

VANHEMPAINRYHMÄ, VERTAISTUKEA JA TIETOA KESKOSEN JA SAIRAAAN VASTASYNTYNEEN VANHEMMILLE



Nieminen Johanna, esh ja Tuomikoski-Koiranen Päivi, esh
TYKS lastenkliniikka, vastasyntyneiden teho-osasto, Turku

Keskosten vanhempien on havaittu tarvitsevan normaalien vauvahoidossa tarvittavien tietojen lisäksi yleistä tietoa keskosuudesta ja keskosten hoidosta sekä oman lapsensa hoitoon sovellettua erikoistietoa. Vanhemman osaamisen tunteen saavuttaminen voi vaatia aikaa silloinkin, kun lapsi on syntynyt täysiaikaisena. (1)

Vanhempainryhmätoiminta vastasyntyneiden teho-osastolla on **vertaistuen** tarjoamista ja **tiedon** jakamista osastolla oleville ja sieltä hiljattain kotiutuneille perheille.

Vertaistuellalla tarkoitetaan vertaisen eli toisen samanlaisessa elämäntilanteessa elävän vanhemman antamaa sosiaalista tukea. Sosiaalinen tuki sisältää yksilön tietoisuuden siitä, että on olemassa ihmisiä, joilta hän voi saada emotionaalista, tiedollista ja arviointia sisältävää tukea sekä käytännöllistä apua. (2) Sosiaalinen tuki estää kriisin ja muutoksen aiheuttamia haitallisia vaikutuksia. (1)

Pienryhmissä vanhemmat voivat saada **toisiltaan** käyttökelpoista tietoa, joka avaa uusia näkökulmia, auttaa jäsentämään omaa elämäntilannetta ja helpottaa käytännön pulmien ratkaisemista. Tätä tietoa tarvitaan **asiantuntijoilta** saadun **tiedon** lisäksi. Ryhmä antaa mahdollisuuden jakaa kokemuksia muiden kanssa. Ryhmissä syntyneet uudet ihmissuhteet lujittavat perheiden sosiaalista verkostoa. (2)

Vanhempainryhmän toteuttaminen osana TYKS:n vastasyntyneiden teho-osaston toimintaa on mahdollistanut mielenterveyshoitajan, sosiaalityöntekijän, fysioterapeutin ja puheterapeutin saamisen toimintaan mukaan osaston työntekijöiden lisäksi. Ryhmän hoitotyön asiantuntijoina ja vetäjinä toimii osaston kolme sairaanhoitajaa ja lastenhoitaja. Asiantuntijatietaa voidaan näin jakaa perheille monelta osa-alueelta. Keskosten ja sairaiden vastasyntyneiden hoitoon liittyvissä asioissa paras asiantuntemus on heitä päivittäin hoitavilla ja hoitoon osallistuvilla erityistyöntekijöillä.

TYKS:n vastasyntyneiden teho-osaston vanhempainryhmä kokoontuu kerran viikossa, iltapäivisin, jotta isätkin voisivat osallistua ryhmään. Ohjelma on kiertävä ja aihealueet on valikoitu tukemaan keskosvauvan ja/tai sairaan vastasyntyneen vanhempia matkalla syntymästä kotona pärjäämiseen. Aiheet painottuvat keskosuuteen, mutta sopivat myös täysiaikaisten vauvojen perheille.

1. YLEISTÄ OSASTOSTA, HOITOKÄYTÄNNÖISTÄ, KESKOSUUDESTA...

Sh Carita ja lh Anki

Jaetaan perustietoa osastosta, keskosen hoitopolusta ja yleisimmistä ongelmista. Selvitellään diagnoosi-lyhenteitä ja esim. lääkärin kierroilla käytettävää sanastoa, kotiutusta, jne.

2. VAUVA VASTASYNTYNEIDEN TEHO-OSASTOLLA - MISSÄ VANHEMMAT / VANHEMMUUS?

Mth Tuula ja sh Päivi

Kun kaikki ei mennytkään niin kuin piti, pohditaan miten siitä huolimatta voi olla äiti/isä. "Tarvitseeko vauva minua, voinko minä auttaa häntä, miten tästä selvitään?" Ja entä, kun ollaan kotona?

