



SEMINAARITYÖ

1.8.2024

Laura Palonen

Feeling Me

**ÄIDIN RASKAUSAJAN TUNNEKUORMIEN VAIKUTUS
VAUVAAN**



Sisällysluettelo

Johdanto.....	3
1 Tunteet	4
1.1 Mikä on tunne ja tunteet?	4
1.2 Synty aivoissa	4
2 Raskaus ja mielenterveys	5
2.1 Raskauden aikaiset psyykkiset oireilut	5
2.2 Äidin tunnetilan vaikutus sikiöön ja vauvaan	5
3 Hoitotyö	8
3.1 Äiti ja vauva 1	8
3.2 Äiti ja vauva 2	10
3.3 Äiti ja vauva 3	13
3.4 Äiti ja vauva 4	16
4 Hoitotulosten esittely/yhteenveto, johtopäätökset ja pohdinta	19
5 Oma hoitajuuden pohdinta	21
6 Lähteet	22

LIITTEET

Johdanto

Olen tunnevyöhyketerapeutti Laura Palonen Raisiosta. Kiinnostuin aiheesta Äidin raskausajan tunnekuormien vaikutuksista vauvaan oman hoitotyöni kautta. Koen, että minulla on syvempi näkemys vauvojen oireiluun tunnevyöhyketerapian kautta.

Hoitotyössäni näen, millainen vaikutus äidin raskausajan tunnekuormilla on sikiöön ja raskauteen sekä miten tunnekuormat näkyvät synnytyksen jälkeen vauvassa varsinkin ensimmäisinä kuukausina.

Lisäksi olen oman työni kautta havainnut, että äidin tunnetyöskentely on todella tärkeää vauvan oireiden helpottamisessa. Seminaarityön äidit ovat päässeet myös hoitooni. Yksi äiti kävi erikseen tunnevyöhyketerapiassa ja loput kolme kävivät vauvan kanssa äiti-vauva-hoidossa, jossa hoidin vauvaa Baby Balance®-hoitotekniikalla ja äitejä koko kehon vyöhyketerapian avulla. Koko kehon vyöhyketerapiaan kuuluu niskan, hartioiden, pään ja korvien käsittely sekä käsien ja jalkojen hoito. Hoidoissa kysyin aina äidin tuntemuksista ja 90 min aikana tuli juteltua asioista laajemminkin. Kukin äiti-vauva -pari kävivät yhteensä kolme kertaa hoidossa 1-2 viikon välein.

Paljon löytyi tietoa äidin stressin vaikutuksesta sikiöön, mutta hyvin vähän tietoa erilaisten tunnekuormien vaikutuksesta sikiöön. Lisäksi paljon puhutaan laajalti psyykkisten oireiden kuten masennuksen vaikutuksesta sikiöön, mutta miten erilaisten tunnetilojen vaikutus näkyy sikiössä ja myöhemmin vauvassa, kuten pelko lapsen menettämisestä, raskausaikana läheisen kuolemasta koituva suru?

Teoriaosuudessa hain tietoa tunteista, miten tunteet vaikuttavat meissä ylipäätään ja raskausaikana. Monet kollegat, asiakkaat ja tutut ilmaisivat aiheen mielenkiintoisuudesta ja tärkeydestä. Aihe koskettaa monia, ja toivon tuovani jotain ymmärrystä ja käsitystä ihmisille, miten tunnekuormat vaikuttavat äidin raskausaikana sikiöön vai vaikuttavatko ollenkaan ja voidaanko mahdollisia oireita hoitaa. Pyrkimyksenä on osoittaa kuinka äidin raskauden aikaiset tunnekuormat näkyvät vauvassa, tuoda äidille ymmärrystä siitä, että mm. vauvan asento kohdussa vaikuttaa vauvan kehon kireyksiin ja oireiluihin, mutta myös raskausajan tunnekuormilla on oma vaikutuksensa. Hoitamalla vauvaa sekä äitiä ja äidin tunteiden käsittelyllä voisimme saada koko perhe voimaan paremmin.

1 Tunteet

1.1 Mikä on tunne ja tunteet?

Tunteet tuntuvat kehossa ja mielessä. Tunteet ovat läsnä kaikessa tekemisessä ja ihmisten välisessä toiminnassa. Usein tunteet saavat aikaan toimintaa. Tunteet auttavat mahdollisesti välttämään haitallisten asioiden tekemistä. Tunteiden tunnistaminen ei ole aina helppoa. Tunteiden nimeäminen helpottaa niiden havainnointia ja tunnistamista. Tunteet herättävät ajatuksia, mutta ne eivät välttämättä johda toimintaan. Tekoja voi valita, mutta tunteita ja ajatuksia ei voi itse valita. Perustunteisiin, joiksi kutsutaan kaikkialla maailmassa tunnistettuja tunteita, kuuluvat ilo, viha, suru, hämmästyks, pelko ja inho. Perustunteet sisältävät monia erilaisia tunnetiloja, ja ne ovat voimakkuudeltaan erilaisia. Esimerkiksi viha voi vaihdella pienestä ärsyyntymisestä raivoon. (Mielenterveystalo.fi. Mitä tunteet ovat? <https://www.mielenterveystalo.fi/fi/ahdistus/mita-tunteet-ovat>. Luettu 16.3.2024)

1.2 Synty aivoissa

Tunteet syntyvät aivojen eri osien muodostamien verkostojen yhteistoimintana. Aivoissa aktivoituvat eri alueet hieman eri tavalla eri tunteiden kohdalla. Eri aivoalueiden aktiivisuutta tutkimalla voidaankin melko luotettavasti päätellä, missä perustunnetilassa henkilö kulloinkin on. (Wikipedia 2023. Tunne

https://fi.wikipedia.org/wiki/Tunne#Synty_aivoissa. Luettu 16.3.2024)

Aivoissa tunteista vastaa kutakuinkin limbisen järjestelmän, jota kutsutaan toisinaan myös tunneaivoiksi. Tunteet vaikuttavat merkittävästi aivojen toiminnalliseen järjestymiseen ja kehittymiseen, kun taas tunneaivojen rakenteet ohjaavat merkittävästi mielialan ja tunteiden säätelyä. (Toiminta Akatemia 2023. Tunne aivosi – ja aivoissa asustavat aivoeläimet <https://toimintaakatemia.fi/tunne-aivost-ja-aivoelaimet/#:~:text=Aivoissa%20tunteista%20vastaa%20pitk%C3%A4lti%20limbinen%20j%C3%A4rjestelm%C3%A4%2C%20jota%20kutsutaan,taas%20vaikuttavat%20merkitt%C>

[3%A4v%C3%A4sti%20aivojen%20toiminnalliseen%20j%C3%A4rjestymiseen%20ja%20kehittymiseen](#). Luettu 16.3.2024)

2 Raskaus ja mielenterveys

2.1 Raskauden aikaiset psyykkiset oireilut

Joidenkin tutkimusten mukaan aiemmin diagnostisoimaton masennustila todetaan jopa 8 %:lla odottajista. (Tiitinen Aila, naistentautien ja synnytysten erikoislääkäri 2024.

Raskausajan ja synnytyksen jälkeinen mielenterveys. [Raskausajan ja synnytyksen jälkeinen mielenterveys - Terveyskirjasto](#). Luettu 14.7.2024)

Oletettavasti on aliarvioitu, että eri maiden tutkimuksien perusteella 10 % odottajista on ollut masentunut. Käsityksenä on, että raskaus suojaa naista masennukselta, ja todennäköisesti se on johtanut alidiagnosointiin. Lisäksi masennuksen oireet muistuttavat raskauteen liittyviä vaivoja, kuten unihäiriöt, ruokahalun muutokset, ärtyneisyys, mielialan muutokset ja voimattomuuden tunne.

