



Vanhemmuuteen ja imetykseen liittyvä stressi Suomessa ja Britanniassa- kansainvälinen vertailututkimus.

TtT Leena Hannula ja PhD Vivien Swanson





Taustaa:

- Vanhemmuus tuo iloa, mutta myös stressiä
- Vanhempien psyykkinen hyvinvointi on tärkeää vauvan ja äidin terveydelle.
- Stressaavat kokemukset vanhemmuudesta ovat yhteydessä äitien heikompaan fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen.
- Imetys edistää terveyttä, mutta sillä voi olla positiivisia ja negatiivisia vaikutuksia psyykkiseen hyvinvointiin.

Taustaa – miksi teimme tämän tutkimuksen

Vanhemmuus:

Uutena vanhempana oleminen on täynnä iloa, mutta myös stressaavaa

Muiden tuki voi lieventää stressiä ja lisätä minäpystyvyyden tunnetta

Kulttuurierot: Sosiaaliset normit ja tuki liittyen vanhemmuuteen että imettämiseen vaihtelevat eri maissa

Pohjoismaissa on yleensä hyvät tukipalvelut uusille vanhemmille, miten Britanniassa?

Imetysluvat ovat paremmat pohjoismaissa kuin useissa muissa Euroopan maissa. Millaisia eroja maiden välillä?

Halusimme tietää

- Onko äideillä, joilla on enemmän imetykseen liittyvää stressiä, myös enemmän vanhemmuuteen liittyvää stressiä?
- Kokevatko äidit, joiden imetysluottamus on matala, enemmän vanhemmuuden stressiä?
- Vähentääkö parempi sosiaalinen tuki imetyksen ja vanhemmuuden stressiä?
- Onko eroa on Suomen ja Iso-Britannian välillä imetyksen ja vanhemmuuden stressin ja tuen suhteen?



Aineiston keruu 2016-2017

Suomi (n=1017), UK
(n=533)

1550 alle 2-vuotiaan
lapsen imettävää äitiä
Suomessa ja
Skotlannissa,
Englannissa, Walesissa,
Pohjois-Irlannissa

- Rekrytoitiin sosiaalisen median kautta



Imetys ja tuki uusille vanhemmille

Imetys	Suomi	Britannia %
Aloitus	98%	81
Imetys 4 viikon kohdalla	94%	55% Eng, 68 Scot, 37% Wales, 35% Pohjois-Irlanti
Imetys 6 kuukauden kohdalla	77%	34% Eng, 43% Scotland 27% Wales 13% Pohjois-Irlanti
Unicef BFHI sairaala	25% sairaaloista BFHI	53% Eng, 100% Scot, 86% Wales , 93% Pohjois-Irlanti
Syntymän jälkeinen hoito	100% kätilöillä ja 93% terveydenhoitajilla Imetysohjaajakoulutus	UK 60% sairaaloista BFHI 73% Vauvamyönteinen neuvola
Päivähoito	Subjektiivinen päivähoito- oikeus kunnalliseen	Vaihtelee, liittyy saatuihin avustuksiin yksityinen tavallisin, kallis
Äitiyspakkaus	Äitiysavustuspakkaus	Skotlannissa pakkaus kaikille, muualla alueellisesti vaihdellen

Mitä mitattiin?

- Mittasimme vanhemmuuden stressiä
- Vanhemman roolin rasittavuutta
- Imetykseen liittyvää päivittäistä rasitusta
- Imetysluottamusta
- Ammatillista sosiaalista tukea (terveydenhuollon laatu/empaattisuus)
- ja epävirallista tukea (kuka tukee, kuinka hyödyllistä tuki on)
- Otos: 1550 alle 2-vuotiaan lapsen imettävää äitiä Suomessa ja Skotlannissa, Englannissa, Walesissa, Pohjois-Irlannissa
- Rekrytoitiin sosiaalisen median kautta



Millä mitattiin

- Imetysasenteet (Swanson & Power 2005)
- Vanhemmuuden stressi
(Postpartum stress scale Park ym. 2015)
- Vanhemman roolin rasittavuus
(Parenting stress scale Berry and Jones 1995)
- Imetykseen liittyvä stressi (Daily hassles)
- Imetysluottamus
Breastfeeding self-efficacy scale (Dennis)
- Jaettu vanhemmuus (Swanson ym. 2017)
- Ammatillinen tuki
Mencer CARE Measure 2004



