

# Tutkimusten ja hoitosuositusten hyödyntäminen omassa työssä

Vamyn verkostopäivät 20.3.2025

Niina Pöyhönen

Väitöskirjatutkija, TtM, imetyskouluttaja, kätilö

# Näyttöön perustuvan hoidon toteutuminen

Näyttöön perustuvan hoidon toteutumisessa on parannettavaa: johdosta 37 %, asiantuntijoista 28 % ja kliinisessä hoitotyössä olevista 31 % ajattelee hoidon yksikössään olevan näyttöön perustuvaa

Haasteena:

Organisaation tukirakenteet (aika- ja henkilöstoresurssit)

Hoitotyöntekijöiden osaaminen ja sen kehittäminen (koulutus)

Organisaatiokulttuuri ja johtaminen (mm. yhteistyö, moniammatillisuus)

Hoitotyön tutkimussäätiö HOTUS, 2022: Näyttöön perustuvan hoitotyön ja sen tukirakenteiden toteutuminen Suomessa. Raportti 2022

# Näyttöön perustuvan imetysohjauksen elementtejä

Breastfeeding counselling is a **conversation** where someone with **appropriate training** listens and responds to a woman's thoughts and feelings related to breastfeeding while **respecting her personal situation and wishes**. Breastfeeding counselling should:

Provide **education, reassurance, skilled practical help** and **problem solving**, and **anticipatory guidance** in the antenatal, birth and postpartum periods through to the first two years of an infant's life;

Be accessible, available and provided to all breastfeeding mothers even during emergencies and humanitarian crises;

Be **consistent in quality or quantity**, regardless of individual characteristics such as geographic location, ethnicity, gender or ability to pay.

Global Breastfeeding Collective, UNICEF & WHO (2020)

# Eritasoinen näyttö

Meta-analyysit ja systemaattiset katsaukset

Randomoidut, kontrolloidut tutkimukset (RCT)

Kohorttitutkimukset (isot väestöaineistot)

