

Opinnäytetyö (AMK)

Sairaanhoidajakoulutus

2016

Jenny Hernelahti, Milla Jussilainen & Tiina Rauvola

IMETYS JA PÄIHTEET

- Imetystietoutta sekä perheen tukemista matkalla
päihteettömyyteen

Jenny Hernelahti, Milla Jussilainen & Tiina Rauvola

IMETYS JA PÄIHTEET

- Imetystietoutta sekä perheen tukemista matkalla päihteettömyyteen

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää päihteiden vaikutuksia imetykseen ja lapsen terveyteen sekä miettiä, miten päihdeongelmista kärsivää äitiä ja perhettä voisi tukea. Tavoitteena oli lisätä aiheeseen liittyvää tietoisuutta hoitohenkilökunnan ja sairaanhoitajaopiskelijoiden keskuudessa. Työ toteutettiin kirjallisuuskatsauksena ja sen lähteinä käytettiin tieteellisiä tutkimuksia ja artikkeleita.

Tutkimuskysymyksiin vastattiin teoriaan pohjautuvan kirjallisuuskatsauksen kautta. Keskeisten tulosten mukaan kaikilla päihteillä sekä tupakalla on haittavaikutuksia imetykseen ja lapsen terveyteen. Huomionarvoista on kuitenkin se, että päihdekorvaushoidosta ja tupakoinnista huolimatta imetystä suositellaan, sillä sen hyödyt ovat haittoja suuremmat. Päihdeongelmaiset äidit kuuluvat siihen riskiryhmään, joka lopettaa imettämisen lyhyeen tai eivät aloita sitä lainkaan. Tukitoimet perheen hyväksi olisi hyvä aloittaa jo äidin ollessa raskaana. Päihteitä käyttävien äitien imetyksen tukeminen on erityisen tärkeää, koska imetyksellä on suuri merkitys myös varhaisen vuorovaikutuksen kehittämisessä.

Jatkotutkimusaiheita tälle aiheelle on runsaasti, sillä päihteiden vaikutuksia imetykseen ja sen kautta lapseen on tutkittu melko vähän. Maailman terveysjärjestö suosittelee, että äiti rajoittaa alkoholinkäyttöä imetyksen aikana, mutta tätä ohjeistusta toteutetaan kansainvälisesti eri tavoin. Olisi tärkeää saada tulevaisuudessa yhteneväiset suositukset joka puolelle maailmaa, sillä alkoholin käyttö on kuitenkin kohtalaisen yleistä ja oikealla toiminnalla saatettaisi mahdollisesti vähentää lapsiin kohdistuvia haittatapahtumia.

ASIASANAT:

Päihteet, imetys, tukeminen

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Degree programme in nursing

2016 | 34 pages

Jenny Hernelahti, Milla Jussilainen & Tiina Rauvola

BREASTFEEDING AND INTOXICANTS

- Breastfeeding knowledge and supporting the family on the way to a sober lifestyle

The purpose of this thesis was to study the effects of intoxicants on breastfeeding and the child's health, and to draw conclusions how to support the mother and the family suffering from substance abuse. The aim was to increase consciousness about the issue among the health care personnel and the nursing students. The study was carried out as a literature review. The thesis utilized both scientific articles and researches as sources.

Based on the findings of the research it can be concluded that all intoxicants and cigarette products have harmful effects for breastfeeding and the health of the child. It must be noted that breastfeeding a child is anyway recommended regardless of the drug replacement therapy and smoking because the benefits of the breastfeeding are seen to be more significant than the disadvantages. The mothers with substance abuse problems are a part of the high-risk group that tends to quit breastfeeding rapidly or they do not start it at all. This is why it would be important for the family to have support already during pregnancy. It would be extremely important to support the breastfeeding mothers in this risk group from the beginning, as breastfeeding has a large significance in the development of the early interaction between the child and the mother also.

This subject offers a lot of further research ideas, as the effects of intoxicants on breastfeeding and through it to the child have been studied quite little. Also, as drinking alcohol has become more common in today's world, it would be important to determine consistent and reliable recommendations and guidelines about alcohol usage during breastfeeding.

KEYWORDS:

Intoxicants, breastfeeding, supporting

SISÄLTÖ

KÄYTETYT LYHENTEET JA SANASTO	6
1 JOHDANTO	7
2 TEOREETTINEN VIITEKEHYS	8
2.1 Yleistä imetyksestä	8
2.2 Päihteiden vaikutus imetykseen	9
2.2.1 Tupakka	10
2.2.2 Alkoholi	10
2.2.3 Yleisimmät väärinkäytetyt lääkkeet	10
2.2.4 Huumeet	11
2.3 Tukea päihteettömyyteen	12
2.4 Raskauden- ja imetyksenaikainen korvaushoito tukena	14
3 TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	17
4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	18
5 KIRJALLISUUSKATSAUKSEN TULOKSET	19
5.1 Päihteiden ja tupakoinnin vaikutuksia imetykseen ja lapsen terveyteen	19
5.2 Tukea päihteitä käyttävälle äidille vanhemmuuteen ja lapsen imetykseen	21
6 POHDINTA	25
6.1 Eettisyys ja luotettavuus	26
6.2 Jatkotutkimusaiheet	28
LÄHTEET	30

LIITTEET

- Liite 1. Tutkimustaulukko.
- Liite 2. Tiedonhakupöytäkirja.

KUVAT

Kuva 1. Raskaana olevan päihdeongelmaisen hoitopolku. (Lähde: VSSHP 2014.) 14

KÄYTETYT LYHENTEET JA SANASTO

Lyhenne Lyhenteen selitys

WHO – World Health Organization (Maailman terveysjärjestö)

THL – Terveyden ja hyvinvoinnin laitos

HUS – Helsingin ja Uudenmaan sairaala

PPSHP – Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri

VSSHP – Varsinais-Suomen sairaanhoitopiiri

KSSHP – Keski-Suomen sairaanhoitopiiri

1 JOHDANTO

Imetys on hyödyllistä sekä äidin että lapsen terveydelle. Lapsi saa rintamaidosta ensimmäisen kuuden kuukauden aikana kaikki tarvitsemansa ravintoaineet paitsi D-vitamiinin. Äidinmaito suojaa lasta monilta infektioilta, kuten esimerkiksi hengitystie- ja korvatulehduksilta. Äidinmaidolla on myös monia pitkäaikaisia hyötyjä lapsen terveyteen. Sen on tutkittu muun muassa alentavan riskiä sairastua myöhemmin diabetekseen. Lisäksi imetys vahvistaa äidin ja lapsen välistä suhdetta sekä lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta. Imetys suojaa äitiä rintasyövältä ja auttaa äitiä palautumaan synnytyksestä. (Klemetti & Hakulinen-Viitanen 2013.) Maailman terveysjärjestön kansainvälinen suositus on jatkaa täysimetystä ensimmäiset kuusi kuukautta. Osittaista imetystä suositellaan jatkettavan vähintään kahden vuoden ikään asti. (WHO 2016.) Suomen imetyssuosituksot perustuvat WHO:n antamiin suosituksiin, mutta Suomessa suositellaan osittaista imetystä jatkettavaksi yhden vuoden ikään asti (THL 2016a).

Päihde on laissa (1986/41) määritelty tarkoittamaan alkoholijuomaa tai muuta päihtymistarkoituksessa käytettävää ainetta. Tämä opinnäytetyö käsittelee alkoholin, huumeiden sekä päihtymistarkoituksessa käytettävien lääkkeiden vaikutuksia imetykseen ja lapsen terveyteen. Vaikka tupakka ei ole päihde, on se tässä työssä otettu huomioon sen useiden haittavaikutusten vuoksi sekä siksi, että päihdeitä käyttävät äidit usein myös tupakoivat. Työssä käsitellään myös päihdeongelmista kärsivän äidin ja perheen tukemista. Tuen tarve on erityisen tärkeää päihdeongelmista kärsivien äitien hoitotyössä. Hoito on hyvä aloittaa jo naisen ollessa raskaana. Tavoitteena on tukea äidin ja lapsen välistä vuorovaikutussuhdetta sekä tukea äitiä päihdeettömyyteen ja riittävän hyvään vanhemmuuteen. (Hyytinen 2013.)

2 TEOREETTINEN VIITEKEHYS

2.1 Yleistä imetyksestä

Imetys on tärkeää sekä lapsen että äidin terveyden kannalta. Äidinmaidon on todettu olevan ravitsemuksellisesti parasta ravintoa imeväisikäiselle (Tiitinen 2016). Normaali-painoinen vauva saa äidinmaidosta D-vitamiinia lukuun ottamatta riittävästi ravintoai-neita kasvua ja kehitystä varten. Maailman terveysjärjestö suosittelee täysimetystä jat-kettavaksi kuuden kuukauden ikään asti. Täysimetykseksi määritellään, että lapsi saa ravinnokseen vain äidinmaitoa ja D-vitamiinilisän. Tämän jälkeen osittaista imetystä suo-sitellaan jatkettavan vähintään kahden vuoden ikään asti. Osittaisella imetyksellä tarkoi-tetaan, että lapsi saa rintamaidon lisäksi kiinteitä lisäruokia ja äidinmaidonkorviketta. (WHO 2016.) Suomessa osittaista imetystä suositellaan jatkettavaksi yhden vuoden ikään asti. Ellei lasta imetetä tai jos rintamaito yksin ei täytä lapsen vuorokautista ravin-nontarvetta, käytetään rintamaidon sijasta tai lisäksi äidinmaidonkorviketta. (THL 2016a.)

Imetyksellä on tutkitusti todistettu olevan useita lapsen terveyttä edistäviä tekijöitä. Se saattaa suojata lasta esimerkiksi tyypin 1 ja tyypin 2 diabetekselta, ylipainolta sekä eri-laisilta imeväisiän tulehdussairauksilta, kuten esimerkiksi korvatulehduksilta. (Pehkonen ym. 2015.) Imetetyillä lapsilla näyttäisi olevan vähemmän astmaa ja allergioita. Imetyk-sellä uskotaan olevan edullisia vaikutuksia myös lapsen kielelliseen ja motoriseen kehi-tykseen. Näiden hyötyjen lisäksi imettäminen vahvistaa äidin ja lapsen välistä vuorovai-kutussuhdetta sekä tarjoaa lapselle tärkeää ja kokonaiskehitystä tukevaa läheisyyttä ja rakkautta. Imetyksellä on useita suotuisia vaikutuksia myös äidin terveyteen, mitkä ilme-nevät esimerkiksi pienentyneenä riskinä sairastua rintasyöpään ja munasarjasyöpään ennen vaihdevuosien alkua. (Koskimäki ym. 2012.)

Vaikka imetykseen suhtaudutaankin Suomessa myönteisesti, eivät imetyssuosituksot to-teudu. Esimerkiksi vuonna 2012 on tehty raportti, jonka mukaan kuusi kuukautta täyttä-neistä lapsista täysimetettyjä oli vain vajaa prosentti ja osittain imetettyjä 58 prosenttia. Lapsen imetystä koskeviin kysymyksiin vastasi 5 398 perhettä. (Uusitalo ym. 2012.) Ime-tyksen onnistuminen ja toteutuminen ovat monien tekijöiden summa. Äidin omat tiedot ja imetykokemukset, vauvan ja äidin terveydentila sekä äidin saama ohjaus ja tuki ovat

olennaisia tekijöitä onnistuneessa imetyksessä. (Pehkonen ym. 2015.) Menetelmiä imetyksen tukemiseen olisi tärkeää tutkia tulevaisuudessa, koska täysimetys on merkittävästi vähentynyt Suomessa 2000-luvulla (Koskimäki ym. 2012).

Imetykselle on harvoin vasta-aiheita. Tilanteita, joissa imetystä ei kuitenkaan suositella ovat esimerkiksi hiv-tartunta, aktiivinen tuberkuloosi, vesirokko sekä aktiivinen herpes rinnassa. Myös huumausaineiden käyttö tai sytostaattihoidot estävät rintaruokinnan. Galaktosemia, eli harvinainen aineenvaihduntasairaus on ainoa lapsesta johtuva vasta-aihe imetykselle. (Koskinen 2008.)

