiden ennaltaehkäisevään tukemisessa sekä mahdollisten uusien pandemioiden kohtaamisessa. Tutkimus käsittelee useita eri näkökulmia ja seikkoja, jotka koronaviruspandemian takia on havaittu yhteiskunnassa ja hoitohenkilöstön keskuudessa. Näiden näkökulmien huomiointi tulevaisuudessa voi lisätä hyvinvointia työelämässä päivittäisen hoitotyön sekä myös erilaisten maailmanlaajuisten kriisien aikaan. Useilla tutkimuksessa havaituilla näkökulmilla on merkittävät vaikutukset myös työelämän ulkopuolella siviilielämässä. Tämä kirjallisuuskatsaus on hyvä pohja mahdollisille aiheeseen liittyville jatkotutkimuksille ja se sisältää muun muassa paljon oleellista tutkimustietoa ja luotettavia lähteitä aiheesta. Mahdolliset jatkotutkimukset voisivat esimerkiksi keskittyä tarkemmin joihinkin tässä tutkimuksessa havaittuihin seikkoihin, kuten tuleviin mahdollisiin poikkeusaikoihin valmistautumiseen tai hoitotyöntekijöiden resilienssiin ja jaksamiseen.

## LÄHTEET

Ali, N.A., Feroz, A.S., Akber, N., Feroz, R., Meghani, S.N. & Saleem, S. 2021. When COVID-19 enters in a community setting: an exploratory qualitative study of community perspectives on COVID-19 affecting mental well-being. PubMed. Viitattu 1.9.2024. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2021-049851>

Antikainen, M., Terkamo-Moisio, A. & Häggman-Laitila, A. 2021. Hoitotyön johtajien ja hoitotyöntekijöiden työhyvinvointi ja työskentely koronapandemian aikana. Tutkiva hoitotyö, 19 (4), 3–11.

Arnetz, J.E., Goetz, C.M., Sudan, S., Arble, E., Janisse, J. & Arnetz, B.B. 2020. Personal Protective Equipment and Mental Health Symptoms Among Nurses During the COVID-19 Pandemic. PubMed. Viitattu 2.9.2024. <https://doi.org/10.1097/jom.0000000000001999>

Auro, K., Paananen, T., Koskelainen, S., Vaara, S., Brundfeldt, M., Hannila-Handelberg, T., Luomala, O., Reinikainen, M., Helve, O., Leino, T., Sarvikivi, E., Salminen, M., Kristiansson, K. & Perola, M. 2021. COVID-19-pandemian tunnusluvut Suomessa: ensimmäinen pandemiavuosi. Viitattu 1.8.2022. [www.duodecimlehti-fi.ezproxy.puv.fi/xmedia/duo/duo16741.pdf](http://www.duodecimlehti-fi.ezproxy.puv.fi/xmedia/duo/duo16741.pdf)

Aydogdu, A.L.F. 2022. Ethical dilemmas experienced by nurses while caring for patients during the COVID-19 pandemic: An integrative review of qualitative studies. PubMed Central. Viitattu 1.9.2024. <https://doi.org/10.1111/jonm.13585>

Barello, S., Palamenghi, L. & Graffigna, G. 2020. Burnout and somatic symptoms among frontline healthcare professionals at the peak of the Italian COVID-19 pandemic. PubMed Central. Viitattu 1.9.2024. <https://doi.org/10.1016%2Fj.psychres.2020.113129>

Cohen, C., Pignata, S., Bezak, E., Tie, M. & Childs, J. 2023. Workplace interventions to improve well-being and reduce burnout for nurses, physicians and allied healthcare professionals: a systematic review. PubMed. Viitattu 3.9.2024. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2022-071203>

Duodecim Terveysportti. 2021. Covid-19-infektio. Viitattu 18.11.2023. <https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/ltk/article/ykt01229>

Duodecim Terveysportti. 2021. Lääketieteen termit. Viitattu 18.11.2023. <https://www.terveysportti.fi/apps/sanakirjat/0/vertaistuki>