Poikittaistutkimukset, muut interventiotutkimukset kuin RCT:t

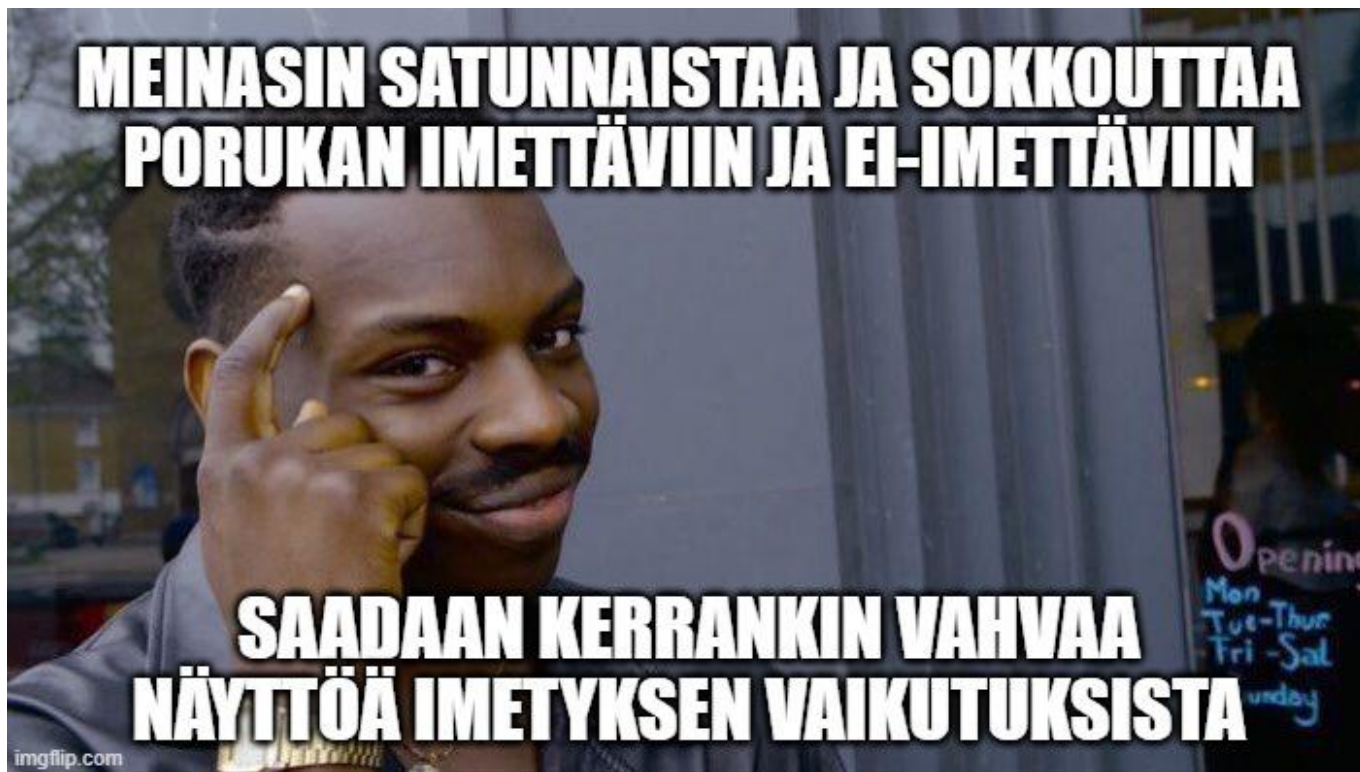
Tapaustutkimukset

Konsensus, asiantuntijalausunnot

# Systemaattiset katsaukset ja meta-analyysit



## RCT - Randomized controlled trials



# Kohorttitutkimus



# Tapaustutkimus





# Poikittaistutkimus



## Ei-tieteellinen näyttö



## Puuttuva imetystutkimus

Imetykseen liittyvät tulosmuuttajat puuttuvat usein tutkimuksista, jos tutkijatiimissä ei ole imetystutkijoita, esim.

- Synnytyksen käynnistämisen hyödyt / haitat
- Vauvan uneen liittyvä tutkimus

Imetykseen liittyvien tulosten puuttuminen hankaloittaa muiden terveydenhuollon ammattilaisten vakuuttamista imetyksen turvaamisen ja edistämisen tärkeydestä.

# Tutkimusten laadun arviointi

Näyttöön perustuvan hoidon tulee pohjautua luotettavaksi arvioituun, tiivistettyyn ja ajantasaiseen tutkimustietoon.

Hotuksen nettisivuilla JBI-kriteeristöt erilaisten tutkimusten laadunarviointiin.

Systemaattinen tiedonhakuprosessi ja vähintään kahden asiantuntijan itsenäisesti tekemä laadunarviointi on suositeltu lähtökohta aina, kun luodaan tai päivitetään hoitotyön ohjeistuksia.

# Pikatsekaus tutkimuksen luotettavuuteen

Tutkimusasetelma ja konteksti (mm. kulttuurinen vastaavuus)

Tutkimustulokset ja niiden kliininen merkitys

Tutkimuksen virhelähteet ja yleistettävyys

Tutkijoiden sidonnaisuudet

Julkaisukanava (vertaisarvioitu julkaisu)

Lähteet (ajantasaisuus, kattavuus)

# Imetysohjauksen hoitosuositukset

HOTUS Imetysohjauksen hoitosuositus - suomalaiseen käyttöön tehty suositus

HOTUS näyttövinkit - ulkomaalaisen suosituksen tai laadukkaan systemaattisen katsauksen tiivistettyjä suomennoksia

ABM protocols - useita suosituksia eri tilanteisiin

US Preventive Services: Breastfeeding primary care interventions:

The USPSTF recommends providing interventions during pregnancy and after birth to support breastfeeding (B)

# Hotus-hoitosuositus

Suosituslause: toimintaohje ja näyttö, johon ohje perustuu, sekä näytön aste

**Harkitse imetystä keskosvauvan kivunhoitomenetelmänä kantapääpiston aikana, sillä**

➤ **kaksi minuuttia ennen pistoa aloitettu ja näytteenoton yli jatkettu imetys on ilmeisesti yhtä vaikuttavaa kuin tutin ei-ravitsemuksellinen imeminen<sup>90</sup>. (B)**

- Isommat keskoset (tai täysiaikaiset vastasyntyneet), joiden taidot imeä rintaa ovat kehittyneemmät, saattavat hyötyä imetyksestä kivunlievitysmenetelmänä enemmän kuin pienet ja sairaat keskoset<sup>90</sup>.

**Kliinisen työn kannalta hyödyllinen tarkenne**

Näytön aste:  
B = kohtalainen

Yksi tasokas tutkimus

Useita tasokkaita tutkimuksia, joissa vähäistä ristiriitaa tuloksissa

Useita kelpollisia tutkimuksia, joissa samansuuntaiset tulokset



# Hotus-hoitosuositus

## Näytön aste A (vahva) - D (hyvin heikko)

Näytönastekatsauksessa arvioidaan:

Näytön vahvuus (1-5)

Tutkimusten menetelmällinen laatu (JBI)

Tulosten yhteneväisyys

Sovellettavuus

Holsti L, Oberlander TF, Brant R. Does breastfeeding reduce acute procedural pain in preterm infants in the neonatal intensive care unit? A randomized clinical trial. Pain 2011; 152: 2575–2581.

