



TIENVIITTA

Itlan politiikkasuositukset
2025:1



Suomen kestävä tulevaisuus edellyttää raskaana olevien äitien ja pikkulasten vanhempien tukemista nykyistä enemmän

Vanhempien hyvinvointi on yhteydessä lapsen kasvuun ja kehitykseen sekä auttaa suojaamaan lasta riskitekijöiltä. Siksi odottavien äitien ja pienten lasten vanhempien mielenterveyden tukeminen on merkittävimpiä tekijöitä suomalaisen yhteiskunnan hyvän ja kestävä tulevaisuuden rakentamisessa.

Hyvinvointialueille tulisi kehittää raskaus- ja pikkulapsiajan mielenterveysongelmien hoitoon kansainvälisten suositusten mukainen hoitojärjestelmä, joka sisältää mm. hoidosta vastaavan tahon, toimintaa tukevat rakenteet sekä yhtenäiset toimintamallit ja hoitopolut. Lisäksi tarvitaan raskaus- ja pikkulapsiajan hoitoyksiköt sekä konsultaatiotiimit. Vaikeimmin oireilevien vanhempien ja vauvojen hoito on turvattava erityisissä äiti-lapsiyksiköissä.

Perheitä kohtaavien sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten koulutusta tulisi lisätä ja kehittää, jotta ammattilaiset pystyisivät paremmin tunnistamaan ja hoitamaan raskaus- ja vauva-ajan mielenterveysongelmia sekä niiden seurauksia.

Erilaiset suojaavat tekijät, kuten läheiset ihmissuhteet, sosiaalinen tuki, turvallinen ympäristö sekä mahdollisuus saada mielenterveyspalveluita ja tukea auttavat vanhempia selviytymään elämän mahdollisista haasteista ja vähentävät riskiä mielenterveysongelmien kehittymiselle. Silloin vanhempi pystyy nauttimaan vanhemmuudesta sekä tarjoamaan lapselle turvallisen ja kannustavan kasvuympäristön.

Tällä on suuri merkitys lapsen tulevaisuudelle, sillä raskaus- ja pikkulapsiaika on erittäin tärkeä ajanjakso ihmisen elämässä: silloin syntyy perusta tunteiden ja käyttäytymisen säätelylle sekä koko elämän mittaiselle hyvinvoinnille. **Mielenterveysongelmien ja monien sairauksien juuret juontavat usein sikiökauteen ja varhaislapsuuteen.**

Vauvan kehitys tapahtuu vanhempien geenien ja ympäristön yhteisvaikutuksessa. Raskaudenaikaiset mielenterveysongelmat heijastuvat myös kohdussa kehittyvän vauvan kehitykseen ja ovat siten merkittävä riskitekijä syntyvän lapsen mielenterveysongelmille. Vanhempien krooniset ja hoitamatta jääneet psykiatriset sairaudet lisäävät lapsen sairastumisriskiä entisestään.

Suomessa on turvallista olla vanhempi, ja äidit ja vastasyntyneet voivat meillä pääsääntöisesti hyvin. Neuvo- ja muut palvelut vahvistavat perheiden kokonaisvaltaista hyvinvointia, silloin kun ne toteutuvat lain- säädännön ja asetusten mukaisesti.

Tällä hetkellä **palveluiden toteutumisessa on** kuitenkin **alueellisia eroja, ja kaikki suomalaiset perheet eivät saa tarvitessaan riittävästi mielenterveyden tukea odotus- ja vauva-aikana. Palvelujärjestelmää tulisi parantaa niin, että ongelmat tunnistettaisiin ajoissa, perheiden mielenterveyttä tuettaisiin varhain ja koko Suomessa olisi yhdenmukaiset ja yhdenvertaiset hoitopolut**

Pohjoismaiden Lapsen 1 000 ensimmäistä päivää -verkosto lisää ymmärrystä raskauden ja kahden ensimmäisen ikävuoden merkityksestä. Verkoston toiminta on käynnistynyt Pohjoismaiden ministerineuvoston aloitteesta. Se edistää ministerineuvoston tavoitetta, että Pohjoismaat olisivat maailman paras kasvuympäristö lapsille. Suomi on Itä-Euroopan johdolla verkoston puheenjohtajamaa vuonna 2025.

Miksi vanhemmuuden tukeminen on niin tärkeää?