Huerta-Gonzalez, S., Selva-Medrano, D., Lopez-Espuela, F., Caro-Alonso, P.A., Novo, A. & Rodriguez-Martin, B. 2021. The Psychological Impact of COVID-19 on Front Line Nurses: A Synthesis of Qualitative Evidence. Pubmed. Viitattu 18.8.2024. <https://doi.org/10.3390/ijerph182412975>

Häkkäräinen-Nyholm, H., Lyytinen, N., Heinimaa, M., Heiskala, M. & Varis, A. 2020. Miten koronavirustauti vaikuttaa terveydenhuollon työntekijöiden psyykkiseen hyvinvointiin. 75, 43–44, 2291–2294.

KAMK. n.d. Kuvailuva tutkimus. Viitattu 17.11.2023.  
<https://www.kamk.fi/fi/opari/Opinnaytetyopakki/Teoreettinen-materiaali/Tukimateriaali/Tutkimustyyppit/Kuvaileva>

Kangasniemi M., Utriainen K., Ahonen S-M., Pietilä A-M., Jääskeläinen P. & Liikanen E. 2013. Kuvailuva kirjallisuuskatsaus: eteneminen tutkimuskysymyksestä jäsenettyyn tietoon. Hoitotiede 25 (4). 291–301.

Kisely, S., Warren, N., McMahon, L., Dalais, C., Henry, I. & Siskind, D. 2020. Occurrence, prevention, and management of the psychological effects of emerging virus outbreaks on healthcare workers: rapid review and meta-analysis. PubMed. Viitattu 17.7.2024. <https://doi.org/10.1136/bmj.m1642>

Laukkala, T., Tuisku, K., Junttila, K., Haravuori, H., Kujala, A., Haapa, T. & Jylhä, P. 2020. COVID-19-pandemian aiheuttama psyykinen kuormitus terveydenhuollossa – seuranta on perusteltua. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim. Viitattu 18.11.2023.  
<https://www.duodecimlehti.fi/lehti/2020/18/duo15778?keyword=COVID-19-pandemi-an%20aiheuttama%20psyykinen%20kuormitus%20terveydenhuollossa%20-%20seuranta%20on%20perusteltua>

Lehto, U-S., Ojanen, M. & Turpeenniemi-Hujanen, T. 2020. Sosiaaliset verkostot ja vastasairastuneiden syöpäpotilaiden elämänlaatu. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim. Viitattu 18.11.2023.  
<https://www.duodecimlehti.fi/duo15538>

Linnanmäki, E. 2006. Historian influenssapandemiat. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim. Viitattu 18.11.2023.  
<https://www.duodecimlehti.fi/duo95933>

Mieli. n.d. Resilienssi auttaa selviytymään. Viitattu 14.5.2024.  
<https://mieli.fi/vahvista-mielenterveyttasi/mita-mielenterveys-on/resilienssi-auttaa-selviytymaan/>

Munro, C.L. & Hope, A.A. 2022. Improving nurse well-being: the need is urgent and the time is now. American journal of critical care. PubMed. Viitattu 1.4.2024.  
<https://doi.org/10.4037/ajcc2022603>

Rahmani, F., Ranjbar, F., Asghari, E. & Gholizadeh, L. 2023. The impact of psychological distress, socio-demographic and work-related factors on coping strategies used by nurses during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional

study. PubMed Central. Viitattu 23.6.2024.

<https://doi.org/10.1002%2Fnop2.2053>

Riedel, B., Horen, S.R., Reynolds, A. & Jahromi, A.H. 2021. Mental Health Disorders in Nurses During the COVID-19 Pandemic: Implications and Coping Strategies. PubMed. Viitattu 4.9.2024.