2.2 Päihteiden vaikutus imetykseen

Rintamaitoon kulkeutuu sinne tarkoitettujen aineiden lisäksi muitakin aineita, kuten esimerkiksi lääkkeitä, nautintoaineita ja ympäristömyrkyjä. Aineet erittyvät rintamaitoon erilaisilla tavoilla ja siten niiden pitoisuudet ja mahdolliset haitat lapselle vaihtelevat. (Koskinen 2008.) Yleisimmät rintamaitoon haitallisesti vaikuttavat aineet ovat tupakka, alkoholi, erilaiset lääkkeet ja huumeet. Tyypillisimmät haitat lapselle ovat unitottumusten muutokset, motoriikan ongelmat ja syömisen ja käyttäytymisen muutokset. Lapsi saattaa tulla esimerkiksi entistä väsyneemmäksi ja vaikeammin heräteltäväksi. Toisaalta lapsesta voi tulla ärtyneempi ja häntä on vaikeampi saada rauhoitettua. Päihteet saattavat muuttaa rintamaidon makua, joten lapsi imee mahdollisesti lyhyemmän aikaa tai kieltäytyy rinnasta kokonaan. Koliikkia, oksentelua ja ripulia voi myös esiintyä ja lapsen painonkertyminen saattaa hankaloitua. Motoriikan kehityksen viivästyminen ja lapsen ärtyneisyys, väsymys ja apaattisuus ovat normaaleja oireita päihteitä käyttävien äitien lapsilla. (Casey 2012.)

2.2.1 Tupakka

Päihteitä käyttävät äidit usein myös tupakoivat. Äidin imetyksenaikaisella tupakoinnilla on vaikutuksia niin lapsen terveyteen kuin äidin yleiskuntoon. Nikotiini ja muut tupakan haitta-aineet kulkeutuvat äidinmaitoon. Rintamaidon lisäksi lapsi altistuu tupakan haitta-aineille tupakansavun, äidin hengitysilman sekä hiusten ja vaatteiden kautta. (Koskinen 2008.) Tupakointia parempi vaihtoehto imetyksen aikana olisi lyhytaikaisten nikotiinikorvaustuotteiden käyttö (PPSHP 2016). Äitiä tulisi kannustaa imettämään tupakan haittoista huolimatta, sillä lapsi hyötyy erityisesti äidinmaidon infektiosairauksilta suojaavista ominaisuuksista. Tämän vuoksi tupakointia ei runsaista haitoistaan huolimatta pidetä imetystä estävänä tekijänä. (Koskinen 2008.)

2.2.2 Alkoholi

Alkoholinkäytölle ei voida asettaa turvallista rajaa imetysaikana. Alkoholi poistuu rintamaidosta samaa tahtia kuin äidin verestä. Alkoholipitoisuus on korkeimmillaan noin 30-60 minuuttia alkoholin nauttimisen jälkeen. Lapselle ei ole vaarallista niinkään alkoholin määrä äidinmaidossa, vaan humaltuneen äidin hoito ja kohtelu. Vaikka rintamaidon alkoholipitoisuus vastaa äidin veressä olevaa pitoisuutta, lapsen saama alkoholimäärä äidinmaidosta on yleisesti ottaen pieni, eikä siten ole este imetykselle. Kohtuullisen alkoholinkäytön jälkeen voi imettää, mutta on syytä muistaa, että lieväkin humalatila vaikuttaa äidin ja lapsen vuorovaikutussuhteeseen ja voi siten vaikuttaa haitallisesti lapsen kehitykseen. Vauvan maksa ei ole vielä täysin kehittynyt, joten alkoholi poistuu elimistöstä imeväisiässä hitaasti. (THL 2016b.) Myös lapsen keskushermosto kehittyy voimakkaasti vielä ensimmäisten elinvuosien aikana, joten turhaa altistamista tulisi tästäkin syystä välttää (HUS 2016).

2.2.3 Yleisimmät väärinkäytetyt lääkkeet

Lääkeriippuvuudella tarkoitetaan tarpeettoman tai tarpeettomaksi muuttuneen lääkkeen jatkuvaa tai pakonomaista käyttöä riippumatta käytön aiheuttamista sosiaalisista tai terveydellisistä haitoista. Yleisimmät lääkkeet, joita käytetään väärin ovat ahdistuneisuuden ja unettomuuteen käytettävät lääkkeet sekä kivun ja yskän hoidossa käytettävät opiaatit. Lääkkeiden väärinkäyttöön liittyy usein psykologisen tai fysiologisen riippuvuu-

den kehittyminen. Fysiologisessa riippuvuudessa henkilön kyky sietää lääkkeen vaikutuksia on kohonnut eli hänelle on kehittynyt toleranssi. Silloin usein myös ilmenee erilaisia vieroitusoireita lääkkeen käytön lopettamisen jälkeisinä päivinä. Vieroitusoireet ovat yleensä syy siihen, miksi henkilöt jatkavat lääkkeen haitallista käyttöä. Riippuvuus voi olla luonteeltaan myös psykologista. Se perustuu siihen, että lääkeaine tuottaa henkilölle hyvää oloa eli euforiaa tai muita toivottuja psyykkisiä vaikutuksia. (Huttunen 2015a.)

Opiaatit ovat keskushermostoa lamaavia kipulääkkeitä. Opiaateiksi luokitellaan muun muassa morfiini, kodeiini, metadoni, oksikodoni, fentanyyli, tramadoli ja buprenorfiini. Niiden väärinkäyttö on vasta-aihe imetykselle, sillä niillä on useita haitallisia vaikutuksia lapselle. Joitain lääkkeitä ei suositella edes lyhytaikaiseen käyttöön, vaikka lääkettä ei käytettäisikään väärin. Yksi esimerkki tällaisesta lääkkeestä on kodeiini, sillä se saattaa aiheuttaa lapselle muun muassa hengityslamaa. (Tiitinen 2015.) Opiaattien väärinkäytön tavoitteena voi olla päihtyminen tai se voi olla myös riippuvaisen henkilön osalta itsehoitoa, joka tähtää vieroitusoireiden välttämiseen ja normaaliin oloon. Opiaattien lisäksi Suomessa useimmiten väärinkäytetään barbituraatti- ja bentsodiatsepiinipitoisia unilääkkeitä ja rauhoittavia lääkkeitä. Näiden lääkkeiden toivottuja vaikutuksia ovat muun muassa nukahtamisen helpottuminen ja rauhoittuminen sekä ahdistuksen lieventäminen. (Päihdelinkki 2016.) Satunnaisesti imetyksen aikana käytettävät uni- ja rauhoittavat lääkkeet eivät ole vaarallisia imeväisen kannalta, mutta pitkäaikainen käyttö saattaa kuitenkin aiheuttaa joitain haittoja lapselle (Malm ym. 2008).

2.2.4 Huumeet

Huumeiden käyttö on kohtalaisen yleistä Suomessa. Syksyllä 2014 tehdyn suomalaisväestölle suunnatun kyselytutkimuksen mukaan 20 prosenttia ilmoitti kokeilleensa jotain laitonta huumausainetta ainakin kerran elämässään. Kysely suunnattiin 7 000 suomalaiselle, joiden ikä oli 15-69 vuotta. Väestömäärään suhteutettuna voidaan arvioida, että jopa 800 000 suomalaista on joskus kokeillut jotain laitonta huumetta. (Hakkarainen ym. 2015.) Eniten käytetyt huumeet Suomessa ovat kannabistuotteet, heroini ja muut opiaatit, kokaiini, amfetamiini ja muut hallusinogeenit. Huumeriippuvuuteen liittyy usein fysiologisen riippuvuuden kehittyminen. Huumeriippuvuus voi ilmetä myös ilman merkittävää toleranssia tai vieroitusoireita, jolloin riippuvuus on luonteeltaan psykologista. Eri huumeet

eroavat toisistaan sekä psykogeenisilta ominaisuuksiltaan että toleranssin kehittymisen ja vieroitusoireiden suhteen. (Huttunen 2015b.)

Kannabistuotteiden vaikuttava aine on THC eli delta-tetra-hydrokannabiboli. Se varastoituu rasvakudokseen ja sen poistuminen elimistöstä voi kestää jopa kuukausia. Se voi aiheuttaa imeväiselle muun muassa uneliaisuutta ja huonoa syömistä. Pitkäaikaisia vaikutuksia ei ole vielä kunnolla tutkittu, mutta THC voi aiheuttaa motoriikan kehityksen viivästyistä. Amfetamiinin ja sen johdannaisien on tutkittu vähentävän maidon eritystä. Ne voivat aiheuttaa lapselle muun muassa ärtyisyyttä, itkuisuutta, levottomuutta ja huonoa nukkumista. Eläinkokeissa niiden on tutkittu vaikuttavan haitallisesti myös keskushermoston kehitykseen. (Casey 2012.)

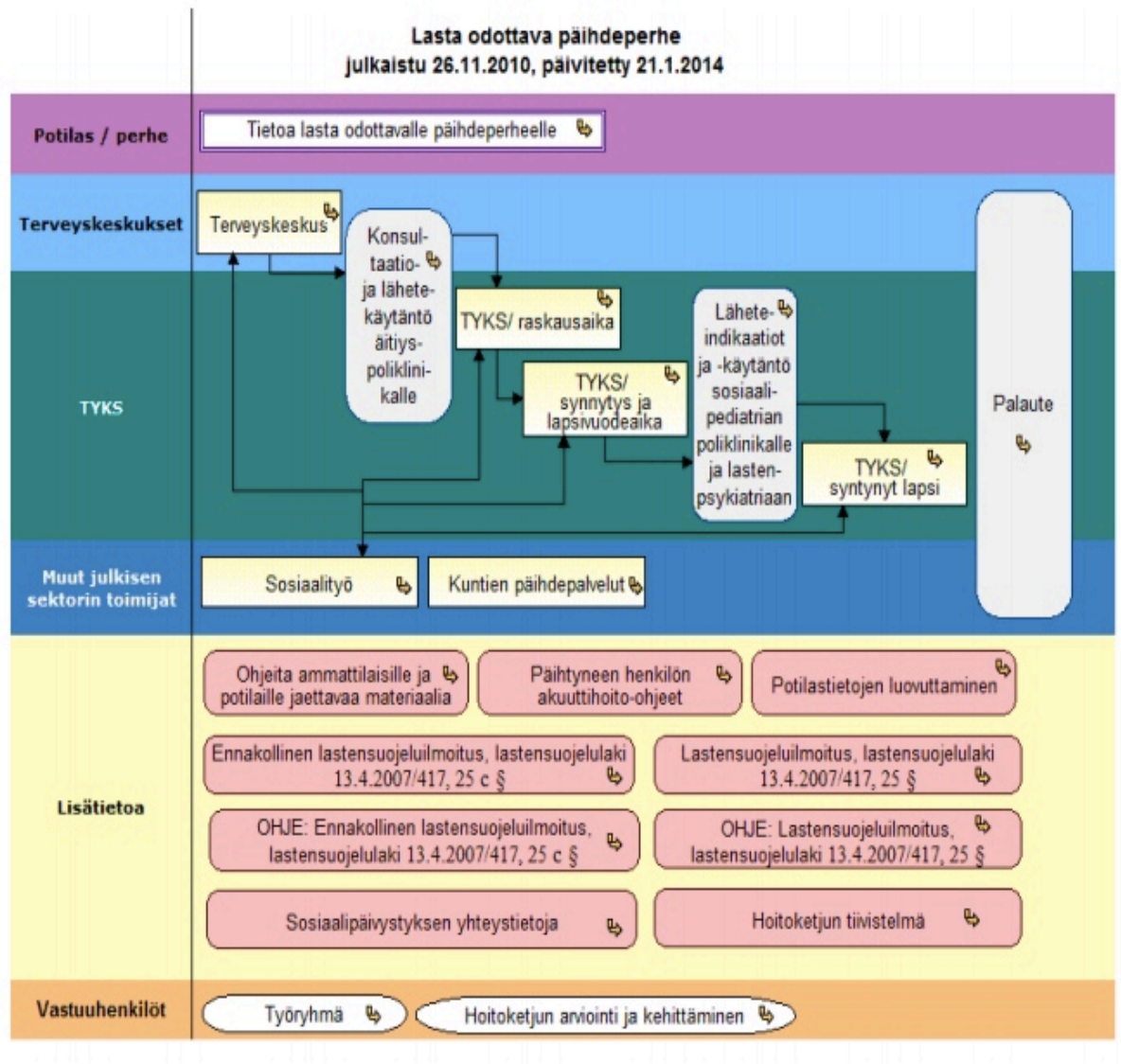
2.3 Tukea päihteettömyyteen

Päihdeongelmaisen äidin tukeminen päihteettömään elämään tulee aloittaa jo raskauden aikana. Neuvolasta äiti tulee ohjata tarvittaessa HAL- (huumeet alkoholi, lääkkeet) poliklinikalle, jossa tuetaan äitiyteen sekä päihdeidenkäytön lopettamiseen. Poliklinikalla arvioidaan myös, missä raskaudenaikainen seuranta tapahtuu ja missä äiti synnyttää. (Jalo 2013.)