- Joka viidennellä naisella on mielenterveysongelmia raskausaikana tai synnytyksen jälkeen (Howard, L., & Khalifeh, H. 2020). Suomessa myös vanhempien uupumus on huomattavan yleistä (Sorkkila & Aunola, 2020).
- Britanniassa tehdyt laskelmat osoittavat, että hoitamattoman raskaus- ja pikkulapsiajan masennuksen kustannukset ovat viisinkertaiset verrattuna hoidon järjestämisestä aiheutuviin kuluihin (Bauer et al. 2014).
- Läheisiltä saatu ja muu sosiaalinen tuki, myönteinen vanhemmuus, tiedolliset ja kielelliset virikkeet sekä perheen sosioekonominen asema voivat tukea lapsen myönteistä kehitystä silloinkin, kun raskauteen liittyy lapsen kehitykseen vaikuttavia riskitekijöitä (Nolvi et al. 2023).
 - Siksi tulisi varmistaa perheiden riittävä toimeentulo, kehittää kohtaamispaikkoja ja muita lähipalveluita sekä huolehtia erityisessä riskissä olevien perheiden vaikuttavasta ja riittävästä tuesta jo raskausaikana.

Tukemalla vanhempien mielenterveyttä sekä vanhempien ja lasten varhaista, hyvää vuorovaikutusta turvataan seuraavan sukupolven hyvä kasvu ja autetaan heitä kasvamaan hyvinvoiviksi kansalaisiksi.

Suomen luvut ovat synkät muihin Euroopan maihin verrattuna

- Usein vanhempien mielenterveysongelmiin yhdistyy muitakin lapsen kannalta merkittäviä riskitekijöitä, kuten vähävaraisuutta, sosiaalisen tuen puutetta, päihdeongelmia ja väkivaltaa.
 - Vertailtaessa eurooppalaista aineistoa on näiden haitallisten lapsuusajan kokemusten esiintyvyys huomattavan korkea suomalaisessa väestössä: 38,8 % suomalaisista raportoi kaksi tai useampaa haitallista lapsuuden aikaista kokemusta, kun Pohjoismaissa vastaavat luvut ovat Ruotsi 7,1 %, Norja 29,6 % ja Tanska 14,1 %. (Islanti ei ollut mukana) (Hughes ym. 2021.)
- Suomi erottuu myös vertailumaita korkeammilla äitien itsemurhaluvuilla (3/100 000 elävänä syntynyttä lasta kohden) (Diguisto et al. 2022).
- Suomessa raskaus- ja pikkulapsiajan mielenterveyspalvelut ovat hajanaisia. Vaikka neuvolajärjestelmä tavoittaa laajasti perheet, on mielenterveysongelmien tunnistaminen ja hoito puutteellista. Raskaus- ja vauva-ajalle kohdentuvista psykososiaalisista menetelmistä vain 3 % oli

vahvan vaikuttavuusnäytön menetelmiä ja niiden käyttö ei ole yhdenmukaista. (Martinussen & Kurki, 2020.)

- Tällä hetkellä lakisääteiset neuvoloiden laajat terveystarkastukset ja tukimuodot toteutuvat vain pienelle osalle asiakaskunnasta. Maanlaajuisesti laajojen terveystarkastuksien kattavuus 4 kuukauden ikäisillä on vain 47 % ja 1,5-vuoden ikäisillä 44 % (THL 2024a). Näin on siitä huolimatta, että näissä kohdissa pitäisi arvioida lapsen psykososiaalista kehitystä sekä vanhemman ja lapsen välistä vuorovaikutusta sekä seuloa kaikilta vanhemmilta:
 - ◊ synnytyksen jälkeinen masennus, päihteiden käyttö, lähisuhdeväkivalta, voimavarat ja varhainen vuorovaikutus (4 kk)
 - ◊ lähisuhdeväkivalta ja päihteet (1,5 v).

Mitä pitäisi tehdä?

Tukea vanhemmuutta.

