

Moduuli 1

Teoria 3

Lapsen ja hänen perheensä valmistaminen toimenpiteeseen

Sisältö

Lapsen ja vanhemman valmisteleminen toimenpiteisiin ja tutkimuksiin on tärkeää, koska toimenpiteen onnistuminen riippuu siitä.

Perusteellisen valmistelun olennaiset osat ovat

- lapsen arviointi
- ajoitus
- tietojen antaminen
- perheen osallistuminen
- tiimin valmius
- menetelmät ja työkalut huomion kääntämiseksi muualle.



Arvioi ensin

- lapsen tarkka ikä
- lapsen kehitysvaihe
- aiemmat lääketieteelliset kokemukset (positiivinen tai negatiivinen)
- tämänhetkiset ahdistuneisuusoireet (itku, vetäytyminen, aggressio)

Valmistelun puute voi johtaa epäonnistuneeseen toimenpiteeseen/tutkimukseen, epämiellyttävään kokemukseen ja uusien toimenpiteiden pelkoon.

Lapsen kehitysvaihe (I)

Alle 1-vuotiaat

- pelkäävät tuntemattomia
- reagoivat vanhempiansa pelkoon
- ilmaisevat pelkoa, kipua ja ahdistusta kovalla itkulla
- Tiedota asiasta **erityisesti vanhemmille**, jotta he ovat valmiita tukemaan lastaan.

Lapsen kehitysvaihe (II)

Taaperot ja leikki-ikäiset pelkäävät

- vieraita ympäristöjä
- eroa vanhemmista
- neuloja
- kipua
- voimakkaita ääniä
- pimeitä huoneita
- suuria koneita

Vanhempien läsnäolo ja rutiininomainen toiminta lisäävät leikki-ikäisten turvallisuuden tunnetta. Vanhempien läsnäolo, leikki, rutiininomainen toiminta, tutut laulut ja kuvat ovat tärkeitä pelon vähentämiseksi.

Lapsen kehitysvaihe (III)

Kouluikäiset ja nuoret pelkäävät

- ruumiin koskemattomuuden loukkaamista (haavat, arvet)
- kehon toimintojen häiriintymistä
- itsehallinnan menetystä
- riippumattomuuden ja yksityisyyden menetystä

On tärkeää varmistaa yksityisyys, ottaa nuori mukaan päätöksentekoon, antaa hänen kommunikoida ystäviensä kanssa, antaa nuoren pelata pelejä, lukea erilaisia mediajulkaisuja ja kuunnella musiikkia

Valmistamisen ajoitus

- **0–1 vuotiaat:** Valmistele vanhemmat, jotta he ovat valmiita tukemaan lastaan.
- **2–3-vuotiaat:** valmistele 1–2 päivää ennen toimenpidettä/tutkimusta
- **4–7-vuotiaat:** valmistele 4–5 päivää ennen toimenpidettä/tutkimusta
- **Yli 8-vuotiaat:** valmistele 1–2 viikkoa ennen toimenpidettä/tutkimusta

HUOMAA! Tutkimukset ja toimenpiteet aiheuttavat lapsille pelkoa ja ahdistusta, ja yksi varautumisen tärkeistä tavoitteista on antaa lapselle **aikaa selviytyä pelosta ja ahdistuksesta ennen toimenpiteiden aloittamista.**

Luottamuksen rakentaminen

Luottamuksen ja myönteisten suhteiden rakentaminen on olennaisen tärkeää, jotta lapset kokevat, että heitä arvostetaan, osallistetaan ja he päättämään hoitotoimenpiteistä.

Lapset ovat poikkeuksellisen hyviä havaitsemaan teennäistä viestintää.

Merkityksellisiä valintoja voidaan tehdä vain, jos lapset luottavat meihin.

Luottamus on helppo menettää ja vaikea saada takaisin.

Annettua lupautsa ei saa rikkoa.

Päätöksiä ei saa tehdä väkisin.