Kantapääpiston aikana imetetyillä keskosvauvoilla oli saman verran kipua BIIP-kipumittarilla arvioituna kuin tutin ei-ravitsemuksellista imemistä saaneilla ( $p = 0,44$ ; 95 % CI -1,60–0,69). Keskosvauvojen sydämen sykkeessä ei myöskään ollut eroa imetettyjen ja tuttia imeneiden välillä ( $p = 0,73$ ; 95 % CI -7,0–10,0). Keskosvauvojen alhaisemmat BIIP-kipupisteet kantapääpiston aikana olivat yhteydessä keskosten kehittyneempiin imemistaitoihin, kuten pidempään imemisjaksoihin imetyksen aikana ( $r = -0,39$ ,  $p < 0,05$ ).

Kanadalaisessa satunnaistetussa kontrolloidussa tutkimuksessa (RCT)<sup>45</sup> verrattiin imetyksen ja tutin ei-ravitsemuksellisen imemisen vaikuttavuutta keskosvauvojen kipuun kantapääpiston aikana ja sen jälkeen kolmella vastasyntyneiden teho-osastolla. Lisäksi tutkittiin keskosvauvojen imemistaitojen yhteyttä kivun määrään. Tutkimuksen osallistajat olivat raskausviikoilla 30–36 syntyneitä keskosa (n = 57), jotka olivat riittävän hyväkuntoisia imetettäväksi. Keskosvauvat satunnaistettiin kahteen ryhmään, 1) joista toisia imetettiin ja 2) toisille annettiin tutti. Molempien ryhmien vauvojen annettiin olla 30 minuuttia rauhassa sängyssään tai keskoskaapissaan ennen pistoa. Imetettävät keskosvauvat annettiin äidin syliin viisi minuuttia ennen kantapääpistoa, imetus aloitettiin kaksi minuuttia ennen pistoa ja sitä jatkettiin näytteenoton ajan sängyssään tai keskoskaapissaan. Kipua arvioitiin BIIP-kipumittarilla ja mitaamalla sydämen sykettä viisi minuuttia ennen kantapääpistoa, piston aikana ja viisi minuuttia piston jälkeen. Imemistaitoja arvioitiin PIBBS-mittarilla (The Preterm Breastfeeding Behavior Scale) ennen imetystä ja 24 tuntia imetyksen jälkeen.

**Tutkimuksen laatu:** Tasokas (JBI 10/10)

**Näytön vahvuus:** 1c

**Sovellettavuus suomalaisen väestöön:** Hyvä

**Kommentti:** Tutkijat havaitsivat, että verinäytteenotto sujui keskimäärin nopeammin imetettyjen keskosvauvojen kohdalla kuin tuttia imeineillä vauvoilla (Md 108 s vs. 132 s;  $p < 0,001$ ), jolloin imetetyt vauvat altistuivat kivulle lyhyemmän ajan. Artikkelissa ei ilmoitettu tarkkoja BIIP-kipupisteitä eikä sydämen sykearvoja. Isommat keskokset, joiden taidot imeä rintaa ovat kehittyneemmät, saattavat hyötyä imetyksestä kivunhoitomenetelmänä kantapääpiston yhteydessä enemmän kuin pienet keskokset.



# Academy of Breastfeeding Medicine protocols

## SORT - Strength of recommendation

### Clearinghouse guidelines

A	Näytön vahvuus: Vahva	1
B	Näytön vahvuus: Kohtalainen	2
C	Näytön vahvuus: Heikko	3
I (konsensus käytettävyydestä ja tehokkuudesta)	Suosituksen vahvuus: Vahva	A (perustuu yhdenmukaiseen ja laadukkaaseen näyttöön)
IIa & IIb (ei konsensusta, ristiriitainen näyttö tehosta)	Suosituksen vahvuus: Kohtalainen	B (perustuu ristiriitaiseen tai puutteelliseen näyttöön)
III (ei tehoa tai haitallinen)	Suosituksen vahvuus: Heikko	C (perustuu konsensukseen, tapaustutkimuksiin tms.)

# Types of Headaches

**Migraine**



**Hypertension**



**Stress**



Näytönastekriteeristöjen  
tulkitseminen



imgflip.com

# ABM Protocol #36, The Mastitis Spectrum

## **Avoid deep massage of the lactating breast**

Levels of evidence 1-2, Level of recommendation B

“Deep massage causes increased inflammation, tissue edema, and microvascular injury. Avoid electric toothbrushes and other commercial vibrating or massaging devices. A systematic review concluded that although breast massage may reduce pain, it should not be recommended as standard of care because it requires extensive training to master atraumatic approach.” (Andersson ym. 2019)

Anderson L, Kynoch K, Kildea S, Lee N. Effectiveness of breast massage for the treatment of women with breastfeeding problems: a systematic review. JBI Database System Rev Implement Rep. 2019 Aug;17(8):1668-1694. doi: 10.11124/JBISRIR-2017-003932