3. MITÄ TEHDÄÄN, MIKSI TEHDÄÄN; MITEN VOIN HELPOTTAA LAPSENI OLOA SAIRAALAHOIDON AIKANA

Sh Johanna ja lh Anki

Kerrotaan sikiökehityksen vaiheista, puhutaan hyvää fyysistä ja psyykkistä kehitystä tukevasta hoidosta, hoitoympäristöstä, vanhempien osallistumisesta vauvan hoitoon, kivun hoidosta, kenguruhoitosta jne.

4. MISTÄ SAAN TUKEA, MITEN YHTEISKUNTA TUKEE VAUVAPERHETTÄ

Stt Essi ja sh Carita

Puhutaan yhteiskunnan tarjoamista tukimuodoista vauvaperheille ja niiden hakemisesta sekä erilaisten järjestöjen tarjoamasta tuesta.

5. TURVALLINEN VAUVAMYÖNTEINEN IMETYS

Lh Anki ja sh Johanna

Kerrotaan maidontuotannon ylläpidosta ja imetyksen aloittamisesta keskosen ja sairaan vastasyntyneen näkökulmasta.

6. ITKUISEN VAUVAN HOITO JA VAUVAHIERONTA (2 h)

Sh Carita ja sh Päivi

Käydään läpi vauvan unta, normaalia ja epänormaalia itkua ja haetaan keinoja itkuisuuden vähentämiseksi. Puhutaan vauvahieronnasta ja opetetaan hieronnan lyhytohjelma ja kolikki-hieronta.

7. KOTONA OLLAAN; VINKKEJÄ ARJESTA SELVIÄMISEEN

Sh Johanna ja sh Päivi

Käydään läpi perusasioita, jotka tulevat eteen vauvan kotiuduttua: ruokinta, rokotukset, ulkoilu, nukkuminen, ihonhoito, tavallisimmat lasten sairaudet, ummetus, pulauttelu jne.

8. KESKOSVAUVA JA PUHETERAPEUTTI; SYÖMISTAITOJA JA PUHEEN ENSIVAIHEITA

Pt Ulla ja sh Johanna

Puhutaan suun- ja nielun alueen kehityksestä, suun motoriikan kehittyminen pohjustaa puheen kehittymistä.

9. LAPSEN KÄSITTELY JA LIIKUNNAN TUKEMINEN

Ft Katriina ja sh Päivi

Puhutaan lapsen, etenkin keskosen, motorisen kehityksen tukemisesta kotinäkökulmasta, käydään läpi suositeltavia ja ei-suositeltavia vauvatarvikkeita.

"Kaikki aiheet olivat mielenkiintoisia, mutta parasta antia olivat vanhempien esittämät kysymykset aiheesta ja aiheen vierestä: huomasin että muilla on samoja ongelmia ja sai hyviä vinkkejä niiden ratkaisemiseksi."

"On varmasti erittäin tarpeellista järjestää tällaisia tilaisuuksia. Aina on joku, jolle asia on tosi tärkeä, ajankohtainen. Ja yhdenkin auttaminen on jo kova juttu, kun alun kokemukset ovat olleet hurjia!"

"On todella hienoa, että keskosten vanhemmille on järjestetty tällainen vanhempainryhmä tueksi ja turvaksi. Tuli tunne ettemme ole yksin uuden asian edessä. Kiitos siitä!"

"On hyvä, että vanhemmat voivat myös ottaa osaa keskusteluun ja kysellä mieltä askarruttavia asioita"

"Mikäli useammat vanhemmat olisivat kiinnostuneita tällaisesta toiminnasta, voisi vanhempainryhmästä muodostua hyvä foorumi vanhemmille verkostoitua." (3)

(HUOM! Alkuperäisen esitteen kuva eroaa Kevyt-yhdistyksen internetsivuilla olevasta.)



1. Korhonen, A. 2003. Vauvaperheily keskosten äitien tukena. Tuon sisällölliset piirteet, kustannukset ja vaikutukset keskosten ensimmäisen elinvuoden hoitokustannuksiin. Oulun yliopisto. Väitöskirja. Oulu: Oulu University Press. Saatavilla www - muodossa: <http://hercules.oulu.fi/ISBN0514271912/>

2. Sosiaal- ja terveysministeriö 2005. Lastenneuvola lapsiperheiden tukena. Opa työntekijöille. Oppaita 2004-14. Saatavilla www-muodossa: <http://www.stm.fi>

3. Keliokangas, A., Nieminen, J., Tuomikoski-Koiranen, P., Oksanen-Sainio, M. Keskojen vanhempainryhmän raportti 2007. Turun yliopistolinen keskusairaus, lastenkliniikka, vastasyntyneiden teho-osasto.