Ensimmäisellä tapaamiskerralla raskaana oleva äiti tapaa päihdehaastattelun tekevän asiantuntijan, joka samalla kartoittaa äidin sosiaalista tilannetta. Myös sairaalan sosiaaliohjaaja on mukana hoitotiimissä. (KSSHP 2014.) Poliklinikalla kerrotaan tulevalle äidille päihdeiden vaikutuksista syntyvään lapseen ja kerrotaan tarvittaessa korvaushoidoista raskaudenaikana sekä synnytyksen jälkeen (Ekblad 2015). Lääkärin tutkimuksia on äidin tarpeen ja tilanteen mukaan, ja ultraäänitutkimuksia pyritään tekemään jo alkuraskaudessa, sillä tutkimusten mukaan ultraäänitutkimukset edesauttavat vanhemman kykyä kiintyä vauvaan jo raskauden aikana. Tämä puolestaan saattaa motivoida äitiä päihteettömyyteen. (Lindroos ym. 2015.)

Ennen synnytystä pidetään niin sanottu verkostopalaveri, jossa suunnitellaan synnytyksessä otettavat näytteet, lapsen seuranta, tukitoimet perheelle synnytyksen jälkeen sekä lapsen mahdollinen sijoitus synnytyksen jälkeen. Lastensuojelulain (417/2007) mukaan tulee jo raskausaikana tehdä ennakkoinen lastensuojeluilmoitus, jos epäillään äidin käytävän päihkeitä. Tuen tarpeen jatkuessa syntymän jälkeen, tehdään uusi lastensuojeluilmoitus, jotta saadaan äiti ja lapsi tukipalveluiden piiriin ja taataan heidän hyvä hoito moniammatillisen yhteistyön keinoin (Klemetti & Hakulinen-Viitanen 2013).

Hoito- ja kuntoutusketjut kuvaavat terveydenhuollon ammattilaisille hoidon etenemistä askel askeleelta sekä antavat kokonaiskuvan hoidon kulusta. Hoitoketjun tarkoituksena on yhdenmukaistaa sairauden ehkäisyyn, diagnostiikkaan, hoitoon ja kuntoutukseen liittyviä toimintoja. Moniammatillisissa asiantuntijatyöryhmissä laaditut hoitoketjut palvelevat sekä perusterveydenhuoltoa että erikoissairaanhoitoa ja parantavat näiden palvelujen saatavuutta, laatua ja vähentävät päällekkäisyyksiä. (VSSHP 2014.) Oheisessa kuvassa on kuvattu lasta odottavan päihdeongelmista kärsivän perheen hoitoketjumalli Varsinais-Suomen sairaanhoitopiirin alueella (Kuva 1).



Kuva 1. Raskaana olevan päihdeongelman hoitopolku. (Lähde: VSSHP 2014.)

2.4 Raskauden- ja imetyksenaikainen korvaushoito tukena

Suomessa korvaushoitoa säätelee sosiaali- ja terveysministeriön asetus, johon kuuluu korvaushoitolääkityksen lisäksi voimakasta psykososiaalista kuntoutusta. Hoidon tulee perustua yksilöllisesti laadittuun hoitosuunnitelmaan. (Partanen ym. 2015.) Raskauden aikana äidin on mahdollista päästä korvaushoitoon nopeutetusti. Korvaushoidon tulee olla valvottua ja äidin tulee olla tarkassa seurannassa hoidon ajan. Hoidossa käytetään useimmiten buprenorfiini- tai metadonilääkitystä. (Malm ym. 2008.) Osastoilla on mah-

dollista hillitä äidin vieroitusoireita myös muilla oireenmukaisilla lääkkeellisillä menetelmillä, kuten määräämällä lääkettä esimerkiksi ahdistukseen tai unta tukemaan (Alho ym. 2012).

Päihteitä käyttävien äitien kanssa työskenneltäessä tavoitteena on turvata äidin lisäksi myös lapsen turvallisuus, sillä korvaushoito on turvallisempi vaihtoehto kuin huumeiden käyttö (Alho ym. 2012). Korvaushoidon keskeyttämisellä saattaa olla kauaskantoisia seurauksia, sillä yhtäkkinen päihteidenkäytön lopettaminen ei ole turvallista sikiölle (Dahl & Hirschovits 2007). Sikiön hyvinvointia tulee seurata läpi hoidon ja äidin verenpainetta sekä pulssia tulee mitata säännöllisesti. Korvaushoito-annoksen laskeminen toteutetaan mielellään kuukautta ennen synnytystä ja tavoitteena on mahdollisimman kevyt lääkitys ennen synnytystä. (Laine & Räisänen 2015.)

Buprenorfiinin tai metadonin käyttö ei ole lisännyt sikiön epämuodostumia, mutta ne voivat aiheuttaa vastasyntyneelle vieroitusoireita. Päihteille altistuneet vastasyntyneet joutuvatkin usein vieroitusoireiden takia teho-osastolle. Vieroitusoireista kärsivän vastasyntyneen hoito saattaa kestää monia viikkoja ja mikäli vanhemmilla on oma vieroitushoito meneillään imetys ei aina heti onnistu. Imetys suositellaan kuitenkin aloitettavaksi heti kun mahdollista, sillä buprenorfiinia ja metadonia erittyy äidinmaitoon vain pieniä määriä, jolloin korvaushoito ei ole este imetykselle. (Alho ym. 2012; Balain & Johnson 2014.) Tutkimustiedon vähyydestä johtuen ensisijainen vaihtoehto imetettäessä on käyttää buprenorfiini- valmistetta yksinään, jos se vain on tilanteen salliessa mahdollista (Kahila 2012). Mikäli kuitenkin päädytään Suboxone- lääkitykseen, joka sisältää myös naloksonia, tulisi lääke annostella heti imetyksen jälkeen ja pitää vähintään kahden tunnin tauko imetyksestä, jolloin lääkepitoisuus on jo todella matala (Alho 2012).

Lapsen pediatriinen seuranta on välttämätöntä korvaushoidon aikana mahdollisten haittojen toteamiseksi (Ylikorkala & Tapanainen 2011). Vastasyntyneen kannalta seurattavia oireita ovat ensisijaisesti väsymys ja huono syöminen. Tutkimusten mukaan haitat ovat kuitenkin epätodennäköisiä ja lapsen rintaruokinnasta saama hyöty ylittää mahdolliset, lähinnä teoreettiset, altistumiseen liittyvät riskit. (Malm 2016.) Korvaushoidossa käytettävien lääkkeiden väärinkäyttö sekä samanaikainen huumeiden käyttö on kuitenkin välitön este imetykselle ja korvaushoidossa olemiselle. Imetyksen edellytyksenä on myös, että äidillä ei ole muita imetyksen vasta-aiheita ja äiti on tiiviissä päihdehoitokontaktissa. (Kivitie-Kallio 2012.)

Vieroitushoidon turvaamiseksi perhe tulisi saada jatkohoitoon, jotta päihteettömyyttä pystyttäisiin tukemaan kannustavassa ja luotettavassa ympäristössä. Kotiuttamisvaiheessa käydään hoitoneuvottelu, jossa selvitetään nykytilanne sekä vauvan terveydentila. Neuvottelun tarkoituksena on turvata joustava siirto seuraavaan hoitopaikkaan tai kotiin, ja jatkaa yhteistyötä perheen kanssa. Kuntoutukseen liitetään useimmiten voimakas psykososiaalinen tuki, johon äidin tulee sitoutua. Lisäksi tulisi kartoittaa siviilissä olevia tukiverkostoja, jotka voivat olla avuksi äidin kuntouttamisessa. (Orasniemi 2014.)

3 TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää kirjallisuuskatsauksen avulla, millaisia vaikutuksia päihteiden käytöllä on imetykseen ja millaisia riskejä ne voivat aiheuttaa lapselle. Tarkoituksena on myös selvittää, millä eri keinoilla terveydenhuollon ammattilaiset voivat puuttua ja antaa tukea päihdeongelmista kärsiville perheille. Tavoitteena on lisätä aiheeseen liittyvää tietoisuutta sairaanhoitajaopiskelijoiden ja hoitohenkilökunnan keskuudessa.

Opinnäytetyön tutkimuskysymykset:

1. Mitä vaikutuksia päihteillä ja tupakoinnilla on imetykseen ja lapsen terveyteen?
2. Miksi on tärkeää tukea päihdeongelmista kärsivää äitiä vanhemmuudessa ja imetyksessä?

4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

Opinnäytetyön menetelmäksi valittiin kirjallisuuskatsaus. Kirjallisuuskatsaus määritellään tutkimukseksi, joka tutkii jo ennen tehtyjä tutkimuksia luoden niiden pohjalta uutta tutkimustietoa. Sitä voidaan käyttää joko olemassa olevan teorian kehittämiseen tai apuna uutta teoriaa luodessa. Katsauksella pyritään tunnistamaan ongelmia jo valmiissa teoriassa ja se tarjoaa myös mahdollisuuden kuvata tietyn teorian kehitystä pidemmällä aikavälillä. (Salminen 2011.)

Kirjallisuuskatsaukseen haettiin tutkimuksia muun muassa seuraavista sähköisistä viitetietokannoista: Cinahl, Google Scholar ja Pubmed. Työhön käytettiin korkeintaan 10 vuotta vanhoja tutkimuksia ja tieteellisiä artikkeleita. Sekä kansainvälisiä että kotimaisia tutkimusartikkeleita löytyi aiheeseen liittyen melko niukasti. Englanninkielisinä hakusanoina käytettiin *breastfeeding*, *smoking*, *alcohol*, *nicotine*, *illegal drugs* ja *opioid abuse*. Suomenkielisinä hakusanoina käytettiin *päihteet*, *alkoholi ja imeväinen*, *huumeet* sekä *imetys*. Tutkimusartikkeleiden valinta tehtiin otsikoiden osuvuuden ja tekstin ymmärrettävyyden perusteella. Osa tutkimuksista valittiin myös tiivistelmän perusteella. Lisäksi tietoa kerättiin luotettavista internetlähteistä, kuten Terveystieteen ja hyvinvoinnin laitoksen sivuilta. Teoriapohjaa laajennettiin myös alaan liittyvällä luotettavalla kirjallisuudella. Tuloksiin valikoitui yhteensä 24 kansainvälistä ja kotimaista tutkimusta. Tiedonhakupöytäkirja (Liite 1.) ja tutkimustaulukko (Liite 2.) liitettiin työn loppuun selventämään työn lopputulosta. Tietokantahauista kirjattiin tiedonhakupöytäkirjaan ainoastaan haut, jotka valikoituivat työhön.

5 KIRJALLISUUSKATSAUKSEN TULOKSET

5.1 Päihteiden ja tupakoinnin vaikutuksia imetykseen ja lapsen terveyteen

On todettu, että äidit, jotka ovat lopettaneet tupakanpolton raskauden ajaksi, usein jatkavat sitä synnytyksen jälkeen ja näin ollen koko imetyksen ajan (Zagierski ym. 2012). Lapsi altistuu nikotiinille ja muille tupakan vaarallisille yhdisteille rintamaidon kautta. Kemiallisten yhdisteiden on todettu häiritsevän lapsen normaalia kasvua ja saattavan olla yhteydessä lapsuusiän ylipainoon. Painon kehitys on normaalia nopeampaa kahteen ikävuoteen asti, mutta ylipainon riski on suurempi tämän jälkeenkin. Tämän on arveltu johtuvan muun muassa nikotiinin vaikutuksista aivojen ruokahalua säätelevään osioon. Eräässä tutkimuksessa 7-vuotiaat lapset, joita olivat imettäneet tupakoivat äidit, olivat painavampia ja lyhyempiä kuin muut tutkimukseen osallistuneet lapset. (Xiaozhong ym. 2013.) Imetyksenaikainen tupakointi saattaa aiheuttaa monia haittavaikutuksia lapsuudessa sekä myös myöhemmin aikuisiällä. Imeväinen saa tupakasta haittavaikutuksia sekä suoraan tupakansavusta että epäsuorasti rintamaidon kautta. Tupakoivien äitien rintamaidossa on huomattavasti pienempi määrä antioksidantteja kuin ei-tupakoivien äitien maidossa ja näin ollen rintamaidon terveysvaikutukset jäävät pienemmiksi. Rintamaidon antioksidanttipitoisuutta on tutkittu maitonäytteillä tupakoivien äitien maidosta ja verrattu ei-tupakoivien äitien maitoon. (Zagierski ym. 2012.)