<https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.707358>

Sacgaca, L., Gonzales, A., Alkubati, S., Alrashidi, N., Alreshidi, M.H., Pasay-An, E., Hernandez, J.P., Alboliteeh, M., Ramadan, M.Y., Al Onezei, A.K., Lim-Lagura, G.A., Mostoles Jr, R. & Saguban, R. 2023. The Impact of Mental Well-Being, Stress, and Coping Strategies on Resilience among Staff Nurses during COVID-19 in Saudi Arabia: A Structural Equational Model. PubMed. Viitattu 21.9.2024.

<https://doi.org/10.3390/healthcare11030368>

Serafini, G., Parmigiani, B., Amerio, A., Aguglia, A., Sher, L. & Amore, M. 2020.

The psychological impact of COVID-19 on the mental health in the general population. PubMed. Viitattu 9.8.2024. <https://doi.org/10.1093/qjmed/hcaa201>

Sierra-Garcia, E., Sosa-Palanca, E.M., Saus-Ortega, C., Ruiz-Hontangas, A., Juarez-Vela, R. & Gea-Caballero, V. 2022. Modulating Elements of Nurse Resilience in Population Care during the COVID-19 Pandemic. PubMed Central. Viitattu 12.3.2024. [10.3390/ijerph19084452](https://doi.org/10.3390/ijerph19084452)

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2009. Johtamisella laatua ja työhyvinvointia sosiaalialalle. Helsinki. Viitattu 18.11.2023.

<https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74326/URN%3aNB%3afi-fe201504224940.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Sriharan, A., West, K.J., Almost, J. & Hamza, A. 2021. COVID-19-Related Occupational Burnout and Moral Distress among Nurses: A Rapid Scoping Review. PubMed. Viitattu 15.6.2024. <https://doi.org/10.12927/cjnl.2021.26459>

Tietoarkisto. n.d. Aineistohallinnan suunnittelu. Viitattu 21.9.2024.

<https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/aineistohallinta/aineistohallinnan-suunnittelu/>

Tietoarkisto. n.d. Johdanto: Analyysi ja tulkinta. Viitattu 21.9.2024.

<https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/analyysitavan-valinta-ja-yleiset-analyysitavat/analyysi-ja-tulkinta/>

Tampereen yliopisto. n.d. Johtaminen & työhyvinvointi. Viitattu 17.7.2024.

<https://sites.tuni.fi/kehitatyohyvinvointia/johtaminen-tyohyvivoiti/>

Temeng, E., Hewitt, R., Pattinson, R., Sydor, A., Whybrow, D., Watts, T. & Bundy, C. 2023. Nurses' coping strategies caring for patients during severe viral



pandemics: A mixed-methods systematic review. PubMed. Viitattu 1.8.2024.  
<https://doi.org/10.1111/jocn.16711>

Turunen, V. 2020. Hoitajien psyykkinen kuormitus kevään koronapandemian jälkeen vaatii seurantaa ja tukemista. Tehy-lehti. Viitattu 9.12.2023.  
<https://www.tehylehti.fi/fi/uutiset/hoitajien-psyykkinen-kuormitus-kevaan-korona-pandemian-jalkeen-vaatii-seurantaa-ja-tukemista>

VAMK Tritonia. n.d. Kirjoitusohjeet. Viitattu 12.2.2024.  
[https://vamk.libguides.com/kirjoitusohjeet/ohjeet?\\_ga=2.247705607.1695330416.1724771677-1101954079.1724771676](https://vamk.libguides.com/kirjoitusohjeet/ohjeet?_ga=2.247705607.1695330416.1724771677-1101954079.1724771676)

Vernerinet. 2017. Emotionaalinen tuki. Viitattu 18.11.2023.  
<https://verneri.net/yleis/emotionaalinen-tuki>

World Health Organization (WHO). 2021. Health and Care Worker Deaths during COVID-19. Viitattu 22.9.2024. <https://www.who.int/news/item/20-10-2021-health-and-care-worker-deaths-during-covid-19>