Tietojen antaminen (I)

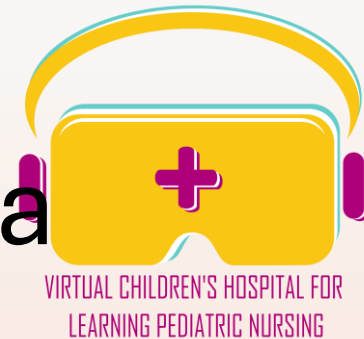
- Mieti, millaisella tuulella menet huoneeseen. Se tarttuu muihinkin.
- Pysähdy muutamaksi minuutiksi ennen kuin otat (todellisen) yhteyden johonkuhun.
- Keskinäinen tiedonvaihto/viestintä.
- Ota lapsi mukaan keskusteluun.
- Selitä asiat lapsen iän mukaisesti.
- Käytä yksinkertaisia sanoja (esim. ”erikoisuni” ”anestesian” sijaan).
- Näytä laitteet, jotka lapset tulevat näkemään (maskit, monitorit).
- Esittele ensin nukella/lelulla.

Tietojen antaminen (II)

- Anna lasten harjoitella turvallisilla lääkinällisillä laitteilla.
- Varaa riittävästi aikaa kysymyksille.
- Käytä potilaan nimeä, se luo henkilökohtaisemman yhteyden.
- Muodosta katsekontakti.
- Istu tai seiso samalla tasolla potilaan kanssa.

Jos tiedon antamisen vaihe ohitetaan, lapsen/vanhemman ahdistuneisuus lisääntyy eivätkä he kykene yhteistyöhön

Mitä kannattaa sanoa / mitä ei kannata sanota



SANO	ÄLÄ SANO
On luonnollista, että pelkää. Sinun ei tarvitse tehdä tätä joka päivä.	Älä pelkää.
Hengitä syvään.	Pysy rauhallisena.
Tämä osuus on kohta ohi. Vielä kaksi minuuttia.	Nyt se on ohi.
On luonnollista, että itket.	Älä itke.
Tämä sattuu hetken ajan. Voit sulkea silmäsi samalla.	Tämä ei satu / tämä ei ole mitään.
Pidä suutasi auki näin.	Olet iso/reipas lapsi.

Valmistelu (1)

Lapsi, perhe, ympäristö ja toimenpiteen suorittava lääkintätiimi
on valmistettava toimenpidettä varten.

Käytä leikin elementtejä:

- Käytä leluja toimenpiteen näyttämiseen (esim. lääkrileikki).
- Näytä toimenpide pehmoleluilla.
- Anna lapsen hoitaa omaa nukkeaan/nallekarhuaan.

Valmistelu (2)

Turvallisuuden tunteen luominen:

- Ota mukaan lapsen lempilelu.
- Anna lapsen istua vanhemman sylissä.
- Ylläpidä fyysistä kontaktia (halaaminen, silittäminen).

Huomion kääntäminen:

- Käytä saippuakuplakonetta.
- Laula tuttuja lastenlauluja.
- Näytä jännittäviä leluja.
- Kerro tarina.
- Katso kirjaa yhdessä.

Valmistelu (3)

Vanhemman rooli:

- Pysy rauhallisena.
- Puhu lapsen kanssa rauhallisella ja varmalla äänellä.
- Ole positiivinen ja kannustava.
- Vältä valehtelua ("tämä ei satu lainkaan").
- Perhe tuntee roolinsa (kuka jää, kuka pitää lasta, kuka leikkii lapsen kanssa, huomion pois kääntäminen).

Valmistelu (4)

Ympäristö

Huoneen valmistelu (lelut saatavilla, laitteet piilotettuina, jos mahdollista)

Palkitseminen:

- Anna pieni yllätys.
- Kehu lasta reippaudesta.
- Vältä palkitsemista makeisilla.