Masennukseen voi johtaa monet tekijät, kuten naisen kokema stressi, se että hän tuntee ongelmansa ylivoimaiseksi, että hän elää köyhyydessä tai hän on menettänyt lapsen ollessaan aiemmin raskaana. Riskitekijöitä ovat myös puolison tuen puute ja kielteinen asenne raskautta kohtaan. (Brodén 2006:108–109)

2.2 Äidin tunnetilan vaikutus sikiöön ja vauvaan

Raskaana olevan naisen mielenavireellä voi olla jopa pitkäaikainen vaikutus lapsen psykologiseen kehitykseen. Sjöström (2002) on kirjoittanut tilanteita ja tapoja, joilla äidin tunnetila voi vaikuttaa raskauteen ja hänen odottamaansa lapseen:

Äidin tunteet voivat vaikuttaa sikiöön hormonaalisten tai hermoston välittäjäaineiden kautta. Nämä aiheuttavat muutoksia äidin verenkiertoon tai immuunijärjestelmään. Lisäksi

äidin stressi tai masennus voi vaikuttaa kielteisesti lapsen aivoihin tai aiheuttaa hänelle käyttäytymishäiriöitä.

Äidin tunteet voivat saada aikaan raskauskomplikaatioita ja täten vaikuttaa epäsuorasti sikiöön. Raskausmyrkytyksen ja ennenaikaisen synnytyksen riski kasvaa stressin alentaessa immuunipuolustusta. Lisäksi ahdistus voi johtaa synnytysvaikeuksiin.

Mm. puutteellinen palaute ultraäänitutkimuksessa, virheelliset kielteiset sikiötutkimusten tulokset tai tieto selvistä poikkeamista lapsen painonkehityksessä voivat aiheuttaa kielteisiä tunteita äidissä ja siten saada aikaan epäedullisia vaikutuksia lapseen ja raskauden kulkuun.

Äidin kielteiset tunteet voivat johtaa häiriintyneeseen käsitykseen lapsesta ja vaikuttaa siten äidin kiinnittymiseen lapseen. (Brodén 2006:111)

Tutkimukset osoittavat, että masennuksella ennen synnytystä voi olla jopa suurempi epäedullinen vaikutus lapseen ajan mittaan kuin synnytyksen jälkeisellä masennuksella. Masennus ennen synnytystä vaikuttaa suoraan ja epäsuorasti haitallisesti lapseen. On huomattu, että ennen synnytystä masentuneiden äitien vauvat ovat usein ärtyisiä, vetäytyviä ja vaikeasti lohdutettavissa (Zuckerman ym. 1990). Lisääntyneitä univaikeuksia on todettu ennen synnytystä masentuneiden äitien vauvoilla ja isoillakin lapsilla (Armstrong ym. 1998). (Brodén 2006:112)

Tunteet, joita välitetään raskauden aikana, saattavat vaikuttaa vauvaan, esimerkiksi uupuneilla äideillä on uupuneita lapsia. Tällä periaatteella sikiön kehitys voi kärsiä, jos äidillä on korkea hermojännite.

Erilaiset tutkimukset ovat osoittaneet, että ylikuormitetut äidit synnyttävät ennen laskettua aikaa. Tutkimukset korostavat, että rentoutumisharjoitukset voivat tasapainottaa jännittyneiden raskaana olevien naisten verenpainetta, mikä luo terveemmät olosuhteet kohtuun. (Castro Arbeláez María Alejandra 2018. Äitiyden ihme. Äidin tunteet välittyvät vauvalle. <https://aitiydenihme.fi/raskaus/aidin-tunteet-valittyvat-vauvalle/>. Luettu 16.3.2024)

Erityisen haavoittuva kausi lapsella on toinen kolmannes, koska silloin keskushermosto on herkimmissä kypsyemisvaiheessa. Äidin järkyttyessä sikiön napaverenkierto supistuu ja sikiön aivot jäävät happivajaukseen. Jos äiti oli masentunut raskausaikana, lapset olivat arempia ja itkuisempia. Näistä asioista tiedetään ällistytävän vähän, ja äitejä ei saisi pelotella näillä asioilla. Pikemminkin äitejä kuuluisi patistaa vähentämään vauhtia ja

huolehtimaan itsestään silloin kun on vastuussa sisällään kasvavasta toisesta. (Väisänen 2001:38–39)

On siis tärkeää huomioida raskaudenaikaiset masennusoireet äitiyshuollossa. On tärkeää kysyä naiselta, miten hän kokee tilanteensa. Jos löydetään riskitekijöitä, on ryhdyttävä toimenpiteisiin. (Brodén 2006:113)

3 Hoitotyö

Hoidin yhteensä 4 äiti ja vauva -paria. Tein kaikille pareille 3 hoitoa. Yhtä äitiä (nro 1) hoidin tunnevyöhyketerapialla, koska hän oli aloittanut tunnevyöhyketerapian juuri, kun olin aloittamassa lopputyötäni ja hän ilmaisi halukkuuden tulla työhön mukaan. Hoidin hänen vauvaansa kolme kertaa Baby Balance® -hoitotekniikalla. Kolme muuta äitiä hoidin vyöhyketerapialla, toki hoitojen aikana keskusteltiin jonkun verran, mutta keskityttiin tasapainottamaan ja rentouttamaan äidin kehoa. Heidän vauvojansa hoidin myös kolme kertaa Baby Balance® -hoitotekniikalla.

Käytin kaikissa hoitosuhteissa Baby Balance® -esitietolomaketta (liite 1), sekä omaa kyselyä raskausajasta, synnytyksestä sekä vauvan oireista (liite 2). Äidit saivat täyttää myös tietojen käyttöön liittyvän suostumuslomakkeen (liite 3).

3.1 Äiti ja vauva 1

Äiti ja vauva nro 1 olivat minulle tuttuja entuudestaan. Vauva oli käynyt minulla hoidossa ensimmäisen kerran kuukauden ikäisenä, vauvan isosisko oli käynyt minulla kaksi kertaa sekä äiti oli juuri aloittanut tunnevyöhyketerapian. Aloitimme lopputyöhön liittyvät hoidot vauvan ollessa 7 kuukautta.

Raskaus oli perheelle mieluisa yllätys. Äiti kärsi raskausaikana närästyksestä, niska-hartiakivuista, alussa väsymyksestä sekä lopussa raudanpuutteesta ja suuresta surusta. Suuren surun aiheutti oman äidin menehtyminen raskauden viimeisillä kuukausilla. Äidin mieliala vaihteli odotuksen ilosta menetyksestä johtuvaan suureen suruun. Äiti huolehti kuolemaan ja hautajaisiin liittyvistä asioista. Asioiden hoitaminen kaukaa kotoa oli stressaavaa ja väsyttävää. Äiti itki ja suri sen mitä ehti, mutta suurimman osan surusta siirsi sivuun ja hoiti kuolemaan liittyviä järjestelyjä sekä synnytti vauvan. Vauvan ollessa yli puolivuotias, äidistä tuntui, että oman äidin kuoleman käsittely olisi ajankohtaista ja tuntui sopivalta. Äiti näki unia äitinsä hautajaisista ja niistä tuli hyvä mieli. Ei ole aikaisemmin pystynyt juurikaan ajattelemaan niitä hetkiä. Äitiä kohtasi voimattomuus ja vihan tunne.

Äidin keho otti hyvin vastaan hoitoa ja äiti kykeni tunnepuheeseen. Äiti tunsu möykyn sisällään ja oli valmis käymään läpi äitinsä kuolemaa ja siihen liittyviä tunteita. Tilanne kotona oli tasaantunut ja aika omien tunteiden käsittelemiseen tuntui otolliselta.