Tutkimukseen vastanneet äidit

Ikä: 18-yli 50 vuotta

Suomessa hieman nuorempia ($p < .001$),
enemmän yksinhuoltajia ($p < .01$),
matalampi tulotaso ($p < .001$) kuin BR

Ensisynnyttäjiä: Suomi 57 %, Iso-Britannia 56 %

Alatiesynnytys: Suomi 86 %, Iso-Britannia 74 % ($p < .001$)

Ihokontakti: Suomi 84 %, Iso-Britannia 78 % ($p = .002$)

Synnytyskokemus /5 MAX: Suomi 3,9, Iso-Britannia 3,6 ($p < .01$)

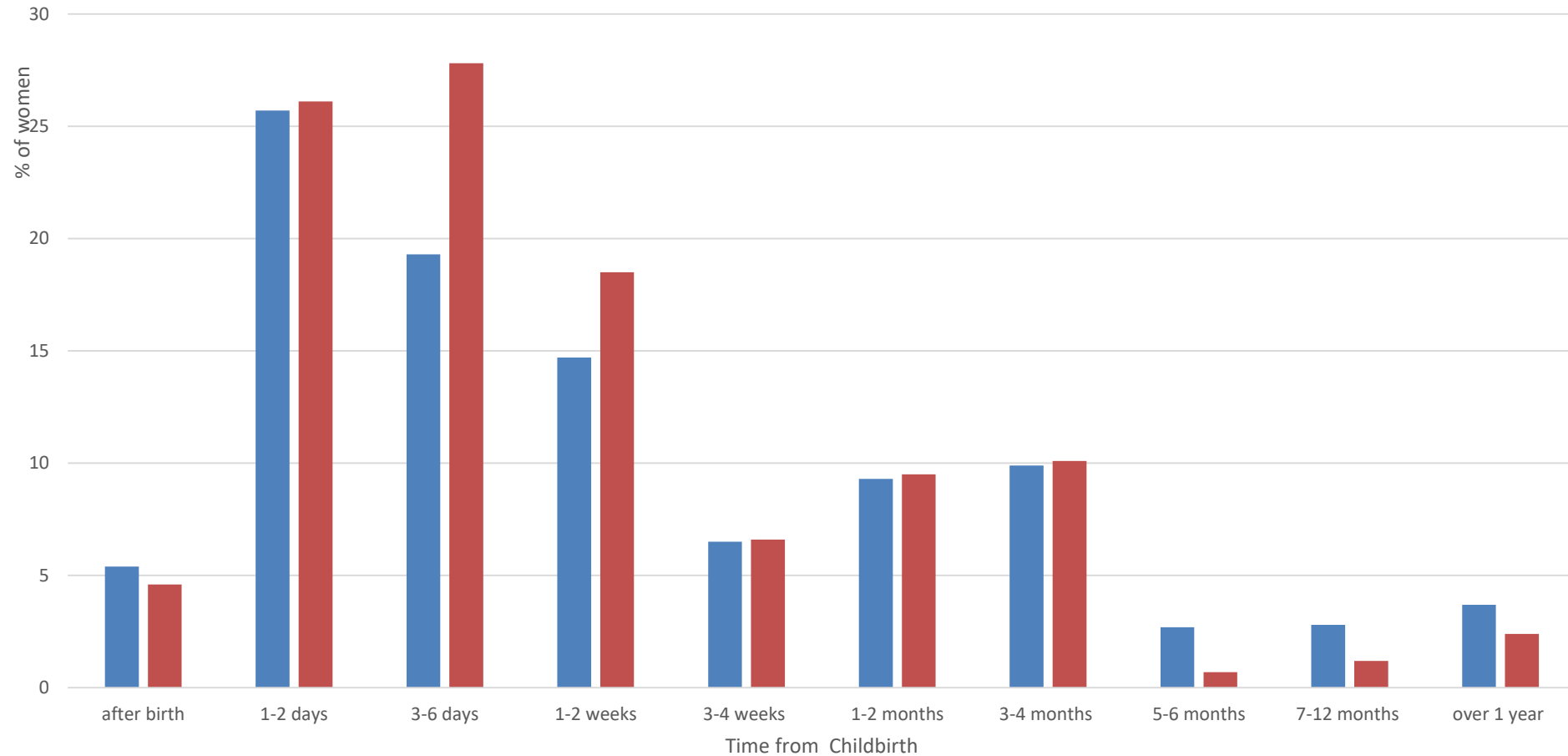
Imetysasenteet /35 MAX: Suomi 31,9 %, Iso-Britannia 29,2 ($p < .001$)