## LIITTEET

### LIITE 1 Artikkelitaulukko

#	Tekijät, julkaisuvuosi ja -maa	Tarkoitus	Kohderyhmä	Aineistonkeruu ja analysointi	Päätulokset
1	Ali, N.A. ym., 2021, Pakistan	Tutkii yhteisöjen jäsenien käsityksiä ja asenteita henkiseen hyvinvointiin liittyen COVID19-pandemian aikana.	Nuoret ja keski-ikäiset aikuiset ja vanhemmat henkilöt. Kumpikin sukupuoli.	Haastattelut, tutkiva laadullinen tutkimus.	COVID-19-pandemiaan liittyvät mielenterveysvaikutukset ovat koskettaneet kaikkia yhteiskunnan jäseniä jollain tavalla. Tutkimuksen tuloksia voidaan käyttää esimerkiksi mielenterveysohjelmien kehittämiseen.
2	Antikainen, M. ym., 2021, Suomi	Kuvaa hoitotyön johtajien sekä hoitotyöntekijöiden työhyvinvointia ja työskentelyä koronapandemian aikana. Tavoitteena tuottaa tietoa kehittämistoimia varten.	103 henkilöä marras- ja joulukuussa 2020.	Sähköinen kysely, induktiivinen sisällönanalyysi ja tilastotieteelliset menetelmät.	COVID-19-pandemia heikensi tutkimukseen osallistuneiden työhyvinvointia. Syitä tähän olivat erilaiset työn muutokset, kuten suojavarusteet, huoli jaksamisesta, ammatillisen tuen puute, osaamisvaatimusten muuttuminen ja heikentynyt työn johtaminen. Vahvistavia tekijöitä olivat siirtyminen etä- ja kaksivuorotyöhön, työvuorosunnittelu, turvallisuuden huomiointi ja lisäkorvauksien saaminen. Näihin kuuluivat myös työyhteisöltä saatu tuki ja työntekijän vapaa-ajan toiminta.

#	Tekijät, julkaisuvuosi ja -maa	Tarkoitus	Kohderyhmä	Aineistonkeruu ja analysointi	Päätulokset
3	Arnetz, J.E. ym., 2020, Yhdysvallat	Selvittää riittävän henkilönsuojainten saatavuuden yhteys mielenterveystuloksiin Yhdysvalloissa.	Otos yhdysvaltalaisia sairaanhoitajia Michiganissa.	Sähköinen kysely toukokuussa 2020, noin 695 vastaajaa. Logistinen regressioanalyysi.	Sairaanhoitajilla, joilla ei ollut riittävästi henkilönsuojaimia, oli todennäköisimmin posttraumaattista stressihäiriötä sekä masennus- ja ahdistuneisuusoireita. Terveystieteiden tutkimuskeskusten tulisi tiedostaa hoitajien mielenterveysongelmien laajuus ja huolehtia henkilönsuojainten tarjoamisesta tarpeen mukaan.
4	Aydogdu, A.L.F. ym., 2022, Turkki	Tunnistaa sairaanhoitajien kohtaamia eettisiä dilemmoja potilaiden hoidossa COVID-19-pandemian aikana.	Otos sairaanhoitajia.	Integroiva katsaus, tiedonhaku neljästä tietokannasta. Käytetty sisällönanalyysiä, arviointityökaluja ja PRISMA-ohjeistusta.	Hoitaessaan potilaita COVID-19-pandemian aikana sairaanhoitajat asettivat usein oman ja perheidensä terveyden alttiiksi vaaralle. Heidän kohtamansa eettiset dilemmat johtuivat pääosin suojavarusteiden puutteesta, lääketarvikkeiden ja henkilöstön niukkuudesta sekä ympäristön yleisestä epävarmuudesta.
5	Barello, S. ym., 2020, Italia	Kuvaa italialaisten etulinjan hoitotyöntekijöiden loppuunpalamista ja fyysisiä oireita COVID-19-potilaiden hoidossa pandemian huipun aikana, vertaillen näitä ammatin ja sukupuolen mukaan. Selvittää loppuunpalamisen ja terveysoireiden välisiä yhteyksiä.	1153 italialaisesta terveydenhuollon ammattilaisesta koostuva otos.	Sähköinen kysely, jossa käytetty MBI-menetelmää ja erikseen laadittuja kysymyksiä.	Suuri osa vastaajista raportoi korkeita uupumuksen ja depersonalisaation tasoja. Sukupuolella todettiin olevan merkittävä vaikutus: naisilla uupumuksen oireita oli enemmän kuin miehillä.