Hoitojen jatkuessa äiti pystyi purkamaan arjessakin tunteitaan. Äidin tunteiden käsittely vaikutti koko perheeseen, jokainen käsitteli tärkeän ihmisen menetystä omalla tavallaan. Lapset reagoivat äidin tunteiden käsittelyyn kehollisesti. Vanhemmalla lapsella oli silmätulehdus vasemmassa silmässä (äidin puoli, tunnevyöhyketerapia: vasemmalla puolella kehossa on feminiinisyys meissä sekä naispuoliset ihmiset elämässämme) ja hän aktivoitui muistelemaan äidin äitiä. Vauvalla oli sen sijaan korvatulehdus.

Vauvalla oli oireina refluksi ja toispuoleisuus. 7-kuisena vauvan tullessa hoitoon, hän osasi ryömiä ja yritti kontata ja karhukävellä. Yöt olivat katkonaisia, vauva rauhoittui tissillä. Vauva ei viihtynyt turvakaukalossa. Vauva vierasti ja oli kiinni äidissä. Hän koki turvaa äidin sylissä, myöhemmin myös isän ja isosiskon sylissä.

Vauvalla oli ylävartalo jumina, oikea käsi aktiivinen, kaulaan ja kasvoihin koskeminen aiheutti itkua. Suuhun sain sormeni vauvan johdattamana. Vasen puoli suusta oli tiukka, kaulalla punaisuutta ja veti leukaa rintaa kohden. Vasemmalle puolelle kiertäessä oli tiukkuutta, oikealle kiersi hyvin. Vasenta kättä hierottaessa sydänrataan olkapäähän, kyynärpäähän ja ranteeseen tuli punaiset laikut.

Toiselle hoitokerralle tultaessa äiti kertoi, että oli ollut joitain hyviäkin öitä takana, mutta aamuöisin vauva touhuu. Uusimpana taitona vauva oli oppinut nousemaan tukea vasten. Hoito aloitettiin äidin sylissä, ja se sujui todella hyvin. Vasen lapa oli edelleen jumissa, vaikka käsi liikkui jo paremmin. Kireys lähti alemmasta selästä, rangon vierestä. Ristikäisketju kaipasi avausta, vauva lähti karkuun, kun koskin leuan alueeseen ja kaulaan. Sain avattua niskaa ja niska-leuka -läpote tuntui avaavan niskan aluetta hyvin. Vauvalla oli tiukka otsan alue. Sain hoidettua jalat eikä varpaan tyvet eivät olleet enää niin poimuttuneet kuin edellisellä kerralla. Vauvan hoitokerralla juttelimme äidin kanssa reissuista oman äidin kanssa. Äiti oli hyvän tuulinen ja oli muistoissa ajautunut hyviin hetkiin oman äidin kanssa.

Kolmannelle hoitokerralle tultaessa vauva oli ollut flunssassa ja oksentanut räkää ja limaa. Hänellä oli korvatulehdus (vasen korva) ja söi antibioottikuurin tulehdukseen. Sairastelun lomassa yöt olivat katkonaisia. Vauvalla oli ollut eroahdistusta, mutta isä nykyään kelpaa hyvin. Kiinteiden syöminen on edelleen haastavaa. Tällä hoitokerralla ei ollut vierasitkua,

iho oli pehmeä eikä poimuja ollut juurikaan. Lantiota hoidattaessa tuli huuto. Vauva ei tykännyt suun hoidosta, varsinkaan kitalaen kosketuksesta. Posket olivat tiukat. Vauva oli iloinen.

Laura Korhonen kertoo FinnBrain- hankkeen tutkimuksessa, että äidin raskaudenaikainen stressi on yhteydessä lapsen lisääntyneeseen riskiin sairastaa toistuvia ylähengitystieinfektioita. Tutkimuksessa osoitettiin, että äideillä oli jo raskausaikana verrokkeja enemmän ahdistus- ja masennusoireita sekä parisuhteessa tyytymättömyyttä, eli raskaudenaikainen stressi ennusti lapsen sairastelua. Korhonen sanoo, että tiedämme kuitenkin, että kaikki äidin kokema stressi raskausaikana ei ole lapsen kehitykselle ja terveydelle haitallista. (Korhonen Laura, tohtorikoulutettava 2019. Äidin raskaudenaikainen stressi on yhteydessä lapsen riskiin sairastaa toistuvia hengitystieinfektioita kahteen ikävuoteen asti <https://www.utu.fi/fi/ajankohtaista/mediatiedote/aidin-raskaudenaikainen-stressi-on-yhteydessa-lapsen-riskiin-sairastaa>. Luettu 1.8.2024)

Yhteenvetona tästä äiti-vauva -parista sanoisin, että äidin suru ja pelko raskausaikana vaikutti vauvaan niin, että vauva halusi pitää äidin lähellä, ettei äidille ei käy mitään. Äidin kokema hylkäys (oman äidin kuolema) raskausaikana tuntui vaikuttavan vauvaan hylkäämisen pelkona. Rintakehän ja varsinkin vasemman (äidin puoli, tunnevyöhyketerapia) lavan jumit niskan lisäksi johtivat osakseen refluksiin. Sekä äidin että vauvan hoitojen edetessä vauva uskalsi päästää äidistä ajoittain irti, sekä oireilu ja jumit hellittivät. Sairastelut, korvatulehdus (vasen korva, äidin puoli) ovat yhteydessä koko perheen surun purkamiseen ja irti päästämiseen. Suru oli tullut näkyväksi ja kohdattavaksi. Vauvalla oli vielä suun alueella kireyksiä, jotka vaikuttivat mm. kiinteiden syömiseen. Uskon, että perheen tunteiden käsittelyn myötä vauvan oireetkin helpottavat BabyBalance® -hoitojen lisäksi.

3.2 Äiti ja vauva 2

Toisena äiti ja vauva -parina minulle ilmoittautui tuttu asiakas. Äiti kävi minulla juuri ennen toista raskautta, raskaana sekä kun hänelle ilmoitettiin, että raskaus on mennyt kesken. Heillä oli entuudestaan 10-vuotias tyttö. Loppujen lopuksi tämä toinen raskaus ei ollut mennytäkään kesken, mikä toi suurta tunnemyllerrystä raskauteen. Äiti kuvailee, että tunteet olivat raskaana hyvin moninaisia, suurimpana niistä oli menettämisen pelko.

Saisivatko he varmasti elävän vauvan syliinsä. Vauvan synnyttyä pelko ei kaikonnut vaan oli hyvin vahvasti läsnä.

Raskaudesta vanhemmat olivat kuitenkin hyvin onnellisia. Tämä oli äidin toinen raskaus ja se sujui paremmin kuin ensimmäinen, sillä äiti ei kärsinyt hyperemeesistä kuten ensimmäisen raskauden kohdalla. Vauva syntyi lopulta sektiolla raskausviikolla 35, ja lapsivedet ehtivät mennä viikkoa ennen synnytystä. Äiti koki, että vauva oli ihana, tyytyväinen ja sopi heidän perheeseensä täydellisesti. Vauvaa tutkittiin keskossuuden takia alussa paljon ja se herätti huolta tulevasta.

Äidillä liittyi imetykseen negatiivisia oloja ja hän yritti työstää niitä. Maidon riittämisen suhteen ei ollut haasteita vaan enemmän itse imetykseen ja siihen miltä se tuntui. Huonot kokemukset esikoisen imetyksen ajoilta vaikuttivat myös tämän toisen lapsen kohdalla.

Vauva kävi hoidossani 2,5 viikon ikäisestä kahteen kuukauteen kolme kertaa.

Seminaarityöhön he osallistuivat, kun vauva oli 6,5 kuukautta. He olivat lopettaneet imetyksen vauvan ollessa 4-kuinen. Vauva katsoi vahvemmin vasemmalle puolelle ja hänellä oli ummetusta. Vauvalla oli tasaisuutta kallossa takana oikealla, hänen vasen lapansa oli tukkoinen, sisäreisissä oli poimut ja niskarusetti oli punainen. Vauva ryömi ja kääntyi selältä vatsalle ja hoidon aikana ensimmäistä kertaa vatsalta selinmakuulle. Vauvalla oli jakausta vasemmalla ja karstaa jakauksessa, hänellä oli vahva y-pylly. Jalat menivät enimmäkseen sammakkoasentoon, eli polvet avautuivat koukussa sivuille. Jalat eivät menneet helposti vatsan alle. Vauvalla oli pakarat ja lonkan alue jumissa ja navassa tummuutta. Vasen käsi liikkui vähemmän, vasen puoli suun sisältä ja ulkoa tiukka, varsinkin suun pohja ja poski. Ranteissa oli poimut.