Nikotiinin määrä rintamaidossa on yli puolet suurempi kuin sen määrä äidin veren seerumissa. On arvioitu, että tupakan yhdisteiden haitallisten vaikutusten siirtyminen rintamaitoon riippuu poltettujen savukkeiden määrästä päivässä sekä siitä, kuinka pitkä aika edellisestä savukkeesta on seuraavaan imetyskertaan. Tupakansavulle altistuminen voi aiheuttaa lapselle ärtyisyyttä, itkuisuutta, väsymystä ja univaikeuksia sekä koliikkikipuja. Imetyksenaikainen tupakointi saattaa myös aiheuttaa lapselle myöhemmin muisti- tai oppimishäiriöitä. (Banderali ym. 2015.)

Useissa tutkimuksissa kävi ilmi, että tupakoivat äidit ovat yleensä heikommin motivoituneita imetykseen ja näin ollen myös imettävät kokonaisuudessaan lyhyemmän aikaa. Eräässä tutkimuksessa tämän on arveltu johtuvan muun muassa siitä, että äidit kokevat maitomäärän riittämättömäksi tai siitä, että imeväisen käytös vaikeutuu, jolloin saattaa olla helpompi kokeilla jotain muuta ruokintatapaa. Useat äidit myös tiedostavat tupakoinnin haitat lapseen ja haluavat sen vuoksi siirtyä nopeammin äidinmaidonkorvikkeisiin. (Goldade ym. 2008.)

Tähän asti tehtyjen tutkimusten mukaan alkoholin vaikutuksista imetykseen ei ole riittävästi näyttöä, joten siksi sitä ei yleisesti suositella. Vähäisilläkin alkoholimäärillä saattaa olla vaikutuksia imeväisen terveyteen. Usein äidit, jotka lopettavat alkoholinkäytön raskauden ajaksi aloittavat käytön uudestaan synnytyksen jälkeen ja jatkavat sitä koko imetyksen ajan. Tutkimuksissa käy ilmi, että mitä vanhempi äiti on, sitä yleisempää alkoholinkäyttö on niin raskauden kuin imetyksenkin aikana. (Maloney ym. 2011.)

Alkoholi heikentää oksitosiini-hormonin toimintaa. Tällöin herumisrefleksin laukeaminen kestää kauemmin ja maidon kokonaismäärä jää pienemmäksi. Alkoholinkäyttö imetyksen aikana saattaa altistaa lasta myös hypoglykemialle eli liian alhaiselle verensokerille. (Dunney ym. 2015.) Imetyksen alussa lapsi nauttii alkoholipitoista maitoa halukkaasti, mutta kokonaismäärä jää kuitenkin pienemmäksi kuin alkoholitonta maitoa nauttiessa. Rintamaidon alkoholipitoisuus on sama kuin äidin veressä. Alkoholi kulkeutuu rintamaitoon ja siirtyy sitä kautta imeväisen elimistöön. Imeväisen veren alkoholipitoisuus jää kuitenkin alhaisemmaksi kuin äidin. Veren alkoholipitoisuus ei nouse niin nopeasti eikä yhtä korkealle tasolle imettävillä äideillä kuin ei-imettävillä äideillä. Syynä tähän saattaa olla esimerkiksi etanolin jakautuminen imettävien äitien elimistön suurempaan vesimäärään. (Pohjola ym. 2007.)

Tutkimusten mukaan äidit, jotka käyttävät runsaasti alkoholia imetyksen aikana lopettavat todennäköisemmin imettämisen nopeammin kuin äidit, jotka käyttävät alkoholia vain vähän tai eivät lainkaan. Äidinmaidon kautta erittyvän alkoholin vaikutus imeväisen kehitykseen on yhä kiistanalainen. Tällä hetkellä asiaa tutkitaan eläinkokeilla. (Maloney ym. 2011.) Alkoholin käytön on tutkittu häiritsevän imeväisikäisen lapsen unta. Äidin imetyksen aikana nauttima alkoholi vaikuttaa lapsen uneen vähentämällä lapsen aktiivisen unen määrää ja lyhentämällä pisintä unijaksoa. (Pohjola ym. 2007.)

Imeväisen äidinmaidosta saama lääkemäärä riippuu imetyn maidon määrästä sekä lääkeaineen pitoisuudesta äidinmaidossa. Lääkeaineen kulkeutumiseen rintamaitoon vaikuttavia tekijöitä ovat muun muassa sen rasvaliukoisuus, molekyylikoko ja sitoutuminen plasman proteiineihin. Vastasyntyneen kyky käsitellä lääkeaineita on vielä kehittymätön. Tästä johtuen joissain tilanteissa äidinmaidon kautta saatu altistuminen lääkeaineelle saattaa aiheuttaa jopa hengenvaaran lapselle. (Mota ym. 2013.) Kaikki keskushermostoon vaikuttavat lääkkeet voivat liiallisesti tai väärinkäytettyinä aiheuttaa lapselle lääkettä ja vieroitusoireita, mikäli ne kertyvät lapsen elimistöön. Tällöin lapsi yleensä tarvitsee seuranta-aikaa sairaalassa tai jopa tehohoitoa. Koska imeväisikäisen lapsen keskushermosto ei ole vielä täysin kehittynyt, opiaattien runsas käyttö saattaa vaikuttaa haitallisesti sen

kehitykseen. Runsas opiaattien käyttö voi myös aiheuttaa muutoksia lapsen käytökseen. Lapsella saattaa esiintyä muun muassa väsymystä, uneliaisuutta, huonoa ruokahalua, imemisvaikeuksia, vapinaa ja velttoutta. (Handal 2011.)

Bentsodiatsepiinit eivät satunnaisesti käytettynä aiheuta imeväiselle haittoja, koska lääkeainetta ei tällöin kerry merkittäviä määriä äidinmaitoon. On kuitenkin tutkittu, että niiden pitkäaikaisen ja liiallisen käytön seurauksena lääkeainetta saattaa rintamaidon kautta kertyä lapsen elimistöön haitallisia määriä. Runsas käyttö saattaa aiheuttaa lapselle lisääntyntä uneliaisuutta ja velttoutta. (Handal 2011.) Lääkkeiden väärinkäytön on tutkittu olevan yhteydessä myös imetyksen lyhentyneeseen keston (Javan ym. 2014).

Ranskassa tehty tutkimus osoittaa, miten huumausaineet vaikuttavat lapseen imetyksen kautta. Yleisimmät haittavaikutukset liittyvät lapsen keskushermoston oireiluun. Esimerkiksi käytöksen muutokset ja unettomuus ovat tyypillisiä oireita huumeita käyttävien äitien lapsilla. Toiseksi yleisimpiä haittavaikutuksia ovat ripulointi ja oksentelu. Haittavaikutuksista jopa 40 prosentin ajateltiin olevan vakavia. Tutkimuksen mukaan lähes kaikki ilmoitukset koskien lapsien haittavaikutuksia tehtiin terveydenhuollon ammattilaisten toimesta. Vain 11,3 prosenttia oli terveydenhuollon asiakkaiden tekemiä. (Soussan ym. 2014.)

Kannabistuotteisiin kuuluva marihuana ei ole kaikkien imetyksen asiantuntijoiden mukaan vasta-aihe imetykselle. Erään tutkimuksen mukaan 44 prosenttia asiantuntijoista kertoi suositustensa riippuvan siitä, kuinka yleistä äidin marihuanan käyttö on. Jopa 41 prosenttia kertoi suosittavansa imetystä marihuanan käytöstä huolimatta, sillä imetyksen hyödyt ovat lapselle suuremmat kuin siitä saatavat haitat. Vain pieni osa asiantuntijoista kielsi imetyksen kokonaan aineen käytön yhteydessä. Asiantuntijoiden mukaan marihuanan käyttö imetyksen aikana on kohtalaisen yleistä. Jopa 15 prosenttia heidän asiakkaistaan oli käyttänyt sitä vähintään kerran viimeisen vuoden aikana. (Bergeria 2015.)

5.2 Tukea päihteitä käyttävälle äidille vanhemmuuteen ja lapsen imetykseen

Päihdeongelma jo itsessään aiheuttaa äideissä häpeän tunteita, eivätkä negatiiviset asenteet päihdeongelmaisia kohtaan helpota äidin hoitoon hakeutumista (Behm 2015). Monesti juuri negatiivisten asenteiden vuoksi äidit pyrkivät salaamaan päihteiden käytönsä, eivätkä hae apua ongelmiinsa (Soukiala 2012). Terveydenhuollon ammattilaiselta

vaaditaan ammattitaitoa olla tuomitsematta, ja syyllistämättä vanhempia (Behm 2015). Sen sijaan tulee etsiä keinoja, joilla vanhempia voidaan tukea kyseisessä elämäntilanteessa (Soukiala 2012).

Päihdekeskeinen elämäntapa on monesti juurtunut äidin elämään ja aina raskaus tai synnytys ei riitä syyksi lopettamaan päihteiden käyttöä. Päihdeongelmaisilla naisilla saattaa olla paljon kasautuneita vaikeuksia, riskejä ja traumaattisia kokemuksia, jolloin heillä ei ole kykyä huolehtia edes itsestään ja hyvinvoinnistaan (Honkanen 2008; Behm 2015). Tällöin, kun äidin oma tuen tarve on niin suuri, vauvan tarpeiden miettiminen voi tuntua hänestä ylitsempääsemättömän vaikealta (Pajulo 2011). Täten päihteitä käyttävä äiti tarvitsee kaiken saatavilla olevan avun ja hoidon, jonka yhteiskunta voi tarjota (Perälä ym. 2014).

Terveystuella ammattilaisten tulee ottaa huomioon, että äidin ensimmäisillä kokemuksilla vanhemmuudesta on suuri merkitys. Synnytysosastolla tulee pyrkiä luomaan pohja äitiydelle, sillä mikäli äiti kokee pettymyksiä ja syyllisyyttä jo osastohoidon aikana, jatkohoidolle asetetaan alkutilannettakin haastavammat olosuhteet. Hoitajan tulee pitää mielessä, että päihdeongelmaiset vanhemmat ovat usein hyvin herkkiä palautteelle, mutta haluavat kuitenkin oppia hoitamaan lastaan. (Sutinen 2010.) Äiti tulee ottaa mukaan vastasyntyneen hoitoon, ja äitiä kannustetaan imetykseen aina kun se on mahdollista. Päihteitä käyttävät äidit kuuluvat siihen riskiryhmään, joka lopettaa imettämisen lyhyeen tai ei aloita sitä lainkaan. Tällöin irralliset interventiot neuvolassa tai synnytysosastolla eivät ole vakuuttavia. (Honkanen 2008; Rayfield ym. 2015.)

Imetyksen tukeminen on erityisen tärkeää päihdeongelmaisten äitien keskuudessa, sillä heillä on usein vaikeuksia vuorovaikutuksessa lastensa kanssa ja imetyksellä puolestaan on tärkeä merkitys sen kehittämisessä (Honkanen 2008). Tutkimusten mukaan päihdeongelmainen äiti ja päihteille altistunut vauva ovat kuitenkin vaikea pari toisilleen, sillä vauva tarvitsee erityisen paljon apua olotilansa säätelyyn ja äiti taas apua päihdeongelmaansa ja mahdollisiin vieroitusoireisiin. Haasteita aiheuttaa päihteille altistuneen vauvan viestien epäselvyys ja vaikea tulkittavuus. Vastasyntynyt on herkempi itkemään ja erityisen herkkä kosketukselle, jolloin häntä on vaikea lohduttaa. Usein vauva kokee myös vähemmän positiivisia tunteita ja tekee vähemmän aloitteita vuorovaikutukseen. Äidin osalta haasteita luo hänen heikko kykynsä lukea vauvan viestejä oikein ja ajoissa. Tällöin on vaarana, että äiti tulkitsee viestejä omista negatiivisista vuorovaikutuksistaan käsin, joka johtaa vetäytymiseen vuorovaikutuksesta. Äiti saattaa turvautua jälleen päih-

teisiin ja pahimmillaan lapsen laiminlyöntiin ja pahoinpitelyyn. Vahva hoidollinen väliintulo on päihteitä käyttävien äitien keskuudessa tarpeen, jotta lapsi saadaan äidin mielessä ykköseksi. (Honkanen 2008; Pajulo 2011.)