#	Tekijät, julkaisuvuosi ja -maa	Tarkoitus	Kohderyhmä	Aineistonkeruu ja analysointi	Päätulokset
6	Cohen, C. ym., 2023, Australia	Kerää näyttöä vuodesta 2015 lähtien interventioista, jotka on suunniteltu ehkäisemään loppuunpalamista terveydenhuollon ammattilaisten keskuudessa sekä parantamaan hyvinvointia.	Aiemmat tutkimukset. Medline, Embase, Emcare, CINAHL, PsycInfo ja Google Scholar, lokakuussa 2022.	Systemaattinen kirjallisuuskatsaus. Englanninkieliset artikkelit arvioitiin arviointityökalua käyttäen. Tulokset esitetty kvantitatiivisessa ja narratiivisessa muodossa.	Interventiot paransivat terveydenhuollon työntekijöiden hyvinvointia, resilienssiä ja sitoutumista sekä vähensivät loppuunpalamista.
7	Huerta-Gonzalez, S. ym., 2021, Meksiko	Analysoida laadullisia tutkimuksia, jotka tutkivat sairaanhoitajien käsityksiä COVID-19-potilaiden hoitamisen psykologisista vaikutuksista etulinjassa.	Aiemmat tutkimukset. The Cochrane Library, Medline, PsycInfo, WOS, Scopus ja CINAHL, maaliskuussa 2021.	Laadullisen näyttöaineiston analyysissä käytettiin PRISMA-ohjeistusta ja Cochrane-suosituksia.	COVID-19-potilaita etulinjassa hoitaneet hoitajat kokivat pääasiassa stressiä, ahdistusta, pelkoa, sosiaalista eristyneisyyttä, masennusta, turhautumista ja epävarmuutta. Yksi suurimpia huolenaiheita oli pelko perheen tartuttamisesta tai sairastumisesta itse. Negatiivisia vaikutuksia olivat myös viha, pakkoajatukset ja voimattomuus. Resilienssillä koettiin olevan suuri merkitys selviytymisessä.
8	Kisely, S. ym., 2020, Australia	Tutkii klinikoiden psykologisia vaikutuksia, heidän työskennellessä uusien viruspurkausten hallitsemiseksi, sekä tehokkaita keinoja psykologisten häiriöiden ja stressin hallintaan.	Aiemmat tutkimukset. Cochrane Central Register of Controlled Trials, PubMed, PsycInfo, Scopus, WOS, Embase ja Google Scholar, maaliskuussa 2020.	Kirjoittajat seuloivat asiakirjat, tiivistelmät ja artikkelit itsenäisesti. Kaksi kirjoittajaa keräsi tietoja ja kolmatta käytettiin tarvittaessa konsulttina. Tutkimusten lähdeluetteloista etsittiin lisätutkimuksia ja muualta	Korkean altistumisriskin työntekijöille oli suuremmat posttraumaattisen tai akuutin stressin ja psykologisen kärsimyksen tasot verrattuna matalamman riskin ryhmiin. Riskitekijöiksi todettiin nuori ikä, junioritason asema, tartunnan saanut perheenjäsen sekä riippuvaisten lasten vanhemmuus. Myös aiheeseen liittyvä stigma, tuen puute ja pitkät karanteenit vaikuttivat. Hyvinä tekijöinä