Menetelmät ja työkalut huomion kääntämiseksi muualle (I)



Vauvat (0–12 kuukautta)

- Imetys
- Kenguruhoito/ihokosketus
- Laulu/hyräily
- Puhuminen hiljaisella äänellä
- Rauhoittava kosketus/silittely
- Kapaloiminen
- Imemisen kannustaminen (tutti, sormi) +30 % glukoosia tai sakkaroosia
- Helistin

Menetelmät ja työkalut huomion kääntämiseksi muualle (II)



Taapero / pieni lapsi (1–3 vuotta)

- Kirjat/lelut, joista tulee valoa ja ääniä
- Saippuakuplat
- Aistilelut (pallot, joissa on erilaisia tekstuureja)
- Soittimet (helistimet, tamburiinit)
- Mukava asento
- Kädestä kiinni pitäminen
- Numeroiden laskeminen
- Lempiaktiviteeteista puhuminen
- Piirtäminen



Menetelmät ja työkalut huomion kääntämiseksi muualle (III)



Leikki-ikäiset (4–6 vuotiaat)

- Puhuminen/riimitys, aakkosten/numeroiden luetteleminen
- Musiikki, soittimet
- Vuorovaikutteiset kirjat
- Elektroniset tablettipelit, sovellukset
- Aistilelut
- Tutut sarjakuvat
- Saippuakuplat
- Tuulihyrrä
- Kädestä kiinni pitäminen
- Rauhoittava ääni/kosketus

Menetelmät ja työkalut huomion kääntämiseksi muualle (IV)



Koululaiset (7–12 vuotiaat)

- VR-lasit
- Elektroniset tablettipelit, sovellukset
- Tutut elokuvat/sarjakuvat
- Fidget-lelut (spinnerit, pop-up-lelut)
- Palapelit
- Rauhoittava kosketus
- Ohjattu mielikuvitusharjoitus
- Rauhoittava hengitys
- Tehtävät (osallistuminen), valintavaihtoehdot
- Numeroiden laskeminen
- Stressilelut



Menetelmät ja työkalut huomion kääntämiseksi muualle (V)



- **Teini-ikäiset/murrosikäiset**
- VR-lasit
- Osallistuminen
- Elektroniset tablettipelit, sovellukset
- Internet-surffaus, sosiaalinen media, verkkovideot
- Ystävien tai perheenjäsenten kanssa puhuminen/viestittelemine
- Elokvien katseleminen
- Ikään sopiva keskustelu
- Rauhoittava hengitys
- Ohjattu mielikuvitusarjoitus
- Stressilelut

Viitteet



- Boles, J. (2018). The powerful practice of distraction. *Pediatric Nursing*; 44 (5).
- Erdei, C., Sunwoo, J., Cote Corriveau, G., Forde, M., El-Dib, M., Inder, T. (2024). Effect of music-based interventions on physiologic stability of hospitalized preterm infants. A pilot study. *Journal of Perinatology*. <https://www.nature.com/articles/s41372-024-01907-5>
- IASP Terminology (2017). International Association for the Study of Pain
- Krauss, B. A., Leroy, P. L., & Krauss, B. S. (2024). Establishing trust with children. *European journal of pediatrics*, 183(10), 4185–4193. <https://doi.org/10.1007/s00431-024-05704-2>
- Krauss, B.A., Calligaris, L., Green, S.M., Barbi, E. (2016). Current concepts in management of pain in children in the emergency department. *Lancet*; 387:83-92.
- Lerwick, J.L. (2016). Minimizing pediatric healthcare-induced anxiety and trauma. *World Journal of Clinical Pediatrics*; 5(2):143-150.
- Oliveira, N.C.A.C., Gaspardo, C.M., Linhares, M.B.M., Pain and distress outcomes in infants and children a systematic review. *Braz J Med Bio Res*. 2017; 50:(7)
- Hall & Anand 2014
- Shin H-J, Park J, Oh H-K and Kim N (2022) Comparison of Effects of Mothers' and Mozart's Lullabies on Physiological Responses, Feeding Volume, and Body Weight of Premature Infants in NICU. *Front. Public Health* 10:870740. doi: 10.3389/fpubh.2022.870740
- Trottier, E.D., Dore-Bergeron, M-J., Chauvin-Kimoff, L., Baerg, K., Ali, S. (2019). Managing pain and distress in children undergoing brief diagnostic and therapeutic procedures. *Paediatrics & Child Health*. 509-521.
- Williams, A., Ishimine, P. (2016). Non-pharmacologic management of pain and anxiety in the pediatric patient. *Current Emergency and Hospital Medical Reports*. 4:26-31
- Williams, S.E., Zahka, N. E. (2017). Treating somatic symptoms in children and adolescent. New York: The Guilford Press. 273 lk