Päihteitä käyttävää äitiä saattaa motivoida tieto siitä, että imettämällä lastaan sekä varhaisella vuorovaikutuksella hän edesauttaa lasta selviytymään vieroitusoireista paremmin. Syynä tähän on vauvan ja äidin vuorovaikutuksessa käynnistyvä oksitosiini-hormonin erittyminen, joka tukee kiintymyssuhteen muodostumista, lisää kohdun supistumista sekä lisää äidin aistiherkkyttä hoivata lasta. Ihokontakti vapauttaa oksitosiinia myös vastasyntyneen verenkiertoon ja keskushermostoon vähentäen lapsen kiputuntoa, rauhoittaen pulssia ja hengitystä sekä laajentaen verisuonia, jolloin kehon lämpötila pysyy tasaisempana. Vauva myös itkee vähemmän sekä vauvan vaistonvarainen käytös voimistuu (Welle-Strand ym. 2013; Moore ym. 2012.)

Päihteiden käytön tehdessä vastasyntyneen käytöksen tulkinnasta erityisen vaativaa, on tärkeää käydä jo raskauden aikana läpi äidin kanssa, mitä vaikutuksia altistuksella on muun muassa vastasyntyneen viestinnässä ja mitä haasteita se saattaa luoda imettämiseen. Vieroitusoireista kärsivän lapsen imemistekniikka voi olla puutteellinen ja kiihkeä imeminen sekä lisääntynyt ärtyneisyys saattavat vaikeuttaa imettämistä. (Pajulo 2011.) Imettämiseen on kuitenkin syytä kannustaa, sillä Welle-Strandin ym. (2013) tekemässä tutkimuksessa selvisi, että äidinmaitoa saaneilla vastasyntyneillä vieroitusoireet alkoivat keskimäärin myöhemmin ja olivat luonteeltaan lievempiä kuin äidinmaidonkorviketta saaneilla lapsilla. Imetetyt lapset myös tarvitsivat vähemmän farmakologisia hoitoja, kuin korviketta saaneet. Tutkimuksen mukaan imettäneet äidit osallistuvat myös kokonaisvaltaisemmin lapsensa hoitoon, joka puolestaan lisäsi äidin ja lapsen keskinäisen siteen muodostumista. (Welle-Strand ym. 2013.)

Tukeakseen vuorovaikutusta ja kiintymyssuhdetta hoitajan on tärkeää antaa myönteistä palautetta hyvin sujuneista asioista sekä vahvistaa vanhempien kokemusta omista taidoistaan. Etenkin äideille oman kyvykkyyden kokemus on masennukselta suojaava tekijä. (Pajulo 2011.) Imetyksen lisäksi äitiä tulisi rohkaista viettämään aikaa vauvan kanssa, mikäli hänellä ei ole voimakkaita negatiivisia tunteita lasta kohtaan. Runsas katse- ja kosketuskontakti, vuorovaikutuspuhe, yhdessä toimiminen ja jutteleminen lisäävät vuorovaikutussuhteen kehittymisen lisäksi myös maidontuotantoa. (Kauranen 2016.)

Koska päihteet ja mielenterveys usein kulkevat käsi kädessä on aiheellista tarkastella myös Borran ym. (2014) tekemää tutkimusta, jonka mukaan imetyksellä on sen onnistuessa tärkeä rooli äidin mielenterveyden kannalta, sillä imettäminen lievittää stressiä ja

sitä kautta suojaa äitien mielenterveyttä. On kuitenkin tärkeää pitää mielessä, että vanhemman masennuksen tai päihdeongelman ollessa jo päällä, saattaa se vaikuttaa epäsuotuisasti kiintymyssuhteen muodostumiseen ja sen kautta heijastua lapsen kehitykseen ja hyvinvointiin. (Borra ym. 2014.) Täten on tärkeää tunnistaa ja hoitaa masennus tai päihdeongelma varhain sekä tukea perheen sisäistä vuorovaikutusta kaikin mahdollisin keinoin (Honkanen 2008; Musetti ym. 2016).

6 POHDINTA

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää päihteiden ja tupakan vaikutuksia imetykseen ja lapsen terveyteen sekä mieltä, miksi on tärkeää tukea äitiä imetyksessä ja matkalla päihdeettömään elämäntapaan. Päihdeongelmaisen naisen raskaus on aina riskiraskaus, joka vaatii moniammatillisen tiimin saumatonta yhteistyötä. Yhteistyö vaatii toimivaa hoitoketjua perusterveydenhuollon, erikoissairaanhoidon, sosiaalitoimen sekä päihdehoitopaikkojen välillä. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2009.)

Opinnäytetyön tuloksista kävi ilmi, että kaikilla päihteillä sekä tupakalla on haitallisia vaikutuksia imetykseen ja lapsen terveyteen. Useissa tutkimuksissa todettiin, että usein sekä tupakoivat että alkoholia käyttäneet äidit lopettivat käytön raskauden ajaksi, mutta jatkoivat käyttöä heti synnytyksen jälkeen ja näin ollen koko imetyksen ajan (Maloney ym. 2011; Zagierski ym. 2012). Tupakan ja päihteiden on todettu myöskin vaikuttavan imetyksen kestoon lyhentämällä sitä (Goldade ym. 2008; Javan ym. 2014; Dunney ym. 2015). Varsinkin tupakoiville äideille tulisi korostaa, että tupakanpoltosta huolimatta imetystä on turvallista ja lapsen edun mukaista jatkaa, sillä lapsen imetyksestä saamat hyödyt ovat suuremmat kuin tupakanpoltosta saamat haitat. Syy siihen, että tupakoivat äidit imettävät keskimäärin lyhyemmän aikaa saattaa osin olla tiedonpuutetta imetyksen monista hyödyistä sekä luulo siitä, että tupakointi imetyksen aikana on lapselle vaarallista. (Goldade ym. 2008.)

Tieto alkoholin vaikutuksista imetykseen on yhä nykyäänkin kiistanalaista. WHO:n yhtenäinen ohjeistus on, että äiti rajoittaa alkoholinkäyttöä imetyksen aikana, mutta tätä ohjeistusta toteutetaan kansainvälisesti eri tavoin. (Dunney ym. 2015.) Olisi tärkeää saada tulevaisuudessa yhtenäistä näyttöön perustuvaa tietoa alkoholin haitoista, sillä sen käyttö on kuitenkin kohtalaisen yleistä ja oikealla tiedolla saatettaisiin mahdollisesti vähentää lapsiin kohdistuvia haittatapahtumia.

Opinnäytetyötä tehdessä kävi ilmi, että päihdeongelmaiset leimataan helposti ilman, että heidän näkökulmaansa edes pyritään ymmärtämään. Peruspalveluissa tarvittaisi riittävästi aikaa ja osaamista sekä motivoivaa asennetyötä, jotta suhtautuminen päihdeongelmaisia raskaana olevia kohtaan muuttuisi. Terveystieteiden työntekijän positiivinen ja kannustava asenne on tärkeää luottamuksen syntymisen ja äitien avun hakemisen kannalta. Päihteiden puheeksiottoa pidettiin tärkeänä, mutta työntekijät kuvasivat sen toteutumisessa monia haasteita. Tilanteet herättivät työntekijöissä pääosin kielteisiä tun-

teita. Perheen tilanteeseen liittyvien huolien, kuten sosiaalisen huono-osaisuuden ja ongelmien kasautumisen puheeksiotto koettiin helpommaksi, kuin lapsen kasvuun ja kehitykseen tai vanhemmuuteen liittyvien asioiden käsittely. Puheeksiotto on kuitenkin äärimmäisen tärkeää, sillä varhain käynnistetyillä tukitoimenpiteillä voidaan ehkäistä perheen riskiolojen heijastuminen vanhemmuuteen. (Behm 2015; Honkanen 2008.) Soukialan tutkimuksen mukaan asiakassuhde on tärkein tekijä palvelukokemuksen onnistumisen kannalta. Päihdeongelmalliselle perheelle on tärkeää välittää kokemus, että työntekijä haluaa auttaa ja tukea perhettä, sillä päihteitä käyttävillä äideillä on usein heikko luottamus avun ja hoidon järjestymiseen. (Soukiala 2012.)

Palvelujärjestelmän vastaaminen päihdeongelmaisen äidin tarpeisiin ei aina ole kovin yksinkertaista. Päihteitä käyttävällä äidillä on oikeus saada välittömästi riittävät päihteettömyyttä tukevat sosiaali- ja terveystaloudelliset palvelut. Silti moni äiti, joka haluaisi hoitoa, ei välttämättä pääse oikeanlaisten palveluiden piiriin. Tämä voi olla esteenä äidin kuntoutukselle ja johtaa siihen, että lapsi otetaan heti synnytyksen jälkeen huostaan. Kuntoutuksen viivästyminen puolestaan voi johtaa äidin motivaation laskuun kuntouttamisen suhteen. Palvelujen kehittämisessä kunnan taloudellinen tilanne oli merkittävin tekijä. (Perälä ym. 2014.)

Tutkimuksista kävi myös ilmi, että imettämisen tukemiselle on erityinen tarve päihteitä käyttävien äitien keskuudessa. Äidit, jotka saivat runsaasti tukea imetykseen, imettivät todennäköisemmin ja pidempään kuin äidit, jotka kokivat imetyksen tukemisen jääneen taka-alalle. Monelle äidille saattaa tulla myös yllätyksenä se, että imettäminen on mahdollista ja jopa suositeltavaa korvaushoidon aikana. (Rayfield ym. 2015.)

Opinnäytetyön prosessi oli monin tavoin opettavainen tiedonhausta ja kirjoittamisesta lähtien aina uuden tiedon sisäistämiseen asti. Päihteitä käyttävän äidin kohtaaminen ja lapsen mahdollisten oireiden seuraaminen olivat tärkeitä oppimiskohteita. Jos tulevaisuuden työelämässä tulee vastaan päihdeongelmista kärsivä perhe, työnlaatijat osaavat kohdata heidät ammattimaisesti, myötätuntoisesti ja ennakkoluulottomasti.

6.1 Eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyö toteutetaan kirjallisuuskatsauksena, jolloin se on eettisesti toteutettu loukaamatta kenenkään yksityisyyttä tai asettamatta ketään vaaraan. Tutkimusetiikan näkökulmasta hyvän tieteellisen käytännön tärkeitä lähtökohtia ovat rehellisyys, huolelli-

suus ja tarkkuus (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012). Piittaamattomuus hyvästä tieteellisestä käytännöstä voi ilmetä muun muassa puutteellisina viittauksina aikaisempiin tutkimuksiin tai tulosten huolimattomana tai puutteellisena kirjaamisena (Leino-Kilpi & Välimäki 2014). Tässä työssä kaikki lähteet ja käytetyt hakusanat on tallennettu tarkasti ja merkitty oikeaoppisesti lähteisiin. Tuloksista tehtiin taulukko, johon merkattiin työhön käytettyjen tutkimusten päätulokset. Myös tiedonhausta tehtiin taulukko, jotta työn lukija näkee, millä hakusanoilla tutkimuksia on etsitty. Viittaaminen muiden tutkijoiden tekemiin töihin tapahtui asianmukaisella tavalla ja heille annettiin niihin kuuluva arvo ja merkitys. Opinnäytetyö ei sisällä plagiointia eli toisen tekstin käyttämistä omissa nimissään (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012).

Opinnäytetyön aihe, imettävien äitien päihteiden käyttö, on itsessään eettinen ongelma. Päihteiden käyttöön imetyksen ja raskauden aikana suhtaudutaan yleisesti negatiivisesti. Eettisiä kysymyksiä työn laatijoissa herätti muun muassa se, kenellä on oikeus puuttua raskaana olevan tai imettävän naisen päihteiden käyttöön ja tupakan polttoon sekä milloin siihen on aiheellista puuttua. Sairaanhoidtajalle voi olla eettisesti ja moraalisesti haastavaa hoitaa päihteitä käyttävää pienen lapsen äitiä. Kaikesta huolimatta äidin tulee saada paras mahdollinen hoito hoitajan omasta eettisestä näkökannasta huolimatta. Turha syyllistäminen tulisi jättää pois ja keskittyä sen sijaan asianmukaiseen ja onnistuneeseen hoitoon ja päihteettömyyden tukemiseen. Lapsi on riippuvainen äitinsä toiminnasta ja ratkaisuista, joten on tärkeää pyrkiä kehittämään päihdeongelmaisen äidin tunnistamista, hoitoa ja tukemista sekä myös päihteille altistuvan lapsen seurantaa. (Soukiala 2012.) Vaikka sanat *äiti* ja *päihde* eivät sovi eettisesti tarkasteltuna yhteen, ansaitsee äiti silti kaiken tuen ja hoidon siinä missä kuka tahansa muu hoitoon hakeutuva. Aiheena äidin päihteidenkäyttö on myös hyvin arkaluonteinen. Olisi eettisesti väärin pyrkiä keräämään tutkittua tietoa päihteiden vaikutuksista imetykseen ja lapsen terveyteen altistamalla lapsi äidin päihteidenkäytölle tutkimusmielessä.