#	Tekijät, julkaisuvuosi ja -maa	Tarkoitus	Kohderyhmä	Aineistonkeruu ja analysointi	Päätulokset
				myös julkaisemattomia käsikirjoituksia.	havaittiin selkeä viestintä, riittävät suojavarusteet ja onnistunut tuki. Tehokkaita interventioita voidaan käyttää psykologisen kärsimyksen lievittämiseksi uusien tautien, kuten COVID-19 aikaisessa hoitotyössä.
9	Rahmani, F. ym., 2023, Iran	Selvittää tekijöitä, jotka liittyvät hoitotyöntekijöiden käyttämiin selviytymisstrategioihin COVID-19-pandemian aikana Iranissa.	365 sairaanhoitajan otos COVID-19-potilaita hoitavista erikoissairaaloista Iranissa helmi-heinäkuun 2022 välisenä aikana. Keski-ikä 31,2 vuotta.	Sähköinen kysely, jaettu sosiaalisen median alustoilla. Kysely sisälsi erilaisia kysymyksiä ja siinä käytettiin Brief COPE -asteikkoa. Käytettiin myös monimuuttuja-regressioanalyysiä.	58,9% käytti epäsopeutuneita selviytymisstrategioita ja 57,6% raportoi psykologisesta kärsimyksestä. Korkeimmat pistemäärä epäsopeutuneissa strategioissa oli alle 35-vuotiailla naisilla, joilla oli alle 10 vuotta työkokemusta ja jotka työskentelivät COVID-19-tehohoidossa tai COVID-19-ympäristössä kahden tai useamman vuoden ajan.
10	Riedel, B. ym., 2021, Yhdysvallat	Arvioi COVID-19-aikana hoitotyöntekijöiden kohtaamia mielenterveysongelmia nykyisen lääketieteellisen kirjallisuuden perusteella ja tarjoaa käytännön selviytymisstrategioita.	Aiemmat artikkelit ja tutkimukset.	Tarkasteltiin aihepiiriin liittyviä atikkeleita. Systemaattista kirjallisuuskatsausta ei suoritettu, mutta kirjallisuutta analysoitu kattavasti. Artikkelit valittu käytännön toteutettavuuden perusteella. Artikkelien	COVID-19-potilaiden hoitajat ovat kokeneet merkittävää traumaattista kuormitusta, kuten lisääntynyttä työtaakkaa ja sosiaalisen tuen vähentymistä. Varhaiset interventiot ovat tärkeitä, sillä mielenterveysongelmilla voi olla vakavia seurauksia. Yhteisön tukeminen on välttämätöntä ja erilaisten selviytymisstrategioiden avulla hoitotyöntekijät voivat vähentää pandemian aiheuttamia negatiivisia vaikutuksia ja ylläpitää työkykyä.

