



SEMINAARITYÖN ESITTELY

Vanhemman hermoston vaikutus lapsen hermostoon

Terhi Heiskanen 5.9.2025



Työn tavoite

Työn tavoitteena on teorian kautta käydä läpi vanhemman hermostoa ja sen vaikutusta lapsen hermostoon. Lisäksi tarkoituksena on pohtia asiakastapauksien kautta, miten hermoston tila näkyy lapsessa ja hänen hieronnassaan.



Työn toteutus

Teoriapohja

- Teoriassa vanhemman ja lapsen hermosto toimivat itsenäisesti, mutta ovat vaikutuksessa toisiinsa hormonitoiminnan kautta raskausaikana sekä symbioosin kautta syntymän jälkeen.
- Lapsen tarvitessa sosiaalista liittymistä sekä tukea hermoston säätelyssä vanhempi on tärkeässä osassa lapsen hermoston kannalta.
- Stressi, työkiireet sekä mahdolliset traumaattiset tapahtumat vaikuttavat pitkäaikaisella stressillä hermoston toimintaan. Tällaisissa tilanteissa sympaattinen hermosto on aktivoituneena lähes koko ajan eikä parasympaattisen hermoston aktivaatio pääse rauhoittamaan ja rentouttamaan kehoa.
- Vanhemman hermostoon hieronnalla ja hoidolla on rentouttava vaikutus. Vanhemman hyvä kehotuntemus sekä kehomieliyhteys lisäävät parasympaattisen hermoston aktivaatiota ja vähentävät tätä kautta myös stressin tuomia vaikutuksia. Vaikutuskanavien kautta vanhemman hermoston tila vaikuttaa myös lapseen ja hänen hermostoonsa.



Hoitokertomukset

Asiakastapaus 1.

Vanhemman elämässä on ollut stressaava ajanjakso ennen raskautta ja lapsen syntymää. Vanhempi käynyt hieronnassa säännöllisesti ennen raskautta ja raskauden aikana, mutta traumatisoiva ja stressaava tilanne on jatkunut läpi raskauden. Hetkellisesti vanhempi on saanut rentoutusta hieronnasta. Stressi on kuitenkin jatkunut pitkään eli muodostunut pitkäkestoiseksi stressiksi, joka vaikuttanut kehoon ja sen toimintoihin. Synnytyksessä erilaisia komplikaatioita, joiden seurauksena sektio. Vanhemman kehon väsynyt raskausajasta ja synnytyksestä.

Epäonnistumisen tunne sektioista.

Synnytyksen jälkeen vauva itkuinen päivittäin. Vauva vanhemman mukaan huono nukkumaan. Ei meinaa rauhoittua nukkumaan helposti. Itkuisuutta ja mahavaivoja jatkuu kuuden kuukauden ikään asti. Baby Balance® vauvahieronnassa käyvät useasti syntymän jälkeen ja säännöllisesti kuukausittain kuuden kuukauden ikään asti.

Hieronnan aikana rentouttava vaikutus näkyy ja tuntuu vauvan kehossa, mutta vauva on itkuinen ja kosketusherkkä. Kireiden alueiden käsittely tuo **vaikutusta jumeihin rentouttavasti**, mutta **käsittelyiden jälkeen niiden tiukkuustilanne palaa ennalleen todella nopeasti.**

Vanhemman hermoston tilanne ja stressaava elämäntilanne näkyvät äidin olossa ja reagoinnissa lapseen. Stressi vaikuttaa hormonien ja imetyksen kautta lapseen. Stressaava elämäntilanne vaikuttaa myös lapsen hermostoon parasympaattisen hermoston osalta. Vanhemman stressin ollessa valloillaan hänen sympaattinen hermostonsa on aktiivisena eikä parasympaattinen hermosto pääse aktivoitumaan. Tätä kautta myös lapsen sympaattinen hermosto pysyy aktiivisena ja parasympaattinen hermosto ei pääse aktivoitumaan ja rauhoittamaan kehoa.



Hoitokertomukset

Asiakastapaus 2.

Vanhemmalla tasapainoinen tilanne raskauden alussa, mutta raskauden ajan masentuneisuutta liittyen talviaikaan. Masentuneisuus vähenee raskauden loppupuolella. Vauva ollut perätilassa raskausviikolle 34 asti. Vanhempi käy säännöllisesti hieronnassa kuukausittain. Vanhempi huomioi ja pitää kehostaan hyvää huolta. On yhteydessä kehoon ja mieleen. Hermosto rauhallinen ja raskausaika sujuu hyvin. Synnytyksen jälkeen nopea kotiutuminen ja perhe-elämän jatkuminen yhdessä kotona kolmen lapsen kanssa.