Opinnäytetyön luotettavuuteen kiinnitettiin tarkasti huomiota koko kirjoitusprosessin ajan. Työn luotettavuutta tarkasteltiin validiteetin ja reliabiliteetin näkökulmista. Validiteetilla viitataan siihen, onko työssä vastattu tutkimuskysymyksiin ja reliabiliteetilla viitataan tulosten pysyvyyteen (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013). Työtä tehdessä oltiin kriittisiä valitessa ja tulkitessa lähteitä ja kiinnitettiin huomiota muun muassa niiden uskottavuuteen sekä ikään ja laatuun. Lähdemateriaali rajattiin vuosiin 2006 - 2016. Luotettavuuden takaamiseksi työssä pyrittiin käyttämään mahdollisimman tuoreita tutkimuk-

sia ja lähteitä, joiden yläikärajana toimi kymmenen vuotta. Tulosten luotettavuus perustuukin niissä käytettyjen tutkimusten ja kirjallisuuskatsausten luotettavuuteen ja vääristelemättömyyteen.

Työhön kerättiin kattava ja laaja aineisto, jonka pohjalta tutkimustuloksia tarkasteltiin. Huolellisella aineistoon perehtymisellä oli mahdollista tuoda esille luotettavia tuloksia. Osassa työhön valituista tutkimuksista oli melko pieni otoskoko, mikä saattaa osaltaan heikentää tulosten luotettavuutta. Työn rajauksessa oli haasteellista pysyä imetyksen parissa läpi työn, sillä raskaudenaikaisesta päihteiden käytöstä tutkittua tietoa löytyi runsaasti ja imetys ilmeni usein vain sivuaiheena. Joidenkin päihteiden vaikutuksista imeväiseen ole vielä tarpeeksi tutkittua tietoa, vaan tieto perustuu lähinnä eläinkokeissa saatuihin tuloksiin. Esimerkiksi huumeiden vaikutuksista imetykseen ja lapseen löytyi erittäin niukasti tieteellisiä tutkimuksia. Imetyksenaikainen huumeiden käyttö on myös erittäin vaikea tutkimusaihe, sillä lasta ei voi altistaa huumeille tutkimusmielessä, eivätkä huumeita käyttävät äidit ole useinkaan myönteisiä osallistumaan aihetta koskeviin tutkimuksiin. Myöskään päihteitä käyttävien äitien imetyksen tukemisesta ei juurikaan löytynyt tietoa, vaikka imetyksen tukemisesta ja päihdeongelmaisten äitien tukemisesta löytyi erikseen runsaasti tietoa. Aineiston vähäisyys toi haasteita opinnäytetyön tekoon. Tästä johtuen opinnäytetyön tuloksissa jouduttiin käyttämään myös joitain kirjallisuuskatsauksia, vaikka ensisijaisesti pyrittiinkin käyttämään alkuperäistutkimuksia. Tulee myös ottaa huomioon, että usein imetyksen aikana päihteitä käyttävät äidit ovat käyttäneet päihteitä jo raskauden aikana. Tällaisessa tilanteessa on vaikea arvioida, johtuvatko lapsen normaalista poikkeavat muutokset äidin raskauden- vai imetyksenaikaisesta päihteiden käytöstä.

Kansainvälisiin tutkimuksiin perehtyminen vaati niiden huolellisen käännöstyön. Tekijöiden kielitaito saattaa heikentää työn luotettavuutta, koska tutkimuksissa käytettävä sanasto on usein vaativaa ammattisanastoa. Kolmen ihmisen yhteinen suomentaminen kuitenkin tukee käännösten luotettavuutta.

6.2 Jatkotutkimusaiheet

Aihe on tärkeä, sillä päihteiden käyttö niin raskauden kuin imetyksenkin yhteydessä on kohtalaisen yleistä. Varsinkin päihteiden vaikutuksia imetykseen ja imeväisen terveyteen tulisi tutkia lisää, sillä raskaudenaikaisesta päihteiden käytöstä ja sen haitoista lapselle

löytyy jo runsaasti tietoa. Useissa aiheeseen liittyvissä tutkimuksissa kävi ilmi tutkimustiedon vähäisyys ja uusien tutkimusten tarve tulevaisuudessa. Esimerkiksi huumeiden vaikutuksista imetykseen ja sen kautta lapseen on erittäin vähän tutkittua tietoa ja tällä hetkellä suurin osa olemassa olevasta tiedosta on peräisin eläinkokeista saaduista tutkimuksista. Nykysuositukset alkoholinkäytöstä ovat erittäin poikkeavia maailmanlaajuisesti, joten tähän olisi myös hyvä saada tulevaisuudessa jokin yhtenäinen ohjeistus.

Tuoretta tutkimustietoa tarvitaan myös siitä, miten päihdeongelmaisten äitien hoitoon haakeutumista saataisiin helpotettua ja sitä kautta tuettua perheen päihteettömyyttä. Raskeana oleville päihteiden käyttäjille tulisi tarjota ensisijaisesti vapaaehtoisuuteen perustuvia hoito- ja kuntoutusmuotoja. Hoitopaikkoja olisi myös lisättävä, jotta jokaiselle hoitoon pyrkivälle taataan hoitopaikka.

Imetyksen suhteen jatkotutkimuksia olisi tarpeen tehdä päihteitä käyttävien äitien imetyksen tukemisesta ja edistämisestä. Tarjolla on paljon materiaalia imetyksen tukemisesta, mutta päihdeongelmallisille suunnattua yksityiskohtaista tietoa on vain vähän.

LÄHTEET

- Alho, H.; Aalto, M.; Eskola, K., Jousilahti, P.; Kahila, H.; Kivitie-Kallio, S.; Lillsunde, P.; Niemelä, S.; Seppä, K.; Tacke, U.; Tammi, T. & Vormaa, H. 2012. Huumeongelman hoito. *Aikakauskirja Duodecim*. Vol. 128, No 17, 1817-1818.
- Balain, M. & Johnson, K. 2014. Neonatal abstinence syndrome: The role of breastfeeding. Viitattu 10.11.2016. http://www.infantgrapevine.co.uk/pdf/inf_055_nen.pdf
- Banderali, G.; Martelli, A.; Landi, M.; Moretti, F.; Betti, F.; Radaelli, G.; Lassandro, C. & Verduci, E. 2015. Short and long term health effects of parental tobacco smoking during pregnancy and lactation: a descriptive review. *Journal of Translational Medicine*. Vol. 13, 1-7.
- Behm, M. 2015. Ihanteet ja arki päihteiden käytön puheeksiottolanteissa päivystysvastaanoitoilla. Eettisten periaatteiden toteutuminen. Väitöskirja. Itä-Suomen yliopisto. Terveystieteiden tiedekunta/Hoitotieteen laitos. Viitattu 20.10.2016. http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-1944-1/urn_isbn_978-952-61-1944-1.pdf
- Bergeria, C. & Heil, S. 2015. Surveying Lactation Professionals Regarding Marijuana Use and Breastfeeding. *Breastfeeding Medicine*. Vol. 10, No 7, 377-380.
- Borra, C.; Iacovou, M. & Sevilla, A. 2014. Depression: The importance of understanding women's intentions. *Maternal and Child Health Journal*. Vol. 19, No 4, 897-907.
- Casey, G. 2012. Breastfeeding and drugs. *Kai Tiaki Nursing New Zealand*. Vol. 18, No 2, 20-24.
- Dahl, P. & Hirschovits, T. 2007. Tästä on kyse – Tietoa päihteistä. 4. uudistettu painos. Helsinki: YAD.
- Dunney, C.; Muldoon, K. & Murphy, D-J. 2015. Alcohol consumption in pregnancy and its implications for breastfeeding. *British Journal of Midwifery*. Vol. 23, No 2, 126-134.
- Ekblad, U. 2015. Päihdeäitien tunnistaminen ja hoitopolku. Viitattu 10.11.2016. <http://docplayer.fi/1565897-Paihdeaitien-tunnistaminen-ja-hoitopolku-ulla-ekblad-dosentti-erikoislaakari-tyks-naistenklinikka-ei-sitoumuksia.html>
- Goldade, K.; Nichter, M.; Nichter, M.; Adrian, S.; Tesler, L. & Muramoto, M. 2008. Breastfeeding and Smoking among Low-Income Women: Results of a Longitudinal Qualitative Study. *Birth: Issues in Perinatal Care*. Vol. 35, No 3, 230-240.
- Handal, M.; Engeland, A.; Ronning, M.; Skurtveit, S. & Furu, K., 2011. Use of prescribed opioid analgesics and co-medication with benzodiatsepines in women before, during and after pregnancy: a population-based cohort study. *European Journal of Clinical Pharmacology*. Vol. 67, 953-960.
- Hakkarainen, P.; Karjalainen, K.; Ojajärvi, A. & Salasuo, M. 2015. Huumeaineiden ja kuntodopingin käyttö ja niitä koskevat mielipiteet Suomessa vuonna 2014. *Yhteiskuntapolitiikka*. Vol. 4, 319-333.

- Helsingin ja Uudenmaan sairaala 2016. Raskaus, imetys ja alkoholi. Sairaanhoido. Viitattu 12.10.2016. <http://www.hus.fi/sairaanhoido/sairaanhoidopalvelut/teratologinen-tietopalvelu/paihteet/Alkoholi/Sivut/default.aspx>
- Honkanen, H. 2008. Perheen riskiolot neuvolatyön kontekstissa. Näkökulmana mielen-terveyden edistäminen. Väitöskirja. Kuopion yliopisto. Hoitotieteen laitos. Viitattu 9.11.2016. http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-951-27-1070-6/urn_isbn_978-951-27-1070-6.pdf
- Huttunen, M. 2015a. Lääkeriippuvuus ja lääkkeiden väärinkäyttö. Lääkärikirja Duodecim. Viitattu 8.11.2016. http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00388
- Huttunen, M. 2015b. Päihde- ja huumeriippuvuus. Lääkärikirja Duodecim. Viitattu 8.11.2016. http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00414
- Hyytinen, R. 2013. Päihdeongelmat aikuisiässä. Teoksessa: Havio, M.; Inkinen, M. & Partanen, A. (toim.) Päihdehoitoyö. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Jalo, N. 2013. Mielenterveys- ja päihdepalvelut Turussa. Viitattu 24.10.2016. <https://www.innokyla.fi/documents/18522771c09925-4552-4580-b2f1-3ec8d37787d7>
- Javan, R.; Delbari, A.; Tabaraei, Y.; Hashemian, M. & Tehran, H. 2014. A Study of the Association between Drug Abuse and Duration of Exclusive Breastfeeding in Mothers in Sabzevar City, Iran. Qon University of Medical Sciences Journal. Vol. 8, No 3, 22-24.
- Kahila, H. 2012. Buprenorfiini ja raskaus. Lääkärikirja Duodecim. Viitattu 28.11.2016. <http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset/suositus;jsessionid=33AB7C80B8C38F517571EF7FCE497723?id=nak05182>
- Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2013. Tutkimus hoitotieteessä. 3., uudistettu painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Kauranen, N. 2016. Oksitosiinin vaikutus vauvojen kasvonilmeiden havaitsemiseen äideillä. Pro gradu- tutkielma. Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö. Tampereen yliopisto. Viitattu 28.10.2016. <https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/98684/GRADU-1457683544.pdf?sequence=1>
- Kautiainen, R. 2012. Korvaushoidossa olevat kuntoutujat Tervalammen kartano kuntoutuskeskuksessa. Pro gradu-tutkielma. Valtiotieteellinen tiedekunta. Helsingin yliopisto. Viitattu 26.10.2016. <http://www.hel.fi/static/sote/paihde/julkaisuja/gradu-kautiainen.pdf>
- Kivitie-Kallio, S. 2012. Buprenorfiini- tai metadonikorvaushoito ja imetys. Käypä hoito. Duodecim. Viitattu 17.10.2016. <http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suosituksset/suositus?id=nak07774>
- Klemetti, R. & Hakulinen-Viitanen, T. 2013. Äitiysneuvolaopas - Suosituksia äitiysneuvolatoimintaan, Tampere: Juvenes Print. Viitattu 11.11.2016. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110521/THL_OPA2013_029_verkko.pdf?sequence=3
- KSSHP 2014. HAL-poliklinikka. Raskausaikana. Viitattu 20.11.2016. [http://www.ksshp.fi/fi-FI/Potilaalle/Synnytys/Raskausaikana/HALpoliklinikka\(44090](http://www.ksshp.fi/fi-FI/Potilaalle/Synnytys/Raskausaikana/HALpoliklinikka(44090)