#	Tekijät, julkaisuvuosi ja -maa	Tarkoitus	Kohderyhmä	Aineistonkeruu ja analysointi	Päätulokset
				lähdeluettelosta etsittiin lisälähteitä aiheesta.	
11	Sacgaca, L. ym., 2023, Saudi-Arabia	Arvioi mielenterveyden, selviytymisstrategioiden ja stressitasojen vaikutusta resilienssiin polkuanalyysin avulla.	763 sairaanhoitajaa 16 suuresta sairaalasta Saudi-Arabiassa, elo-marraskuussa 2022.	Käytetty poikkileikkausmenetelmää. Verkkokysely lähetetty sairaaloiden johtajille, jotka tunnistivat osastoiltansa kyselyyn osallistujat. Analysoinnissa käytettiin SPSS-työkalua, frekvenssiä ja prosentteja sekä monimuuttuja-regressiota ja polkumallia.	lällä, työkokemuksella tai siviilisäädellä ei ole suurta vaikutusta resilienssiin. Mielenterveys ja stressi vaikuttavat resilienssiin niin ikään vain vähän, mutta selviytymisstrategioilla on suuri vaikutus. Selviytymisstrategioita tulisi vahvistaa ja kehittää jatkuvasti sekä auttaa hoitotyöntekijöitä tunnistamaan resilienssiä ylläpitäviä tekijöitä.
12	Serafini, G. ym., 2020, Italia	Kattava kirjallisuuskatsaus COVID-19-infektiosta johtuvista vaikutuksista mielenterveyteen yleisessä väestössä.	Aiemmat tutkimukset, yleinen väestö.	Artikkeleita ja tutkimuksia kerätty useista tietokannoista ja lähteistä.	Yhteisöpohjaisten strategioiden toteuttaminen resilienssin tueksi COVID-19-pandemian aikana on välttämätöntä. Pandemian aiheuttaman ahdistuksen ja pelon psykologiset vaikutukset on tunnistettava ja niitä varten on kehitettävä ja omaksuttava selkeät toimintastrategiat.
13	Sierra-Garcia, E. ym., 2022, Espanja	Analysoi hoitohenkilöstön resilienssiä COVID-19-pandemian psykologisten vaikutusten edessä.	Aiemmat tutkimukset. WOS, Medline/PubMed, Cochrane, BVS/LILACS ja Cuiden.	Käytettiin poissulkukriteereitä ja tutkimusten laatu ja eettisyys arvioitiin ICROMS-, STROBE- ja AMSTAR-2 -	Resilienssi on tärkeä COVID-19-pandemian psykologista vaikutusta hoitajien keskuudessa vähentävä tekijä. Pandemia on aiheuttanut hoitajille merkittävästi stressitekijöitä, jotka aiheuttavat psykologisia ja fyysisiä reaktioita. Resilienssin taso on todettu

#	Tekijät, julkaisuvuosi ja -maa	Tarkoitus	Kohderyhmä	Aineistonkeruu ja analysointi	Päätulokset
				kriteerien mukaisesti. 20 tutkimusta valittiin.	matalaksi/kohtuulliseksi ja se on vaihtelevaa. Selvitytymisstrategiat voivat edistää positiivista resilienssiä ja ovat siinä tärkeässä asemassa.
14	Sriharan, A. ym., 2021, Kanada	Kokoaa olemassa olevaa kirjallisuutta COVID-19-pandemiaan liittyvästä uupumuksesta ja moraalisesta kärsimyksestä hoitajien keskuudessa sekä tunnistaa suosituksia hoitajien psykologisten tarpeiden tukemiseen.	Aiemmat tutkimukset. Medline, Embase, PsycInfo, CINAHL ja ERIC.	Nopea katsaus toteutettu World Health Organizationin (WHO) nopean katsauksen ohjeistuksen mukaisesti.	Hoitajat ovat COVID-19-pandemian aikana lisääntyneessä riskissä stressille, uupumukselle ja masennukselle. Alttiimpia negatiivisille mielenterveysvaikutuksille ovat nuoremmat naishoitajat, joilla on vähemmän kliinistä kokemusta.
15	Temeng, E. ym., 2023, Yhdistynyt Kuningaskunta	Selvittää hoitajien kokemuksia ja selviytymisstrategioita, kun he hoitavat potilaita pandemian aikana.	Aiemmat tutkimukset. 71 vertaisarvioitua artikkelia, jotka kuvasivat hoitajien kokemuksia aiempien influenssojen ja pandemian aikana. Medline, CINAHL, PsychInfo, ASSIA ja Scopus.	Käytetty poikkileikkaus-menetelmää monista eri tietokannoista ja lähteistä haetuissa artikkeleissa ja tutkimuksissa. Yhdistetty kvalitatiivista ja kvantitatiivista tutkimusaineistoa.	On tärkeää, että päättäjät, hallitus ja terveydenhoitoalan instituutiot tunnistavat ja seuraavat hoitotyöntekijöiden laajempia vaikutuksia terveysuhkien aikana. Tarvitaan tukea tehokkaiden järjestelmien ja mekanismien kehittämiseen ja toteuttamiseen, jotta erilaisia vaikutuksia saadaan minimoitua. Tehdyt havainnot voivat auttaa kehittämään strategioita tulevia uusia terveyskriisejä varten.