Vanhemmuuden stressi, vanhemman roolin rasittavuus, imetysstressi ja imetysluottamus

	Suomi	UK	Ero maiden välillä p
Vanhemmuuden stressi	9.9 (4.4)	9.6 (4.3)	Ei tilastollista eroa
Vanhemman roolin rasittavuus	13.8 (3.8)	16.7 (3.4)	suuri <.001
Imetykseen liittyvä stressi (Daily hassles)	15.0 (5.2)	14.3(4.2)	keskitaso .01
Imetysluottamus	22.3 (3.6)	21.6 (3.1)	suuri <.001

IMETYKSEEN LIITTYVÄ STRESSIN AJOITTUMINEN



Vanhemmuuden tuki	Suomi	UK	Ero? P
VERTAISTUKI Tärkein tukija on	Puoliso ja perhe (94%)	Puoliso ja perhe (96%)	pieni p=.02
Kuinka hyödyllinen tuki on?/5 MAX	4.8	4.6	suuri p<.001
Jaettu vanhemmuus (vaipat, lapsenvahtina olo, yöllä herääminen jne.)	Enemmän tehtävien jakoa	Vähemmän tehtävien jakoa	suuri p<.001
AMMATILLINEN TUKI (CARE MEASURE) /max 50	35.7	36.5	pieni p=.02

IMETYKSEN TUKI	SUOMI	UK	ERO?
AMMATILLINEN TUKI sairaala	39%	43%	Ei eroa
AMMATILLINEN TUKI neuvola	26%	25%	Ei eroa
EI-AMMATILLINEN TUKI Facebook ryhmä	54%	51%	Ei eroa
Ystävät, vertaistuki	7%	30%	Suuri p<.001
Perhe	39%	46%	Suuri p=.003
Muu ei ammatillinen tuki	9%	22%	Suuri p<.001

Mikä ennustaa suurempaa vanhemmuuden stressiä ja rooliristiriitoja

Sosiodemograafiset tekijät:

Maa – asuu Isossa-Britanniassa
($p < .001$)

VÄHEMMÄN taloudellista turvaa
($p < .001$)

Alempi koulutustaso ($p = .04$)

Psykososiaaliset tekijät:

Enemmän Imetysstressiä (suuri vaikutus, $p < .001$)

Matalampi imetysluottamus (pieni vaikutus,
 $p < .04$)

VÄHEMMÄN ammatillista tukea (suuri vaikutus,
 $p = .005$)

VÄHEMMÄN hyödyllistä epävirallista tukea (suuri
vaikutus, $p < .001$)

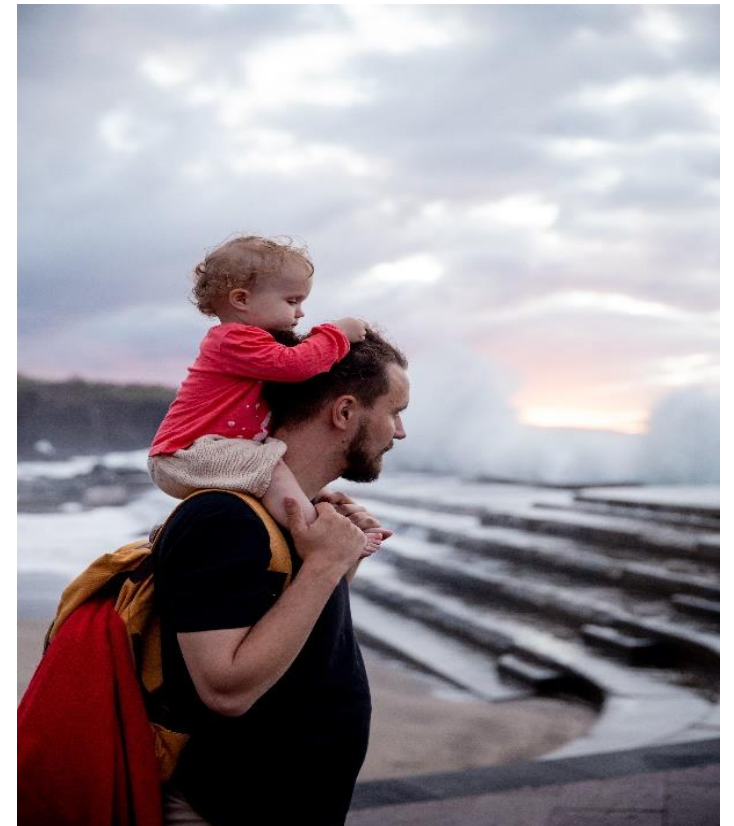
Mitä saimme selville???