Toisella hoitokerralla äiti kertoi, että pala hänen kurkustaan katosi ja ahdistus helpottui.

Vauvan pää on kääntynyt molempiin suuntiin, hän on oppinut nousemaan tukea vasten. Kakka tulee pipanoin, vauva saa maitohappobakteeria korvikkeen lisäksi. Vauva oli hoidon alussa itkuinen ja hakeutui äidin syliin. Hän lopulta antoi koskea käsiin ja hoidin jalat, kun hän oli äidin sylissä. Lattialla sain hoitaa myös selän, lavat ja lantion. Vasemmassa sisäreidessä oli vielä poimut, syvä etulinja tuntui tiukalta. Sulattelin häpyluun ja solisluun alueelta yhdessä. Vasen ranne poimukas, karstaa oli edelleen vasemman puolen jakauksessa.

Kolmannella kerralla äiti kertoo, että karstaa oli tullut runsaammin viimeisen viikon aikana. Vauvan jalat tulivat mukavasti vatsan alle, mutta hän ei varaa käsilleen vielä painoa. Pepun y-malli oli keventynyt (KUVA1, KUVA 2). Vauva istuu hyvin ja tukevasti. Kakka ei ole enää ummella. Vauva rauhoittuu äidin ja nyt myös lisäksi isän syliin.

Vauva pyöristää alaselkäänsä ja näin työstää itse alaselän ja lantion aluetta. Vauva ei tällä kertaa vierastanut. Oli hoidon aikana lähellä äitiä, mutta lopulta oli myös minun sylissäni. Sain vihdoinkin hänen luottamuksensa! Hartia, niska ja kallonpohja olivat edelleen jumissa. Alkuun ei antanut näihin koskea, mutta lopulta sain hoidettua nämä. Äiti sanoi, ettei vauva näytä kaulaa koskaan, hoidon aikana saatiin kuitenkin kaulan alue hoidettua suun lisäksi.

Yhteenveto äiti ja vauva -parista nro 2 on se, että vauvan kehosta huokui äidin raskauden aikaiset pelot, huoli ja ahdistus. Ne näkyivät vauvan keholla vasemmalla puolella (äidin puoli, tunnevyöhyketerapia). Oli ilahduttavaa kuulla, että hoitojen edetessä isän sylistä tuli myös turvapaikka äidin sylin lisäksi. Äidin pelko ja huoli näkyi vauvalla myös lantiossa, joka hoito toisensa jälkeen avautui ja y-pyllyisyys pehmeni. Äiti koki, että vauva oli hoitojen jälkeen rentoutunut ja pehmeä. Vauva ei helposti luottanut, ajan kanssa saimme rakennettua luottamuksen välillemme.



Kuva 1. Vauva 2 toinen hoito.

Kuva 2. Vauva 2 kolmas hoito.

3.3 Äiti ja vauva 3

Kolmas äiti otti yhteyttä sähköpostitse ja hän halusi vauvan kanssa mukaan seminaarityöhöni. Äidin raskautuminen tapahtui useampien hedelmöityshoitojen jälkeen. Alkuraskaus sujui ongelmitta, tosin hoitojen myötä tullut epävarmuus jäysi matkassa melko pitkään mukana. Raskauden keskivaiheilla ja loppuraskaudesta äiti kärsi kovista alaselän kivuista, joiden vuoksi hän kävi säännöllisesti akupunktiossa, jotta pysyi toimintakykyisenä.

Synnytys oli vaikea koettelemus. Latenssivaiheen supistelut alkoivat n. 6 päivää ennen itse synnytystä. Synnytys ei edennyt ja kalvot piti puhkaista useampana päivänä, mutta synnytyssalien ollessa täynnä päädyttiin tätä siirtämään useampaan otteeseen. Äidin henkinen ja fyysinen jaksaminen alkoi olla jo melko finaalissa, supistelujen jatkuessa ensimmäisistä päivistä jatkuvasti melko tarkasti 5–10 min välein, voimistuen ja tihentyen aina iltaa/yötä vasten. Kalvot päädyttiin vihdoin puhkaisemaan, kun he olivat neljättä päivää sairaalassa.

Vauva syntyi vasta seuraavan päivän puolella. Synnytyksen yhteydessä vauvan pää jäi n. 20 minuutiksi jumiin ja pää saatiin ulos vasta kättilön avittaessa painamalla leuoista. Ilmeisesti tämän jumiutumisen seurauksena vauvalla todettiin syntymän jälkeen vasemmassa kädessä Erbin Pareesi (olkahermopunosvaurio). Synnytyksen jälkeen istukka ei irronnut itsestään ja se leikattiin. Synnytyksen ja leikkauksen jälkeen äiti menetti 3 litraa verta ja tästä syystä äidille tiputettiin lisäverta.

Äidin olo oli synnytyksen jäljiltä todella voipunut. Hoitotoimenpiteiden yhteydessä vauva alkoi sinertämään. He olivat teholla päivän, jonka jälkeen he siirtyivät lasten ja nuorten osastolle tarkkailuun. Värimuutokselle ei löytynyt selitystä. Yhdessä lääkärien kanssa he päätyivät syyn olleen kättilön antaman sokeriliuoksen, joka tuli paineella lääkeruiskusta ja vauva veti sitä väärään kurkkuun, eikä saanut henkeä.

He pääsivät 10 sairaalassa vietetyn päivän jälkeen kotiin. Noin 2 viikon iässä vauvalla alkoi vatsavaivat ja vauva oli tyytymätön kaikissa asennoissa. Anna-Kaisa (valmistuva Baby balance® hoitaja) oli käynyt hoitamassa vauvaa kaksi kertaa, kun vauva oli 5–6 viikon ikäinen. Äidin mukaan käsiä ei pystytty hoitamaan, kun vauva huusi niin paljon.

Vauva oli hoitooni tullessa 9 viikon ikäinen. Vauvan vatsa oli ollut löysätkö ennen ensimmäistä hoitokertaa. Iltaa vasten alkaa itku, mutta Anna-Kaisan hoitojen jälkeen itku on vähentynyt. Äidin olo oli ok hoitoon tullessa, edelleen paineentunne alapäässä. Äiti kertoi olevansa väsynyt, kun vauva oli ollut pitkään itkuinen. Erbin pareesista johtuen vauvalla oli aikaisemmin kantasid vasemmassa kädessä ja lasta käytössä. Hoitoon tullessa tukia ei ollut ollut käytössä viikkoon. Alkuun ranne ja käsi olivat plastisia ja 3 kuukauden ikäisenä ultrataan hermoradat kädestä.

Vauvalla oli kädet poimuiset, leuka rinnassa, jalat muuttuivat punaiseksi sylissä eli lantio ja pakarat olivat jumissa ja veri ei kulkenut kunnolla. Itku tuli, kun hoidin vauvan peppua ja häntäluuta. Vauva kellahti helposti kyljelle vatsamakuulla oltaessa. Hoidin vauvan kädet ja jalat pystyssä ja kehon etu- ja takaosan. Vauvalla oli haikaranpurema niskassa. Ensimmäisellä kerralla vauva ei antanut juurikaan hoitaa äitiään ja äidin hoito jäi lyhyeksi. Vauva oli itkuinen ja tarvitsi äidin huomion. Sain hoidettua äidin jalat.