Baby Balance® vauvahieronnassa käydessä tiukkuutta kaulan, ylävartalon ja kylkien alueella. Vaikutus napanuorasta olostä kaulan ympäri synnytyksen aikana. **Kalvojen ja lihasten kireys helpottaa paljon hieronnan ja käsittelyn aikana. Vauva rauhoittuu selkeästi käsittelyiden aikana ja nukahtaa hierontojen loppupuolella.** Napanuoran vaikutuksesta tulneiden tiukkuuksien vähenemisen ja helpottamisen jälkeen vauvalla ei ilmene vanhempien mukaan kireyksiä enää.

Vanhemman hermoston tasapainoinen tilanne vaikuttaa vauvan hermoston tilaan sekä lihas- ja kalvokireyksien vähenemiseen hieronnan aikana ja jälkeen. Käsittelyn aikana vauva rauhoittuu ja rentoutuu niin, että pystyy nukahtamaan parasympaattisen hermoston aktivoituessa. Vaikka vanhemmalla on masennusta raskausaikana sen vaikutus ei pitkällä aikavälillä näy lapsen hermostossa. Tähän vaikuttavat vanhemman kehotuntemus sekä kehomieliyhteys, jonka kautta vanhempi on yhteydessä omaan kehoonsa.



Tulokset

Asiakastapausten osalta on huomattavissa vanhemman hermoston tilan vaikutus lapsen hermostoon. Vanhemman pitkäkestoinen stressi vaikuttaa myös vauvaan suuremmin. Baby Balance® vauvahieronnassa käydessä on huomattavissa se, että kireyksien helpottaessa hermostoltaan rauhallinen lapsi pystyy rentoutumaan ja jopa nukahtamaan helpommin kuin hermostoltaan virittynyt lapsi. Usein hermostoltaan virittynyt lapsi on itkuisempi hoidon aikana ja lihasjännitykset palaavat takaisin nopeasti hoidon jälkeen.



Johtopäätökset ja pohdinta

Lapsen hermosto kehittyy läpi koko elämän. Kohdussa ollessa vauva saa napanuoran kautta vanhemman hormonitoiminnan kautta viestejä ja viitteitä vanhemman reagoinnista stressaaviin ja hyviin tilanteisiin. Tätä kautta lapselle muodostuu jonkinlainen viitekehys vanhemman toimintatavoille ja malleille.

Syntymän jälkeen lapsi kokee sosiaalista liittymistä vanhempaan ja tarvitsee vanhemman läsnäoloa ja avustusta hermoston tilan aktivoinnissa. Syntymän jälkeen lapsi oppii vanhemman toimintatavoista ja reagoinneista tapoja toimia itse erilaisissa tilanteissa. Sympaattisen hermoston aktivointi tapahtuu usein samalla tavalla stressaavissa tilanteissa kuin vanhemmalla. Parasympaattisen hermoston aktivoimiseen lapsi tarvitsee apua ja tukea vanhemmalta, jotta hän pystyy rauhoittamaan hermostonsa ja kehonsa.

Vanhemman hyvä kehotuntemus sekä kehomieliyhteys lisäävät hieronnan ja hoitojen vaikutusta kehoon ja hermostoon. Kehotuntemus auttaa stressaavissa tilanteissa parasympaattisen hermoston aktivoimisen toimintaa ja tätä kautta kehon rauhoittumista. Säännöllinen hieronnassa tai hoidoissa käynti lisää kehotuntemusta ja rentouttaa vanhempaa ja hänen hermostoaan.



Johtopäätökset ja pohdinta

Vanhemman hyvä kehotuntemus ja tasapainoinen hermoston tila auttavat lasta havainnoimaan myös omaa kehoa ja hermostoaan. Tätä kautta lapsi oppii tuntemaan oman kehonsa ja rauhoittamaan hermostoaan stressaavissa tilanteissa. Vahva kehomieliyhteys auttaa myös tunnistamaan stressaavat tilanteet hyvissä ajoin ja huomioimaan tähän vaikuttavat kehon viestit.

Asiakastapausten osalta on huomattavissa vanhemman hermoston tilan vaikutus lapsen hermostoon. Hermoston tilaan molemmissa asiakastapauksissa vaikuttavat monet asiat. Vanhemman pitkäkestoinen stressi vaikuttaa myös vauvaan suuremmin. Baby Balance® vauvahieronnassa käydessä on huomattavissa se, että kireyksien helpottaessa hermostoltaan rauhallinen lapsi pystyy rentoutumaan ja jopa nukahtamaan helpommin kuin hermostoltaan virittynyt lapsi. Usein hermostoltaan virittynyt lapsi on itkuisempi hoidon aikana ja tiukkuudet palaavat takaisin nopeasti hoidon jälkeen.

Lisäksi hierontojen aikana ja jälkeen vauvojen vuorovaikutus katseen ja jokeltelun muodossa on lisääntynyt. Lihaskireyksien helpottamisen ja hermoston tilanteen rauhoittumisen jälkeen vauvat hymyilevät ja jokeltelevat enemmän verratessa esimerkiksi tilanteeseen ennen hierontaa



Kiitos ♥



Terhi Heiskanen
Vetreex
Sotkamo

<https://www.vetreex.com/>