# Effectiveness Of Breast Massage For The Treatment Of Women With Breastfeeding Problems: A Systematic Review

Chiu ym. 2010, Taiwan (RCT)

Gua Shan vaikutus pingotukseen

Lim ym. 2015, Kiina (kvasikokeellinen)

hieronnin ja kaalinlehden vaikutus pingotukseen

Meng ym. 2015, Etelä-Korea (RCT)

hieronnin ja aloekylmägeelin vaikutus tiehyttukokseen

Witt ym. 2016, USA (kvasikokeellinen pilottitutkimus)

Therapeutic breast massage for lactation (TBML) vaikutus pingotukseen, tiehyttukokseen ja rintatulehdukseen

Cho ym. 2012, Etelä-Korea (kvasik.)

Oketani-hieronnan vaikutus maidonnousuvaiheen pingotukseen

Jones ym. 2001, UK (RCT), hieronnin vaikutus keskosten äitien lypsämiin maitomääriin

Kaikissa tutkimuksissa hierontainterventio vähensi tilastollisesti merkitsevästi oireita ja kipua.

Katsauksen suositus:

Tulisi kehittää, tutkia ja kuvata hierontamenetelmiä, joita olisi mahdollista opettaa ja jalkauttaa terveydenhuollon käyttöön laajasti.

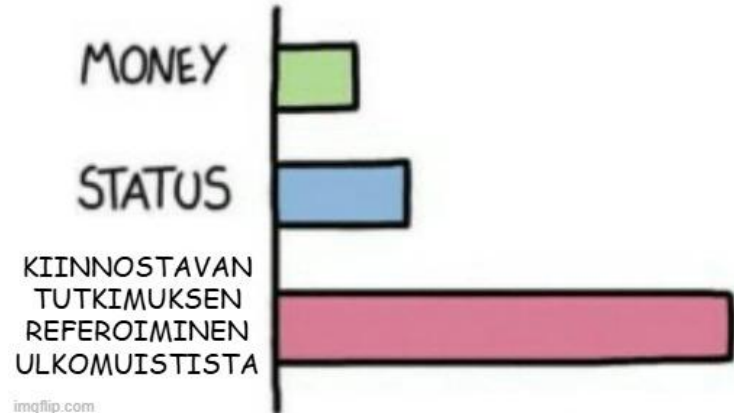
## Nappaa mukaan tältä luennolta

Näytön käyttökelpoisuuteen vaikuttaa tutkimuksen laadun ja tulosten luotettavuuden lisäksi tutkimuksen sovellettavuus (kulttuuri, palvelujärjestelmä, resurssit, ammattilaisten koulutus...)

Imetystieto tulee aina olemaan yhdistelmä tutkimustietoa, asiantuntijatieta ja kokemustietoa. Imetysohjauksen ammattilaisten asiantuntijuutta tarvitaan imetysohjausosaamisen kehittämisessä ja jalkauttamisessa.

Imetystutkimuksen seuraaminen antaa oivalluksia omaan asiantuntijuuteen.

## WHAT GIVES PEOPLE FEELINGS OF POWER



# Lähteitä

**Academy of Breastfeeding Medicine ABM.** AMB Protocols. <https://www.bfmed.org/protocols>

**Cruz ym.** (2015). Practice Guideline Development, Grading, and Assessment (Clearinghouse guidelines).

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4671471/>

**Ebell ym.** (2004). Strength of Recommendation Taxonomy (SORT): A Patient-Centered Approach to Grading Evidence in the Medical Literature.

<https://www.aafp.org/pubs/afp/issues/2004/0201/p548.html#strength-of-recommendation-taxonomy--sort->

**Global Breastfeeding Collective, UNICEF & WHO,** 2020: Skilled breastfeeding counselling.

<https://www.globalbreastfeedingcollective.org/reports/skilled-breastfeeding-counselling>

**Hoitotyön tutkimussäitiö HOTUS.** (2022). Näyttöön perustuvan hoitotyön ja sen tukirakenteiden toteutuminen Suomessa. Raportti 2022. <https://hotus.fi/wp-content/uploads/2022/06/npt-raportti-hotus-2022-web.pdf>

**HOTUS.** (2023). Hoitosuosituksen laadinta. <https://hotus.fi/hoitosuositukset/laadinta/>

**U. S. Preventive Services.** (2016). Final Recommendation Statement: Breastfeeding: Primary Care Interventions

<https://www.uspreventiveservicestaskforce.org/uspstf/recommendation/breastfeeding-primary-care-interventions>

# Kiitos!

Ota yhteyttä:  
niina.poyhonen@tuni.fi