Äiti oli alkuun vaisu omista tuntemuksistaan, mutta kertoi, että raskausviikolla 9 hänelle tuli iso verenvuoto ja hän oli varma, että raskaus menisi kesken. Puolisolla ei ollut tarpeeksi siittiöitä, joten raskautuminen olisi spontaanisti epätodennäköistä ja näin he päätyivät hedelmöityshoitoihin. Kumpikaan ei puhu herkästi tunteistaan ja äiti on tyypiltään vahva ja pärjäävä.

Toisella kertaa koin tärkeäksi, että saan hoidettua äitiä, joten aloitin äidin hoitamisella. Vauvalla oli ollut ristiäiset viikko takaperin ja se tuotti hieman stressiä. Vauva sai flunssan ja ensimmäisen ja toisen hoidon väliin tuli 2 viikkoa. Vauvalla oli punainen viiva/taite rinnan alla. Vauvalla tuli itku lapoja avatessa. Lantiolla oli valkoinen viiva ja vauva ei tykännyt, kun hoidin lantiota. Sain hoidettua kädet ja jalat hyvin, myös kasvot suun ja pään. Niskaan mentäessä vauva itki. Vatsamakuu oli jo parempi. Oikea puoli oli inaktiivinen ja kylki rutussa. Neuvoisin äidille pulloruokinnan, kun isä oli jäämässä yhdeksi yöksi vauvan kanssa kahdestaan.

Kolmannella hoitokerralla sain hoidettua äidin ja äiti kertoi, että vauvan yö isän kanssa oli sujunut tosi hyvin. Vauva oli nukkunut koko yön ja päivälläkin hyviä pätkiä. Vauvan vatsa on toiminut paremmin ja itkuisuutta on paljon vähemmän.

Vaikka herätimme vauvan kesken unien, niin hän oli silti tyytyväinen. Jaksoi pitkän pätkän selinmakuulla, mitä hän ei ole aikaisemmin jaksanut. Jalat ja lantion sain hoidettua hyvin. Vasemmalta puolelta suoliluun yläpuolelta hoidettaessa vauva itkahti. Selkä tuntui vielä

tosi piukalta. Lavat ja kädet hoidin sylissä, kun hikka häiritsi. Varsinkin vasenta lapaa hoidettaessa tuli itku, vauva antoi kuitenkin hoitaa. Vauva antoi hienosti hoitaa niskan, mutta kasvoihin, suuhun tai leukaan ei ollut asiaa. Hieman sain näitä kuitenkin hoidettua, mutta sitten nälkä yllätti.

Yhteenvedoksi näkisin, että raskausyritykset, raskas odotusaika epävarmuuksineen näkyi vauvassa. Keskenmenoriski raskausviikolla 9 toi suuren huolen ja murheen odotukseen. Vanhemmat eivät uskaltaneet kertoa raskaudesta, ja epävarmuus ja pelko vaikuttivat varmasti vauvaan. Synnytys oli pitkä ja kivinen ja vauvan ensiviikot olivat rankat koko perheelle. Meidän hoitojen aikaan perhe pääsi vasta jonkun verran edes nauttimaan vauvahetkestä, kun huolet ja oireilu pikkuhiljaa poistuivat. Hoitojen myötä äiti ymmärsi vauvan oireiluja ja sai keinoja helpottaa niitä myös itse. Tämä rauhoitti tilannetta kotona ja varmasti toi oireisiinkin helpotusta.



Kuva 3. Vauva 3 ensimmäinen hoito.

Kuva 4. Vauva 3 toisen hoidon jälkeen.



Kuva 5. Vauva 3 ensimmäinen hoito.

Kuva 6. Vauva 3 toisen hoidon jälkeen.

3.4 Äiti ja vauva 4

Neljäs äiti ja vauva -pari tuli hoitoon vauvan ollessa vain 2vkoa. Äiti otti yhteyttä jo sairaalassa heti synnytyksen jälkeen. Äiti kärsi pitkään raskausaikana hyperemesisistä, jonka vuoksi hän oli lähinnä vuodepotilas useamman kuukauden ajan. Myöhemmin alkoivat kovat migreenioireet sekä kylkikivut. Äiti ei pystynyt raskausajasta nauttimaan juurikaan, koska oli niin huonossa kunnossa. Mieliala alkoi olemaan aika matala, kun ei pystynyt mihinkään. Äiti oli ensimmäiset raskauskuukaudet lähes syömättä, eikä muista niistä ajoista juuri mitään. Äidillä oli raskausaikana matalat verenpaineet ja hän kävi hieronnassa, osteopaatilla ja kiropraktikolla. Hän käytti raskausaikana propralia migreeniin ja jatkoi sitä synnytyksen jälkeen. Äiti pelkäsi, että kivut jatkuvat raskaudenkin jälkeen.

Äiti raskautui ensimmäisellä keinohedelmöitysyriityksellä. Äidiltä kerättiin munasoluja, jonka jälkeen tuli komplikaatioita ja se äityi hyperstimulaatioksi. Nestettä poistettiin vatsaontelosta yhteensä 4 litraa. Äiti aloitti hoidot 3 vuotta sitten yksin. Hän tapasi kumppanin juuri ennen hedelmöittymistä, mutta kumppani on ollut alusta asti hoidoissa mukana. Kumppanilla on entuudestaan kaksi lasta, ja hän adoptoi vauvan.

Äidille tehtiin suunniteltu sektio raskausviikolla 40. Vauva syntyi sektiolla, mutta syntymää piti auttaa imukupilla, koska vauva jäi jumiin myoomien vuoksi. Vauvan synnyttyä verensokeri tipahteli ja vauva sai lisämaitoa. Imetys sujui alusta asti mukavasti. Äiti sai parin viikon jälkeen synnytyksestä kohtutulehduksen ja söi siihen antibioottikuurin. Äidin omat kivut helpottivat synnytyksen jälkeen, josta äiti oli hyvin iloinen.

Vauva oli ensimmäiseen hoitoon tullessa 2 viikkoa ja 4 päivää. Hän katsoi vahvasti vasempaan ja varsinkin vasen käsi oli koukussa lähellä kehoa. Vasen lapa ja oikea puoli lantiosta kiristi. Vauva oli luultavasti kohdussa katse kiertyneenä vasempaan ja käsi lähellä kasvoja/suuta. Vauvalla oli kova imuntarve, imuprässi oli hyvä sekä kieli liikkui hyvin. Vauvalla oli tiukat posket, valkoisuutta kitalaessa ja nukkui välillä suu auki. Leuka asettui taakse ja vauva ei meinannut millään päästää hoitamaan kielen alle suun pohjaan. Mielestäni kielijänne oli kireä kielen takaosasta ja suulaki oli valkoinen.

Ensimmäisellä kerralla hoidin vain vauvaa, koska äidillä oli antibioottikuuri päällä. Vauva oli toisella hoitokerralla kuukauden ikäinen. Kakkaaminen on silti rauhoittunut ja tasoittunut. Vauva nukkui päivisin pätkäunia ja on kova venkoamaan. Tällä kertaa huomioin takaraivon olevan koholla ja pää ei tämän vuoksi pysynyt keskilinjassa. Hoidin kallon saumat ja suun huolellisesti. Kieli liikkui nyt hieman paremmin, vaikka kireyttä onkin jänteessä. Vauva taivutti voimakkaasti taaksepäin ja hakeutui selinmakuulta kyljelle. Hoidin kädet, leuan ja kaulan, niskan, jalat ja selän. Sain hoidettua myös äidin.

Kolmannella kerralla vauva oli yhden kuukauden ja viikon ikäinen. Vauva oli alkanut viime hoidon jälkeen puklaamaan ja kuolaamaan. Suoliston toiminta on tasapainottunut ja kakkaa ei ole joka vaipassa. Ilmaa on vatsassa jonkin verran, mutta se tulee ulos eikä jää vaivaamaan. Pää on hieman enemmän keskilinjassa verrattuna viime kertaan. Unirytmit ovat edelleen 40 minuutin pituisia ja vauva tarvitsee apuja jatkaakseen unta. Vauva haluaa olla enemmän iholla. Taakse taivutusta on ollut yhä. Hoidin äidin ensin hyvin ja äiti vaipui välillä uneen.