- Onko äideillä, joilla on enemmän imetykseen liittyvää stressiä, myös enemmän vanhemmuuteen liittyvää stressiä? **Kyllä**
- Kokevatko äidit, joiden imetysluottamus on matala, enemmän vanhemmuuteen liittyvää stressiä? **Kyllä**
- Vähentääkö parempi sosiaalinen tuki imetyksen ja vanhemmuuden stressiä? **Kyllä**
- Onko eroa on Suomen ja Iso-Britannian välillä imetyksen ja vanhemmuuden stressin ja tuen suhteen? **Kyllä ja ei!**



YHTEENVETO MAIDEN VÄLISISTÄ EROISTA

- Suomessa hyödyllisempää vanhemmuuden vertaistukea ja vähemmän rooliristiriitoja
Suomalaiset isät jakavat vanhemmuuden:
herää yöllä ($p < .001$) ruokkii vauvaa ($p < .001$) leikkii vauvan kanssa ($p < .001$) rauhoittaa vauvaa ($p < 0,009$) useammin kuin UK isät.
- Brittiäidit arvioivat vanhemmuuden ammatillista tukea empaattisemmaksi kuin suomalaisäidit.
- **Suomalaisäideillä on positiivisemmat imetysasenteet ja imetysluottamus** mutta enemmän imetysstressiä kuin brittiäideillä.
- Brittiäideillä taas enemmän imetyksen vertaistukijoita





JOHTOPÄÄTÖKSET KOKO AINEISTOSTA

- Imetysstressi lisää ja sosiaalinen tuki vähentää vanhemmuuden stressiä ja vanhemmuuden roolin rasitusta.
- Auttamalla äitejä onnistumaan imettämisessä voimme ehkä lisätä äitien kokemusta siitä, että selviytyy vanhemmuudesta.
- Interventiot, jotka lisäävät sekä luottamusta imetykseen että vanhemmuuteen ovat tärkeitä stressin vähentämisessä.
- Laadukas imetysohjaus (virallinen ja epävirallinen) edistää imetysluottamusta ja parantaa psyykkistä hyvinvointia.

Johtopäätökset jatkoa:

- Voisi olla hyödyllistä suositella/opettaa yksinkertaisia stressinhallintatekniikoita uusille vanhemmille vakavamman psykologisen stressin ehkäisemiseksi
- Online-FB-tuki on laajalti käytössä - Virallisille tukijoille olisi hyödyllistä tehdä yhteistyötä imettämiseen liittyviä verkkosivuja hallinnoivien vertaistukijoiden kanssa
- Kumppaneille olisi hyödyllistä antaa imetyskoulutusta, jotta he olisivat asiantuntevampia tukijoita



Lähteet

- Park E, Psaros C, Traeger L, Stagg A, Jacquart J, Willett J et al. Development of a Postpartum Stressor Measure. *Maternal Child Health J.* 2015;19(10):2094-2101.
- Berry J, Jones W. The Parental Stress Scale: Initial Psychometric Evidence. *Journal of Social and Personal Relationships.* 1995;12(3):463-472.
- Swanson V, Power KG. Initiation and continuation of breastfeeding: theory of planned behaviour. *J Adv Nurs.* 2005 May;50(3):272-82. doi: 10.1111/j.1365-2648.2005.03390.x. PMID: 15811106.
- Dennis C. The Breastfeeding Self-Efficacy Scale: Psychometric Assessment of the Short Form. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nurs.* 2003;32(6):734-744.
- Swanson V, Hannula L, Eriksson L, Wallin M, Strutton J. 'Both parents should care for babies': A cross-sectional, cross-cultural comparison of adolescents' breastfeeding intentions, and the influence of shared-parenting beliefs. *BMC Preg and Childbirth.* 2017;17(1).
- Mercer S. The consultation and relational empathy (CARE) measure: development and preliminary validation and reliability of an empathy-based consultation process measure. *Family Pract.* 2004;21(6):699-705.
- Swanson V & Hannula L. 2022. Parenting Stress in the Early Years – A Survey of the Impact of Breastfeeding and Social Support for Women in Finland and the UK. *BMC Pregnancy and Childbirth.* In review.
- Kuvat pixabay.



**Kysymyksiä?
Kiitos!**