- Koskimäki, M.; Hannula, L.; Rantanen, A.; Kaunonen, M.; Rekola, L. & Tarkka, M-T. 2012. Äitien imetyksestä selviytyminen ja imetysluottamus lapsivuodeosastolla. *Hoitotiede*. Vol. 24 No 1, 4-5.
- Koskinen, K. 2008. *Imetysohjaus*. Helsinki: Edita Publishing Oy.
- Laine, P. & Räisänen, T. 2015. Opioideilla tapahtuva vieroitus- ja korvaushoito. Oulun yliopistollinen sairaala. Viitattu.12.11.2016. https://www.ppsHP.fi/instancedata/prime_product_julkaisu/npp/embeds/27549_opioidiohje1.pdf
- Lastensuojelulaki 417/2007. Annettu 13.4.2007. Saatavilla sähköisesti osoitteessa <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2007/20070417>
- Leino-Kilpi, H. & Välimäki, M. 2014. *Etiikka hoitotyössä*. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Lindroos, A.; Ekholm, E. & Pajulo, M. 2015. Raskaudenaikainen kiintymys sikiöön - äitiyshuollon mahdollisuus ja haaste. *Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim*. Viitattu 20.11.2016. http://www.duodecimlehti.fi/web/guest/arkisto?p_p_id=Article_WAR_DL6_Articleportlet&p_p_action=1&p_p_state=maximized&p_p_mode=view&p_p_col_id=column-1&p_p_col_count=1&viewType=viewArticle&tunnus=duo12052#s5
- Malm, H.; Vähäkangas, K.; Enkovaara, A-L. & Pelkonen, O. 2008. Lääkkeet raskauden ja imetyksen aikana. *Fimea*. Viitattu 9.11.2016. http://www.fimea.fi/documents/160140/753095/17161_raskaus2r.pdf
- Malm, H. 2016. Psykykenlääkkeiden turvallisuus raskauden ja imetyksen aikana. *Yleislääkäri*. Vol. 31, No 2, 9-13.
- Maloney, E.; Hutchinson, D.; Burns, L.; Mattick, R. & Black, E. 2011. Prevalence and Predictors of Alcohol Use in Pregnancy and Breastfeeding Among Australian Women. *Birth: Issues in Perinatal Care*. Vol. 38, No 1, 3-9.
- Mota, L.; Chaves, E.; Barbosa, C.; Amaral, J.; Farias, L. & Almeida, P. 2013. Use of Drugs During Lactation By Users of a Basic Health Unit. *Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste*. Vol 14, No 1, 139-147.
- Moore, E.; Anderson, G.; Bergman, N.; Dowswell, T. 2012. Early skin-to-skin contact for mothers and their healthy newborn infants. *Cochrane Library*. Viitattu 10.11.2016. <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/14651858.CD003519.pub3/full>
- Musetti, A.; Terrone, G.; Corsano, P.; Magnani, B. & Salvatore, S. 2016. Exploring the Link among State of Mind Concerning Childhood Attachment, Attachment in Close Relationships, Parental Bonding and Psychopathological Symptoms in Substance Users. *Frontiers in Psychology*. Viitattu 10.11.2016. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4977822/>
- Orasniemi, T. 2014. Moniammatillisen päihdetyön käytäntöjä kehittämässä - kohdeilmioita, menetelmiä, strategioita ja rajapintoja. Rovaniemi: Lapin yliopiston yhteiskuntatieteellisiä julkaisuja.
- Pajulo, M. 2011. Päihdeongelmaisten odottavien äitien hoidon kehittäminen. *Suomen Lääkärilehti*. Vol. 66, No 14, 1189-1195.

- Partanen, A.; Holmberg, J.; Inkinen, M.; Kurki, M. & Salo-Chydenius, S. 2015. Päihdehoitotyö. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Pehkonen, S.; Aho, A L.; Hannula, L. & Kaunonen, M. 2015. Äitien imetyksestä selviytyminen ja imetystuen saanti neuvolasta lapsen ollessa kuuden viikon ikäinen. Hoitotiede. Vol. 27, No 3, 240-241.
- Perälä, M.; Kanste, O.; Halme, N.; Pitkänen, T.; Kuussaari, K.; Partanen, A. & Nykänen, S. 2014. Vanhempi päihdepalveluissa – tuki, osallisuus ja yhteistoiminta. Viitattu 27.11.2016. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116150/URN_ISBN_978-952-302-214-0.pdf?sequence=1
- Pohjola, A.; Alaja, R. & Seppä, K. 2007. Alkoholi ja imetys. Suomen Lääkärilehti. Vol. 62, No 36, 3161-3165.
- PPSHP 2016. Tupakointi ja imetys. Synnytys ja naistentaudit. Viitattu 13.10.2016. <https://www.ppshp.fi/imetys/prime103/prime103.aspx>
- Päihdehuoltolaki 1986/41. Annettu 17.1.1986. Saatavilla sähköisesti osoitteessa <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1986/19860041#L1P2>
- Päihdelinkki 2016. Lääkkeet. Viitattu 9.11.2016. <http://www.paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/pikatieto/laakkeet>
- Rayfield, S.; Oakley, L. & Quigley, M. 2015. Association between breastfeeding support and breastfeeding rates in the UK: a comparison of late preterm and term infants. BMJ Open. Vol. 5, No 11, 1-10.
- Salminen, A. 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyypeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Vaasa: Vaasan yliopisto. Viitattu 25.10.2016. http://www.uva.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-349-3.pdf
- Sosiaali- ja terveysministeriön asetus lääkkeen määräämisestä 1088/2010. Annettu Helsingissä 2.12.2010. Saatavilla sähköisesti osoitteessa <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2010/20101088>
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2009. Raskaana olevien päihdeongelmaisten naisten hoidon varmistaminen. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä. Työryhmän raportti. Viitattu 20.11.2016. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/112090/Raskaana%20olevien%20paihdeongelmaisten%20naisten%20hoidon%20varmentaminen.pdf?sequence=1>
- Soussan, C.; Gouraud, A.; Portolan, G.; Jean-Pastor, M-J.; Pecriaux, C.; Montastruc, J-L.; Damase-Michel, C. & Lacroix, I. 2014. Drug-induced adverse reactions via breastfeeding: a descriptive study in the French Pharmacovigilance Database. European Journal of Clinical Pharmacology. Vol. 70, 1361-1366.
- Soukiala, T. 2012. Lastensuojelun ja päihdepalveluiden asiakkaiden näkemyksiä perheensä elämästä ja kokemuksia palveluista. Sosiaalityön käytäntö tutkimuksen tutkimusraportti. Helsingin yliopisto. Viitattu 11.11.2016. http://www.socca.fi/files/2489/Lastensuojelun_ja_paihdepalveluiden_asiakkaiden_nakemyksia_elamasta_ja_palveluista_Tiina_Soukiala.pdf

- Sutinen, T. 2010. Hoitomalli äitiys- ja lastenneuvolassa asioivien päihteitä käyttävien naisten hoitotyöhön. Väitöskirja. Hoitotieteen laitos. Terveystieteiden tiedekunta. Itä-Suomen yliopisto. Kuopion yliopistollinen sairaala. Viitattu 5.11.2016. http://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-0196-5/urn_isbn_978-952-61-0196-5.pdf
- THL 2016a. Imetyssuosituksset. Lastenneuvolakäsikirja. Viitattu 21.11.2016. <https://www.thl.fi/fi/web/lastenneuvolakasikirja/tietopaketti/imetys/imetyssuosituksset>
- THL 2016b. Imetys ja alkoholi. Lastenneuvolakäsikirja. Viitattu 12.10.2016. <https://www.thl.fi/fi/web/lastenneuvolakasikirja/tietopaketti/imetys/imetys-ja-alkoholi>
- Tiitinen, A. 2016. Imetys. Lääkärikirja Duodecim. Viitattu 11.10.2016. http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk01020
- Tiitinen, A. 2015. Imetys ja lääkkeet. Lääkärikirja Duodecim. Viitattu 9.11.2016. http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00954
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö. Viitattu 11.10.2016. http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf
- Uusitalo, L.; Nyberg, H.; Pelkonen, M.; Sarlio-Lähteenkorva, S.; Hakulinen-Viitanen, T. & Virtanen, S. 2012. Imeväisikäisten ruokinta Suomessa vuonna 2010. Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos. Raportti 8/2012. Helsinki. Juvenes Print. Viitattu 21.11.2016. <https://www.thl.fi/documents/10531/95751/Raportti%202012%208.pdf>
- VSSHP 2014. Hoitoketjut. Viitattu 15.11.2016. <http://www.vsshp.fi/fi/ammattilaisille/hoitoketjut/Sivut/default.aspx>
- Welle-Strand, K.; Skurtveit, S.; Jansson, L.; Bakstad, B.; Bjarko, L. & Ravndal, E. 2013. Breastfeeding reduces the need for withdrawal treatment in opioid-exposed infants. *Acta Paediatrica*. Vol. 102, No 11, 1060-1066.
- WHO 2016. 10 facts on breastfeeding. Fact file. Viitattu 11.11.2016. <http://www.who.int/features/factfiles/breastfeeding/facts/en/>
- Xiaozhong, W.; Edmond, S. & Angela, P. 2013. Maternal smoking, breastfeeding, and risk of childhood overweight: Findings from a national cohort. *Matern Child Health*. Vol. 17, 746-755.
- Ylikorkala, O. & Tapanainen, J. 2011. Naistentaudit ja synnytykset. Kustannus Oy Duodecim.
- Zagierski, M.; Szlagatys-Sidorkiewicz, A.; Jankowska, A.; Krzykowski, G.; Korzon, M. & Kaminska, B. 2012. Maternal smoking decreases antioxidative status of human breast milk. *Journal of Perinatology*. Vol. 32, No 8, 593-597

Tiedonhakutaulukko

Tietokanta	Hakusanat	Rajaukset	Osumat	Valitut työt
Cinahl Complete	Breastfeeding and alcohol re-search	2006-2016	3	1
Cinahl Complete	Breastfeeding and drug abuse research	2006-2016	1 892	1
Cinahl Complete	Breastfeeding and alcohol	2009-2016	46	1
Medic	Imeväinen AND alkoholi	2006-2016	1	1
Cinahl Complete	Drugs AND breastfeeding AND research	2006-2016	84	1
Cinahl Complete	Lactation AND smoking effects	2006-2016	8	1
Cinahl Complete	Breastfeeding AND maternal smoking	2012-2016	40	1
Cinahl Complete	Lactation AND nicotine	2006-2016	14	1
Cinahl Complete	Drug use during lactation	2009-2016	7	1
Cinahl Complete	Marijuana AND breastfeeding AND research	2012-2016	2	1
Cinahl Complete	Breastfeeding and smoking study	2006-2016	15	1
Cinahl Complete	Opioids and breastfeeding re-search	2006-2016	684	1
Google	Päihteet, puheeksiotto, päivystys	2012-2016	82	1
Google Scholar	Perheet, riskit, tukeminen	2008-2016	16 200	1
Google Scholar	Oksitosiini vaikutus	2012-2016	373	1
PubMed	Breastfeeding and postpartum depression	2009-2016	268	1

PubMed	Early skin to skin contact	2011-2016	81	1
PubMed	Depression, inflammation, breastfeeding	2009-2016	5	1
Google	Päihdeongelma, äiti, kehittäminen	2011-2016	1 180	1
Google Scholar	Vanhempi päihdepalveluissa	2012-2016	764	1
PubMed	Breastfeeding, support, risk groups	2011-2016	206	1
Google Scholar	Hoitomalli, neuvola, päihteet	2009-2016	195	1
Google Scholar	Päihdetaustaisten äitien kokemuksia	2009-2016	28	1
Google Scholar	Nas the role of breastfeeding	2012-2016	2 170	1