Vauva katsoi enemmän vasemmalle. Aloitin hoidon käsistä ja huomasin käsien olevan tiukasti nyrkissä lähellä kehoa. Vasen käsi oli tiukempi ja inaktiivisempi oikeaan nähden. Koskiessani rintakehää vauva säpsähti, mutta rauhoittui pian. Rintakehä muuttui herkästi punaiseksi, samoin yläselkä. Käsivarsissa oli poimuja ja vatsakalvo oli piukka. Syvä etulinja oli kireä. Kun hoidin jalkoja, vauva rauhoittui. Hoidin kallon, kasvot, niskan ja suun alueen. Suussa oli valkoisuutta ikenien takaosassa ylhäällä ja vauvalla oli tosi kova imun

tarve. Voisikohan kehon merkit viitata turvan hakuun. Vauva viihtyi hetken vatsallaan. Lantio oli tiukka ja reisiluun päihin muodostui kolot. Pysin sulattelemaan lantion aluetta. Hikka lopussa ärsytti, keho kuitenkin rentoutui ja vasen käsi lähti liikkumaan paremmin. Sain lopulta leveään hymyn. Kerroin äidille, että tämän hoitokerran jälkeen voi tulla runsaampaa pulauttelua, äidin raskausajan tunnekuormat ja haasteet vaikuttavat vauvaan ja että olisi hyvä, että he yhdessä purkaisivat raskausaikaa.

Raskaasta odotusajasta ja synnytyksestä oli kulunut hyvin pieni aika ennen kuin äiti ja vauva saapuivat hoitoon. Sekä äiti että minä huomasimme, että äiti ei ollut oikein sisäistänyt kaikkea tapahtunutta eikä äiti huomannut, että hoidot olisivat häneen hirveästi vaikuttaneet. Hän arveli, että vaikutuksia osaisi myöhemmin puntaroida. Mielestäni vauvan oireet sopisivat osittain johtuneen äidin haasteista odotusaikana. Mm. herkkyyys rintakehän ja yläselän alueella, käsien tiukkuus ja asento lähellä kehoa ja todella kova imun tarve. Toivon, että äiti ja vauva tulisivat vielä jatkossakin hoitoon.



Kuva 7. Vauva 4 ennen toista hoitoa.

Kuva 8. Vauva 4 kolmannen hoidon jälkeen.

4 Hoitotulosten esittely/yhteenveto, johtopäätökset ja pohdinta

Sain hoitaa neljää erilaista ja ihanaa äiti ja vauva -paria. Jokaisen äidin raskausaika oli raskas ja haastava nimenomaan tunnekuormien vuoksi. Ensimmäisen äidin oma äiti kuoli, kun hän oli viimeisellä kolmanneksella. Vasta kun vauva oli kuuden kuukauden ikäinen, äiti koki olevansa valmis purkamaan vyyhtiä tunnepuolella. Vauva oli hyvin kiinni äidissä, mutta hoitojen edetessä oppi luottamaan sekä minuun että tukeutumaan myös isään. Äidin suru näkyi vauvassa: hän ei halunnut päästää irti äidistään, ettei hän vain hylkää niin kuin äidin äiti teki kuollessaan äkillisesti. Äidin työstäessä surua ja muita tunteita, alkoi vauvakin hellittämään otettaan. Baby Balance® hoidot toivat luottoa ja turvaa ja antoivat mahdollisuuden hellittää kehon jumitiloja. Vauvan vasen puoli (äidin puoli) reagoi, hänellä oli refluksi (tunnekuorma kiristi ylävartaloa) ja vauva sairasteli.

Toisen äiti ja vauva -parin alkutaival oli haastava keskosuuden vuoksi puhumattakaan äidin tunnekuormista raskausaikana. Äidin raskausajan tunnepuolen haasteet näkyivät vauvan vasemmalla puolella kireyksinä. Vasen käsi oli inaktiivinen. Vauva oli kiinni äidissä ja oli varautunut, ikään kuin taisteluvalmiudessa, ettei vaan mitään pahaa kävisi. Äidin raskausajan pelot ja huoli sekä keskosuudesta johtuva suuri huoli ja epävarmuus varjosti raskautta ja vauva-aikaa. Vasta kolmannella hoitokerralla vauva oli valmis luottamaan ja päästämään irti. Hänen kireytensä sekä vatsavaivat helpottivat joka kerta, mutta hyvin pienen askelin. Kolmas kerta päättyi leveään hymyyn.

Kolmas äiti ja vauva -pari tulivat hoitoon vauvan ollessa kuukauden. Äidin raskas raskaus ja sitä edeltävät hoidot sekä haastava synnytys näkyi vauvan oireissa. Nämä kuormittivat molempia. Hoidot toivat varmuutta sekä äidille että vauvalle ja nähdäkseni paransi heidän yhteyttään.

Neljäs äiti ja vauva -pari tulivat hoitoon, kun vauva oli reilu kaksi viikkoa vanha. Tuntui, että äiti oli vielä sekaisin raskaasta raskausajasta ja toimintakyvyttömyydestä sekä synnytyksestä, jonka jälkeen hän sai vielä kohtutulehduksen. Vaikka äiti vaikutti rauhallisesta, aistin myös poissaolevuutta. Vauvassa äidin raskausajan haasteet näkyivät erinäköisinä kireyksinä, varsinkin rintakehä oli todella herkkä (tunteet jäivät tänne piiloon). Hoidot helpottivat oireita, mutta jotta ne pysyisivät poissa, vaatisi se äidin raskausajan tunnekuormien työstöä ja yhteyden vahvistamista vauvaan esimerkiksi antamieni hoito-ohjeiden käyttöönottoa.

Yhteenvetona voin todeta, että äidin raskausajan tunnekuormat ja haasteet näkyivät vauvoissa, eritoten rintakehä (tunnealue) sekä kokonaisuudessaan ylävartalo oli vauvoilla oireinen ja herkkä. Se tuotti ongelmia mm. ruuansulatuksessa. Vasen puoli oli jäykempi ja ikään kuin vauvat piti käden lähellä tuoden itselleen turvan tunteen. Vauvat tuntuivat muutenkin hakevat turvaa äidin sylistä ja ihokontaktista, ja meni oma aikansa, että luottivat muihin. Myös lantiolle oli kertynyt tukkoisuutta ja taakkaa. Baby Balance® hoidot sekä mahdollisuus käydä läpi eri tunnetiloja raskausajalta auttoivat ja helpottivat sekä vauvaa että äitiä eri oireissaan. Kun äidit huomasivat vauvan oireiden helpottuvan, he pystyivät itsekin hengähtää. Sama tapahtui myös toisin päin, äidin hoito kevensi äidin kehoa ja mieltä ja sitä kautta vaikutti vauvaan ja heidän yhteyteensä.

Voisiko olla niin, että edelleenkin ei uskota, että haastavilla tunteilla olisi vaikutusta ihmisiin saatika sisällä kasvavaan sikiöön. Pohdin myös sitä, että miten asiaa voisi tutkia. Onko siihen saatavilla rahoitusta, järjestöä, liittoa, jotka voisivat edesauttaa tutkimusten tekemiseen? Haastetta lisää se, että hoitomuotona vauvojen oireiluun on täydentävä, kuten Babybalance®, jossa yhdistyy mm. vyöhyketerapia ja jäsenkorjaus. En myöskään ymmärrä, miten tunteiden vaikutusta kehoon voidaan edes tutkia. Lukemani teos Jäljet kehossa, jonka on kirjoittanut Bessel Van Der Kolk vuonna 2014 kertoo erilaisista menetelmistä, joilla tutkitaan, kuinka eri tunnetilat näkyvät aivoissa. Tunteita kuvataan myös kehollisesti, kuten ”kurkkua kuristaa”, ”paine rinnassa”, ”jännittää niin, että jalat lähtevät alta”, ”häpeä punottaa ja kuumottaa kasvoilla” ja ”vatsassa lentää perhosia”. On varmasti myös haaste osoittaa, että vauvan oireet johtuvat äidin raskaudenaikaisista tunnekuormista ja usein onkin kyse useammasta eri syystä kuten millaisessa asennossa vauva on ollut vatsassa, miten vauva on saanut alkunsa, onko vauva odotettu ja haluttu, millainen on äidin fyysinen ja psyykkinen terveys.

