



Valmistelu auttaa lasta suuntautumaan tulevaan ja ehkäisee pelkoja

TEKSTI: Tiina Marttila, Ish, neurohoitaja, TtM
Epilepsiyksikkö, Lastenlinna.
tiina.m.marttila(at)hus.fi

Alussa oli pelokas lapsi

Tapasin hiljattain alle kouluikäisen lapsen, joka ei olisi millään halunnut tulla sairaalaan leikkauksen jälkeiselle kontrollikäynnille. Sairaalassa tehtiin kuulemma kamalia asioita, joihin ei voinut itse vaikuttaa ja jotka olivat pelottavia ja kivuliaita. Lopulta lapsi oli kuitenkin saatu tulemaan pitkälisten keskustelujen ja luvattun palkinnon avulla. Tavattaessa vastassa oli torjuva pieni ihminen, joka ei päästänyt paria metriä lähemmäksi. Mikä meni pieleen ja mitä voisi tehdä paremmin jatkossa?

Avuksi hoitotyön suositus?

Vastausta voi lähteä etsimään näyttöön perustuvasta tiedosta. Se tarkoittaa parhaan saatavilla olevan tiedon, useimmiten tutkimustiedon, käyttöä käytännön työtä tukemaan ja helpottamaan päätöksentekoa. Parhaiten tieto löytyy monista tutkimuksista koostetuista hoitotyön suosituksista, joita on julkaistu jokunen suomeksi ja lukuisia kansainvälisesti. Yllä kuvattuun tilanteeseen voi etsiä ratkaisua esimerkiksi Hoitotyön tutkimussäätiön jul-

kaisemasta Leikki-ikäisen emotionaalinen tuki päiväkirurgisessa hoitotyössä -hoitosuosituksista, joka on hyvin sovellettavissa myös muuhun kuin päiväkirurgiaan. Oli sitten kyseessä leikkaus tai pienempi toimenpide kuten verinäyte, lasta täytyy valmistella hänen tarpeidensa mukaan.

Lapsen ahdistus ja valmistelu

Ahdistus saattaa laskea kipukynnystä, pidentää toipumista ja jättää pidempiaikaisia psyykkisiä jälkiä vaikuttaen myös seuraaviin hoitokäynteihin. Ahdistusta voidaan vähentää valmistelulla lasta, mutta tuen ja valmistelun tarve pitää ensin tunnistaa. Hoitosuosituksen mukaan vanhemmat tunnistavat lapsen ahdistuksen paremmin kuin henkilökunta. Preoperatiivinen soitto vanhemmalle voi olla käyttökelpoinen, koska se antaa henkilökunnalle tietoa lapsesta hänen aikaisemmat kokemuksensa huomioiden. Soittaessa voi ohjata vanhempia toimenpidepäivän tapahtumiin ja vastata kysymyksiin. Soiton aikana otetaan puheeksi lapsen reagointi toimenpiteeseen ja mietitään yhdessä sopivia menetelmiä valmistautumiseen ja tunteiden purkuun.

Lapsen toimenpiteestä aiheutuvaa stressiä saattaa lievittää keskustelu saman hoitajan kanssa eri vaiheissa. Sairaalaklovnit, mieluisan videon katselu ja esilääkitys voivat olla hyödyllisiä ainakin tilapäisesti. Musiikkiterapeutin tai lastentarhanopettajan valmistelun hyödyistä ei ole saatu näyttöä. Kirjallinen materiaali tiedon lisäämiseksi ei ilmeisesti ole vaikuttava menetelmä lievittämään lapsen ahdistusta.

Vanhemman ahdistus ja valmistelu

Vanhemmat usein valmistavat lapsen toimenpiteeseen ja huolehtivat jälkihoidosta. Siksi vanhempien riittävä ohjaaminen ja tiedonsaanti ovat olennaisia. Vanhempien pelko ja ahdistus voivat lisätä lapsen ahdistusta, mutta vanhempien läsnäolo ja valmistelu vähentävät sitä. Eniten valmistellut vanhemmat olivat suosituksen mukaan vähiten ahdistuneita ja sen myötä myös lapset. Vanhempien ahdistus lisääntyi odotustilassa sitä mukaa kun ero lapsesta lähestyi.

Vanhempien mukaantulo leikkausaliin ja osallistuminen hoitoon vähensivät heidän ahdistustaan. Klovnilla, lapsen esilääkityksellä ja ammattilaisten valmistelulla ei yksinään ollut vaikutusta vanhemman ahdistuneisuuteen. Yhdessä käytettyinä video, tutustumiskäynti ja ammattilaisen kanssa keskustelu olivat tehokkaampia kuin mikään niistä erikseen.

Pohdintaa ja omia kokeiluja

Lapsen kokemuksia ja valmistelun tarvetta pitää mielestäni kysyä ehdottomasti vanhempien lisäksi myös lapsilta itseltään. Optimaalisessa tilanteessa mietitään asiaa heti kun toimenpiteen tarve selviää. Parhaiten lapsi tulee tuetuksi, kun hänen ajatuksiaan kuullaan hyvissä ajoin ja valmistelua tehdään hiljalleen useam-

pana kertana. Mitä pienempi lapsi on, sen konkreettisempaa valmistelun tulisi olla. Leikkiä, kuvia, tarinoita, sadutusta, kirjoja, pelejä, itse kokeilemista ja asian tutkimista voi käyttää valmistelun apuna.

Itse olen muutaman kuukauden ajan kokeillut epilepsialeikkaukseen meneville lapsille hoitajan vastaanottokäynneillä leikkipakkia, jossa on nukke ja erilaisia tutkimusvälineitä. Pakki sisältää verenpaine-, kipu- ja kuumemittarit, sidettä, kanyylitarpeita, ruiskuja, silmälampun, lääkepurkkeja ja muuta turvallista pientenkin lasten käsiin sopivaa. Preoperatiivisilla käynneillä ne konkretisoivat leikkauksen jälkeistä seuranta ja voinnin tarkkailua. Pelot ja aiemmat kokemukset saattavat nousta leikin lomassa esiin keskusteltavaksi ja työstettäväksi. Preoperatiivisen poliklinikkakäynnin yhteydessä olemme myös käyneet osastolla tutustumassa paikkoihin ja ihmisiin.

Postoperatiivisesti olen mielenkiinnolla seurannut, miten lapset lähtevät nukkevauvaa hoitamaan ja minkälaisia asioita he leikkauksen jälkeisestä ajasta muistavat. Mielenkiintoista on, että vaikka eräskin lapsi kertoi, ettei muista leikkauksen jälkeisestä ajasta mitään, hän sujuvasti antoi lääkettä nukkevauvalle laitettuun kanyyliin ja tarkasti pupillien toiminnan. Leikki auttaa lasta käsittelemään koettua ja voimme vielä yhdessä miettiä mitä tapahtui ja miksi. Valmistelun avulla lapset ovat vähemmän pelokkaita ja ahdistuneita, sekä he kokevat itsensä osallisiksi omassa hoidossaan. ■

LÄHDE: Leikki-ikäisen emotionaalinen tuki päiväkirurgisessa hoitotyössä -hoitosuositus. Hoitotyön tutkimussäätiön asettama työryhmä. Helsinki: Hoitotyön tutkimussäätiö, 2016. Saatavilla: www.hotus.fi.