Tutkimustaulukko

Tutkimuksen tekijä, maa ja vuosi	Tutkimuksen tarkoitus	Tutkimusmenetelmä	Tutkimusotos	Tulokset
Maloney ym., Australia, 2011	Määrittää, kuinka yleistä alkoholinkäyttö on raskauden ja imetyksen aikana.	Kyselylomakkeet ja puhelinhaastattelut	Kyselylomakkeet n= 19 818, puhelinhaastattelut n= 3 538	Vaikka alkoholinkäyttöä ei suositella raskauden ja imetyksen aikana, jopa yksi kolmasosa raskaana olevista ja melkein puolet imettävistä naisista kertoi käyttävänsä alkoholia näinä aikoina.
Javan ym., Iran, 2014	Selvittää, miten lääkkeiden väärinkäyttö vaikuttaa imetyksen kestoon.	Kohorttitutkimus	Lääkkeiden väärinkäyttäjät n= 41 ja ei-lääkkeiden käyttäjät n= 40	Lääkkeiden väärinkäyttäjät imettivät huomattavasti lyhyemmän aikaa kuin toinen ryhmä.
Dunney ym., Irlanti, 2015	Selvittää, noudattavatko raskaana olevat ja imettävät äidit tämänhetkisiä ohjeistuksia alkoholinkäytöstä.	Haastattelu, kyselylomake kirjeitse ja seuranta	n= 907 raskaana olevaa naista	Monet naiset käyttävät alkoholia raskauden ja imetyksen aikana ohjeistuksista huolimatta.
Pohjola ym., Suomi, 2007	Selvittää, mitä eri vaikutuksia alkoholilla on imetykseen ja sen kautta lapseen ja selvittää, miten neuvolat ja lääketieteen opiskelijat ohjeistavat imetyksenaikaista alkoholinkäyttöä Suomessa.	Kirjallisuuskatsaus + sähköinen kysely ja puhelinhaastattelut	n= 19 tietolähdettä kirjallisuuskatsaukseen, n= 86 lääketieteen opiskelijaa ja n= 18 neuvolaa	Äidin imetyksenaikaisella alkoholinkäytöllä on monia vaikutuksia imeväiseen. Neuvoloiden terveydenhoitajien antamat ohjeet alkoholinkäytöstä imetyksenaikana olivat pääosin kielteisiä, mutta valmistuvien lääkärin ohjeet olivat sallivampia.

Soussan ym., Ranska, 2014	Kuvailla, miten huumeiden haitalliset aineet vaikuttavat lapsiin.	Kuvaileva tutkimus. 1984-2011 vuosien ajalta kerätyn valmiin aineiston analysointi.	n= 174 imetettyä lasta	Useiden haittavaikutusten ajateltiin olevan vakavia. Yleisimmät haitat olivat keskushermostoon liittyviä.
Zagierski ym., Puola, 2012	Selvittää, miten imetyksen aikainen tupakointi vaikuttaa antioksidanttien määrään rintamaidossa.	Näytteiden analysointi tupakoivien ja ei-tupakoivien äitien rintamaidosta	n= 30 imettävää äitiä, jotka polttivat vähintään viisi tupakkaa päivässä ja n= 29 ei-tupakoivaa äitiä	Antioksidanttien määrä tupakoivien äitien maidossa oli huomattavasti alhaisempi kuin ei-tupakoivien rintamaidossa.
Xiaozhong ym., USA, 2013	Selvittää, mitä vaikutuksia äidin tupakoinnilla on rintamaitoon ja riskiin liittyen lapsuusaikana ylipainoon.	Kohorttitutkimus. 1959-1965 vuosien ajalta kerätyn valmiin aineiston analysointi	n= 21 063 äiti-lapsiparia	Tupakan yhdisteet saattavat runsaasti tupakoivien äitien rintamaidon kautta aiheuttaa lapselle riskin tulla ylipainoiseksi.
Banderali ym., Italia, 2015	Selvittää äidin raskauden- ja imetyksenaikaisen tupakanpolton lyhyt- ja pitkäaikaiset terveysvaikutukset lapseen.	Kuvaileva katsaus, Kaikki aineisto kerätty maaliskuun-toukokuun väliltä vuonna 2015	-	Raskauden- ja imetyksenaikaisella tupakanpoltolla voi olla suuria riskejä ja haittoja sikiölle ja lapselle.
Mota ym., Brasilia 2013	Selvittää, mitä eri lääkkeitä perusterveydenhuollon asiakkaat käyttävät imetyksen aikana.	Avoimet ja strukturoidut haastattelut	n= 132 äitiä	Haastatteluiden mukaan 80 prosenttia äideistä käytti jotain lääkettä imetyksen aikana. Yleisimmät lääkkeet olivat tulehduskipulääkkeet ja ehkäisyvalmisteet.
Bergeria & Heil.,	Määrittellä, mitkä ovat suosituksien marihuanan käytöstä imetyksen aikana ja kuinka	Haastattelu	n= 74 imetyksen asiantuntijaa	44 prosenttia asiantuntijoista kertoivat suosituksensa imetykseen liittyen riippuvan siitä, kuinka yleistä äidin marihuanan

Englanti, 2015	yleistä marihuanan käyttö on sen aikana.			käyttö on, 41 prosenttia suositteli imetyksen jatkamista ja loput 15 prosenttia suositteli imetyksen lopettamista. Noin 15 prosenttia heidän asiakkaistaan oli käyttänyt marihuanaa viimeisen vuoden aikana.
Goldade ym., USA, 2008	Selvittää, mitkä tekijät vaikuttavat vähätuloisten naisten imetykseen ja miten tupakointi vaikuttaa siihen.	Haastattelut käyttäen semistrukturoituja kyselylomakkeita	n= 44 vähätuloista raskaana olevaa naista, jotka polttivat tupakkaa raskaana ollessaan	Naisten imetykseen vaikutti monet tekijät, kuten esimerkiksi etteivät he halunneet imettää yleisillä paikoilla. Naiset lopettivat imettämisen aikaisemmin, koska kokivat, että imetyksenaikainen tupakointi vahingoittaa lasta.
Handal ym., Norja, 2011	Tarkoituksena määrittellä reseptillä määrättyjen opioidien ja samanaikaisten bentso-diatsepiinien käyttöä ja vaikutuksia naisiin ennen raskautta, sen aikana ja sen jälkeen.	Väestöpohjainen kohorttitutkimus	n= 194 937	Naiset käyttivät opiaatteja raskaana ollessaan pääosin vain lyhyitä aikoja ja vähitellen pyrkivät lopettamaan ne kokonaan. Lisääntyvällä opiaattien käytöllä imetysaikana on useita eri haittavaikutuksia.
Behm., Suomi, 2015	Tutkimuksen tarkoituksena kuvata varhaisvaiheen päihdetyötä, eettisten periaatteiden toteutumista ja kehittämistarpeita päivystysvastaanotoilla.	Narratiivinen tutkimus, haastattelut	Päivystysvastaanottojen työntekijät n= 34, potilaat n= 6, päihdetyön asiantuntijat n= 16	Puheeksiottoa pidettiin tärkeänä, mutta työntekijät ja asiantuntijat kuvasivat sen toteutumisessa monia haasteita. Puheeksiottotilanteet herättivät työntekijöissä pääosin kielteisiä tunteita. Potilaat kokivat puheeksioton hoitoon kuuluvaksi osaksi.
Honkanen.,	Tutkimuksen tarkoituksena kuvata, tulkita ja ymmärtää	Yksilöhaastattelut ja ryhmähaastattelut	Terveystenhoitajat n= 20	Varhain käynnistetyillä tukitoimenpiteillä ja tarpeenmukaisella eri tahojen välisellä

Suomi, 2008	lastenneuvolan terveydenhoitajan toimintaa riskioiloissa elävien perheiden kanssa.			yhteistyöllä voidaan ehkäistä perheen riskiolojen heijastuminen vanhemmuuteen ja sitä kautta lasten saamaan hoitoon ja huolenpitoon. Toimintamallien omaksuminen työkäytäntöihin edellyttää toiminnan jatkuvaa arviointia ja koulutusta.
Kauranen., Suomi, 2016	Tutkimuksen tarkoituksena selvittää, miten nenän kautta annettu oksitosiini vaikuttaa äitien nopeuteen havaita emotionaalisia vauvojen ja aikuisten kasvonilmeitä.	Continuous flash suppression - menetelmä (CFS)	n= 15	Oksitosiinin ei havaittu vaikuttavan reaktioaikoihin missään tilanteessa.
Borra ym., Englanti, 2015	Selvittää synnytyksen jälkeisen masennuksen yhteyttä imetykseen.	Kyselytutkimus	n= 14 000	Imetys lieventää äitien kokemia stressiä ja vähentää riskiä sairastua synnytyksen jälkeiseen masennukseen. Kuitenkin imetysvaikeudet taas saattavat lisätä masennusriskiä ja niihin on puututtava pikaisesti.
Moore ym., USA, 2012	Tarkoituksena tutkia ihokontaktin merkitystä imetykseen, käyttäytymiseen sekä fysiologiaan.	Kokeellinen tutkimus	n= 806	Varhaisella ihokontaktilla ja imetyksellä on positiivisia vaikutuksia äidin ja lapsen vuorovaikutukseen ja kiintymyssuhteeseen.
Musetti., Italia,	Tutkia päihteiden käyttäjien lapsuuden kiintymyssuhteita	Kenttätutkimus	n= 70	Tutkimuksen mukaan suhde vanhempiin näyttelee suurinta roolia päihdekäyttäjien taustalla.

2016	ja onko esimerkiksi kiintymyssuhdehäiriöillä yhteyttä siihen, että on alkanut käyttämään päihteitä.			
Pajulo., Suomi, 2011	Kartoittaa päihdeongelmaitten odottavien äitien erityispiirteitä, haasteita sekä mahdollisuuksia.	Kirjallisuuskatsaus	-	Äidin päihdeongelma vaikuttaa vauvan hyvinvointiin sekä suoraan että epäsuorasti. Päihdeongelmaitten hoidossa vielä paljon kehitettävää.
Perälä ym., 2014, Suomi	Tarkoituksena koota päihdepalveluja käyttäneiden vanhempien näkemyksiä ja kokemuksia, jotta palveluja paljon käyttäneiden näkökulma saataisiin paremmin esiin palveluja kehitettäessä.	Strukturoidut kysymykset, haastattelut	Haastattelu n= 34 laitoshoidossa olevaa vanhempaa. Strukturoidut kysymykset, päihdehoitoa viimeisen vuoden aikana käyttäneet n= 30, muut alle 9-vuotiaiden lasten vanhemmat n= 884	Aineisto osoitti, että päihdepalveluja käyttäneiden lapsiperheiden palveluiden tarpeet olivat monimuotoisempia kuin muiden perheiden. Päihdeongelmaiset leimataan helposti ilman että heidän näkökulmaansa edes pyritään ymmärtämään.
Rayfield ym., Englanti, 2015	Tutkia imetyksen tukemista ja imettämisen yhteyttä ennenaikaisilla vauvoilla.	Sekundaarianalyysi	n= 15 104	Äidit, jotka saivat tukea imetykseen, imettivät todennäköisemmin ennenaikaisia vauvojaan. Naiset, jotka eivät kokeneet saavansa riittävästi tukea, lopettivat imettämisen nopeammin.
Sutinen., Suomi,	Tarkoituksena kehittää äitiys- ja lastenneuvolassa asioivien päihteitä käyttävien naisten	Toimintatutkimus	n= 161	Hoitomalli konkretisoi työtä päihteitä käyttävien naisten kanssa. Hoitomallin

2010	hoitotyöhön malli ja arvioida mallia.			ytimeksi muodostui päihteitä käyttävän motivoiva kohtaaminen.
Soukiala., Suomi, 2012	Tavoitteena tarkastella päihderiippuvuudesta kuntoutuvien äitien kokemuksia sekä heidän toiveita koskien erilaisia asiakkuuksia.	Tutkimusraportti	n= 25	Asiakassuhde on tärkein tekijä palvelukokemuksen onnistumisen kannalta. Asiakkaalle on tärkeää välittää kokemus, että työntekijä haluaa auttaa perhettä.
Welle-Strand ym., Norja, 2013	Tutkia opioidikorvaushoidon aikaista imetyksen kestoa ja määrää sekä imetyksen vaikutuksia vieroitusoireyhtymästä kärsivillä vastasyntyneillä.	Kansainvälinen ko-horttitutkimus. Aineisto kerätty vuosien 1999-2009 välillä.	n= 124	Vieroitusoireet ovat vähäisempiä imetyillä ja imetetyt tarvitsivat vähemmän farmakologisia hoitokeinoja vastasyntyneen vieroitusoireyhtymään kuin ne vauvat, joita ei imetetty.