Toivon, että jatkossa pyritään pitämään huolta odottavasta äidistä sikiön ja vauvan lisäksi. Äitiysneuvolassa voisi kiinnittää enemmän huomiota äidin henkiseen hyvinvointiin, jotta pystytään puuttumaan ongelmiin ajoissa. Äidin mielenterveyttä ja erilaisia tunnetiloja on hyvä tarkastella säännöllisesti, eikä jättää äidin hoitoa synnytyksen jälkeen. Ongelmat eivät näy pelkästään vauvassa synnytyksen jälkeen vaan äidin oireet todennäköisesti jatkuvat tai pahenevat ja vaikuttavat äidin ja vauvan kiintymyssuhteeseen.

5 Oma hoitajuuden pohdinta

Kävin ensimmäisen Baby Balance® -koulutuksen helmikuussa 2021. Ajatus oli lähtökohtaisesti edetä rauhassa ilman suorittamista. Halusin lisätä työkaluja vauvojen hoitoon. Vyöhyketerapeuttina olin saanut jonkun verran jo hoitaa vauvoja. Odotukseni täyttyi ja olen saanut tämän 3 ja puolen vuoden aikana paljon erilaisia näkökulmia vauvojen oireisiin ja juurisyihin sekä valtavasti työkaluja hoitaa vauvoja monipuolisesti. On ollut mahtavaa saada tutustua erilaisiin hoitomuotoihin ja tekniikoihin kuten faskiakäsittely ja jäsenkorjaus. Kouluttajien monipuolinen osaaminen on taannut sen, että koulutus on monipuolinen ja eri kulmista lähestyvä kokonaisuus. Koulutukset ovat myös tutustuttaneet minut muiden kouluttautujien kanssa sekä antanut ymmärrystä erilaisiin vauvojen hoitamisen lähestymistapoihin. Innostus vauvojen hoitoon on matkalla vain kasvanut.

Koen oman osani tunnevyöhyketerapeuttina todella tärkeäksi jo ennen raskautumista. On hyvä työstää omia tunnekuormia jo ennen mahdollista raskautta. Se antaa työkaluja käydä raskausaikanakin erilaisia tunnetiloja läpi ja tuo ymmärrystä omaan itseen. Raskausaikana on myös tärkeää hoitojen avulla tunnistaa oman kehon rajat ja mahdollisesti puhua mieltä askarruttavista asioista. Toivon, että vauvojen hoitamisen lisääntyessä äidit hoitaisivat myös itseään. Toki on jo todella upeaa, että vauvoja tuodaan herkästi hoitoon. Tätä kautta saadaan jo hoidettua äitiäkin, mahdollisesti koko perhettä. Välillä tulee voimaton olo, kun en pysty laajasti näihin asioihin vaikuttamaan. Koen, että olen kasvanut hoitajana ja ymmärrän, että kaikki eivät ole käsissäni. Annan hoitajana kaiken osaamisen ja tiedon perheelle, ja siirrän vastuun tämän jälkeen vanhemmille. Se riittää juuri siihen, mihin se riittää. Osaan myös ohajata perheen toisen avun piiriin, mikäli itse en pysty auttamaan.

Olen hoitohetkellä läsnä ja myötätuntoinen, mutta olen oppinut päästämään irti asiakkaiden tunteista. Toimin hyvinvointikeskus Extensiassa ja saan kollegalta Niina Kanervalta ammatillisista tukea. Baby Balance® facebook-ryhmä pitää tuntosarvet koholla ja saan usein uutta tietoa erilaisten asiakastapausten kautta.

En koe tällä hetkellä rasittuvani emotionaalisesti tai henkisesti asiakastapauksista. Hoidan itseäni säännöllisesti kehohoidoilla, kuuntelen kehoani ja liikutan ja huollan sitä. Huolimatta siitä, että olen äiti ja kannattelen työkseni muita, pystyn huomioimaan itseni. Olenhan elämäni tärkein ihminen.

6 Lähteet

Brodén Margareta 2006. Raskausajan mahdollisuudet. Gummerus Kirjapaino Oy, Helsinki.

Castro Arbeláez María Alejandra 2018. Äitiyden ihme. Äidin tunteet välittyvät vauvalle.

<https://aitiydenihme.fi/raskaus/aidin-tunteet-valittyvat-vauvalle/>. Luettu 16.3.2024.

Korhonen Laura, tohtorikoulutettava 2019. Äidin raskaudenaikainen stressi on yhteydessä lapsen riskiin sairastaa toistuvia hengitystieinfektioita kahteen ikävuoteen asti

<https://www.utu.fi/fi/ajankohtaista/mediatiedote/aidin-raskaudenaikainen-stressi-on-yhteydessa-lapsen-riskiin-sairastaa>. Luettu 1.8.2024.

Mielenterveystalo.fi. Mitä tunteet ovat? <https://www.mielenterveystalo.fi/fi/ahdistus/mita-tunteet-ovat>. Luettu 16.3.2024.

Tiitinen Aila, naistentautien ja synnytysten erikoislääkäri 2024. Raskausajan ja synnytyksen jälkeinen mielenterveys. [Raskausajan ja synnytyksen jälkeinen mielenterveys - Terveyskirjasto](#). Luettu 14.7.2024.

Toiminta Akatemia 2023. Tunne aivosi – ja aivoissa asustavat aivoeläimet

<https://toimintaakatemia.fi/tunne-aivost-ja-aivoelaimet/#:~:text=Aivoissa%20tunteista%20vastaa%20pitk%C3%A4lti%20limbinen%20j%C3%A4rjestelm%C3%A4%2C%20jota%20kutsutaan,taas%20vaikuttavat%20merkitt%C3%A4v%C3%A4sti%20aivojen%20toiminnalliseen%20j%C3%A4rjestymiseen%20ja%20kehittymiseen>. Luettu 16.3.2024.

Väisänen Leena 2001. Raskaus muuttaa naisen mieltä ja maailmaa. Kirjapaja Oy, Helsinki.

Wikipedia 2023. Tunne https://fi.wikipedia.org/wiki/Tunne#Synty_aivoissa. Luettu 16.3.2024.

Liitteet

Liite 1 Baby Balance® hieronnan haastattelulomake

Liite 2 Kyselylomake Baby Balance® hoitojen vaikutuksista ja asiakaspalaute

Liite 3 Lupa asiakastietojen keräämiseen ja käyttämiseen

**BABY BALANCE®-VAUVAHIERONNAN
HAASTATTELULOMAKE**

Näillä tiedoilla kartoitetaan lapsenne oireiden mahdollisia syitä. Antamanne tiedot ovat luottamuksellisia.

Henkilötiedot

Äiti/huoltaja

Nimi _____

Sotu _____

Osoite _____

Puhelinnumero _____

Sähköpostiosoite _____

Ammatti _____

Vauva

Nimi _____

Sotu _____

Raskaus

Raskauden alku

luonnollinen ☐

hormonaalinen stimulointi ☐

keinohedelmöitys ☐

toivottu ☐

mieluisa yllätys ☐

järkyttävä yllätys ☐

Suhtautuminen raskauteen



Raskauden aikaiset oireet eri raskauskolmanneksilla

	1-3 kk	4-6 kk	7-9 kk
Raskauspahoinvointi			
lievä ☐	☐	☐	☐
voimakas ☐	☐	☐	☐
väsymys ☐	☐	☐	☐
raudanpuute ☐	☐	☐	☐
anemia ☐	☐	☐	☐
liitoskivut ☐	☐	☐	☐
selkäkivut ☐	☐	☐	☐
iskiasoireet ☐	☐	☐	☐
niska-hartiakivut ☐	☐	☐	☐
päänsärky ☐	☐	☐	☐
närästys ☐	☐	☐	☐
raskausdiabetes ☐	☐	☐	☐
raskaushepatoosi ☐	☐	☐	☐
raskausmyrkytys ☐	☐	☐	☐
hyvä vointi ☐	☐	☐	☐
energinen olo ☐	☐	☐	☐
positiivinen mieli ☐	☐	☐	☐
alakulo ☐	☐	☐	☐
masennus ☐	☐	☐	☐
jokin muu, mikä? ☐	☐	☐	☐

Käivtkö raskauden aikana hieronnassa, vyöhyketerapiassa, jäsenkorjauksessa tai muussa hoidossa?

raskauden aikainen lääkitys, myös antibiootit

lääkitys nyt

tupakointi

päihteet

Kriisit ja muut suuret tapahtumat raskausaikana ja synnytyksen jälkeen?

Kuinka voit nyt?

Perheenjäsenten suhtautuminen vauvaan



Kohtuvauvan liikkeet

vilkkaat ☐

rauhalliset ☐

ei juuri liikkunut ☐

Synnytys

monesko raskaus _____

monesko synnytys _____

käynnistyi raskausviikolla _____

synnytyksen kesto _____ h

ponnistusvaiheen kesto _____ min

Alatiesynnytys alkoi

supistuksilla ☐

lapsivedenmenolla ☐

lääkkeellisellä käynnistyksellä ☐

ballonkilla ☐

akupunktiolla ☐

muutoin _____

Toimenpidesynnytys

imukuppisynnytys ☐

pihtisynnytys ☐

suunniteltu sektio ☐

kiireellinen sektio ☐

hätäsektio ☐

Kivunlievitys

lääkkeettömät keinot _____

ilokaasu ☐
kipulääke ☐
kohdunkaulan puudutus (pcb) ☐
pudendaalipuudutus ☐
epiduraalipuudutus ☐
spinaalipuudutus ☐
kombipuudutus ☐

Tarjonta

takaraivotarjonta ☐
avonainen tarjonta ☐
otsatarjonta ☐
kasvotarjonta ☐
perätila ☐
perä-jalkatarjonta ☐
muu tarjonta _____

Napanuoran poikkeamat "normaalista"

2 suonta ☐
solmu/solmuja ☐
lyhyt ☐
pitkä ☐
kiertynyt 1x 2x
kaulan ympäri ☐ ☐
vartalon ympäri ☐ ☐
hartian ympäri ☐ ☐
käden ympäri ☐ ☐
jalan/ jalkojen ympäri ☐ ☐

Kiertynyt napanuora vapautettu

löysäämällä ☐
katkaistu ☐
Sommersetin manööverillä ☐

Oliko ensiparkaisu voimakas? _____

Synnytyksen komplikaatiot äidillä / vauvalla

Vauva

Apgar-pisteet _____ Syntymäpaino _____ g
Syntymäpituus _____ cm py _____ cm
Rokotukset _____
Vauvan olo ensimmäisen 2 vkn aikana

Vauvan olo nyt/ hoitoon tulon syy

Miten ja milloin oireet esiintyvät? _____

Vauva tuntuu vieraalta ☐
Täysimetys ☐
Osittaisimetys ☐
Ei imetystä ☐
Saa kiinteää ruokaa ☐

Jos vauva saa rintamaitoa, vaikuttaako imettäjän ravinto vauvan oireisiin? Mitkä ruoka-aineet pahentavat oireita?

Lähisuvun allergiat _____

Itkun laatu

kovaa kipuitkua ☐
valittavaa ☐
vaimeaa/vaisua ☐
rauhatonta kätinää ☐

Uni: ei nuku, lyhyitä pätkiä, 1-3 unet, enemmän
päivällä ☐ ☐ ☐ ☐
yöllä ☐ ☐ ☐ ☐

Kuinka usein suoli toimii?

1 krt päivässä ☐
useita kertoja päivässä ☐
1-5 krt viikossa ☐
kerran viikossa ☐
harvemmin ☐
Ulosteen määrä, väri ja haju _____

Onko jokin asento, jossa vauvan hankala olla?

vatsallaan ☐
selällään ☐
vasemmalla kyljellä ☐
oikealla kyljellä ☐
turvakaukalossa ☐
muu asento _____

Vastustaako pukemista tai hoitotoimenpiteitä?

käsiä ☐
jalkoja ☐
päättä ☐

Onko liikkuminen toispuoleista tai ikätasoa jäljessä?

Muuta hoidossa huomioitavaa

Tiedot saa luovuttaa lasta hoitaville terveydenhoito-
tahoille

Kyllä Ei
☐ ☐

Päiväys _____
Allekirjoitus _____

Feeling Me

KYSELY BabyBalance® hoitajan (Balance Care® Oy) seminaarityötä varten.

Laura Palosen (Feeling Me) lopputyö käsittelee Äidin raskauden aikaisten tunnekuormien vaikutusta vauvaan.

Hoitosarjaan kuuluu kolme äiti-vauva -hoitoa, joissa äitiä hoidetaan vyöhyketerapialla ja vauvaa BabyBalance® hoitotekniikalla.

Raskausaika. Millainen mieliala sinulla oli odotusaikana? Millaisia muutoksia ja tunnekuormia kannoit raskausaikana?

Vauvan ensikuukaudet.

Millaisia oireita vauvalla oli hoitoon tultaessa?

Saatiinko hoitojen avulla muutoksia vauvan oireiluun?

Millainen tunnetilasi oli, kun hoitosarja aloitettiin?

Entä kun hoidot olivat tehty, millainen oli tunnetilasi?

Vakuutan tiedot oikeiksi. Ylläolevia tietoja saa käyttää yllämainitussa lopputyössä nimettömänä.

Raisiossa ____/____/2024

Allekirjoitus ja

nimenselvennys _____

LUPA ASIAKASTIETOJEN KERÄÄMISEEN JA KÄYTTÄMISEEN NIMETTÖMÄNÄ

Annan suostumukseni käyttää kerättyjä tietojani Laura Palosen seminaarityössä Äidin raskauden aikaisten tunnekuormien vaikutus vauvaan sekä Balance Care® Oy:n koulutustoiminnassa.

-Seminaarityö sisältää tietoa alle 18-vuotiaan lapsen hoitoon liittyvistä asioista, kuten oireista ja vaivoista, perhetilanteesta ja -taustoista, hoitoon tulon syyn ja tulokset

-Työ sisältää kolme hoitokertaa sekä äidille että vauvalle

-Palaute vanhemmalta kirjallisesti hoidon tuloksista

Vauvasta saa ottaa ennen ja jälkeen kuvat.

Asiakastietoja käsitellään henkilötietolain mukaisesti ja yksityisyytesi säilyy.

Olen tutustunut yllä oleviin seikkoihin ja ymmärtänyt ne. Lisäksi olen saanut suullisesti riittävästi lisätietoa. Seminaarityöhön osallistuminen on vapaaehtoista.

RAISIO ____ / ____ /2024

Huoltajan allekirjoitus ja nimenselvennys

Hoitajan allekirjoitus ja nimenselvennys

Lisäksi annan suostumukseni julkaista Balance Caren® nettivuilla (www.balacecare.fi) yllä mainitusta seminaarityöstä oman osuuteni(X):

___ Annan luvan

___ En anna lupaa|