- Vanhemmat toivovat neuvolalta enemmän tukea haasteiden ratkaisemiseen, vaikeista asioista puhumiseen ja äidin jaksamiseen (THL 2024b).
 - ◊ Raskaus- ja vauva-ajan mielenterveyden tukea tulisi vahvistaa sekä neuvoloissa että perheiden muissa palveluissa. Siten riskitekijät voidaan tunnistaa aiemmin sekä kohdentaa vaikuttavaksi todettua tukea ja hoitoa tehokkaammin.
 - ◊ Hyvinvointialueiden yhdenvertaisuutta tulisi lisätä sekä psykologisten tukipalveluiden ja muiden palveluiden saatavuutta parantaa. Esim. tällä hetkellä kaikilla hyvinvointialueilla ei ole neuvolapsykologeja.
- Uuteen elämänvaiheeseen valmistautumista sekä perheiden keskinäistä tukea tulisi parantaa ryhmämuotoisilla ja kasvokkain toteutettavilla synnytys- ja perhevalmennuksilla, digitaalisten valmennusten sijaan.

Tukea vanhempien mielenterveyttä.

- Neuvoloiden sekä psykiatristen- ja sosiaalipalveluiden yhteistyötä tulisi parantaa hoidon pirstaloitumisen ja päällekkäisyyden vähentämiseksi.
- Riskiperheitä tulisi tukea kotikäynneillä, sillä se vähentää tutkitusti raskaus- ja pikkulapsiajan mielenterveysongelmia (Tabb et al., 2022). Myös perheiden taloudellista toimintakykyä tulisi tukea.
- Mielenterveysseulonnat tulisi ottaa kattavasti käyttöön ja toteuttaa säännöllisesti alkuraskaudesta lähtien.
 - ◊ Vauvan ja vanhemman vuorovaikutussuhteen arviointi ja tuki tulisi yhdenmukaistaa. Tällä hetkellä käytössä ei ole systemaattisia arviointimenetelmiä.
- Raskauden ja synnytyksen jälkeisen masennuksen hoitoa tulisi tehostaa lisäämällä vaikuttavien hoitomenetelmien käyttöä yhdenvertaisesti.

Haitalliset lapsuudenkokemukset, kuten perheen talousvaikeudet, mielenterveysongelmat tai vanhempien päihteiden väärinkäyttö, ovat Suomessa yleisiä ja niiden yhteiskunnalliset kustannukset on arvioitu huomattavan korkeiksi.

Lakisääteiset synnytyksen jälkeistä masennusta, päihteiden käyttöä, väkivaltaa ja voimavaroja seuloivat terveystarkastukset kattavat alle puolet suomalaisvauvojen vanhemmista.

Vanhemmuuden tukeminen edellyttää ongelmien varhaista tunnistamista sekä toimivia, yhdenmukaisia ja yhdenvertaisia palvelupolkuja.

Suomessa tulisi ottaa käyttöön tutkitusti vaikuttavia varhaisen vaiheen hoitomenetelmiä, joilla voidaan tukea esimerkiksi masentuneita äitejä.

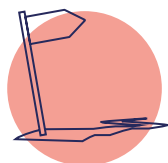
Riskiperheitä tulisi tukea kotikäynneillä, sillä ne vähentävät tutkitusti raskaus- ja pikkulapsiajan mielenterveysongelmia.

Miten pitäisi edetä?

- Hyvinvointialueille tulisi kehittää raskaus- ja pikkulapsiajan mielenterveysongelmien hoitoon kansainvälisten suositusten mukainen hoitojärjestelmä (WHO, 2022, NICE 2017, COPE 2023). Mitä tarvitaan?
 - ◊ Hoidosta vastaava taho sekä toimintaa tukevat rakenteet, jotka vahvistavat seulonta- ja tukimenetelmiä koskevaa päätöksentekoa, käyttöönottoa ja ylläpitoa.
 - ◊ Yhtenäiset toimintamallit ja hoitoketjut seulonnan ja tuen parantamiseksi.
 - ◊ Raskaus- ja pikkulapsiajan hoitoyksiköt sekä alueelliset konsultaatiotiimit.
 - ◊ Vaikeimmin oireilevien vanhempien ja vauvojen hoidon turvaaminen erityisissä äiti-lapsiyksiköissä.
- Perheitä kohtaavien sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten perustason koulutusta tulisi lisätä ja erikoistumiskoulutusta kehittää, tavoitteena parantaa ammattilaisten kykyä tunnistaa sekä hoitaa raskaus- ja vauva-ajan mielenterveysongelmia sekä niiden seurauksia.

LISÄTIEDOT

itla.fi



TIENVIITTA

Itlan politiikkasuositukset
2025:1

itla
Itsenäisyyden
juhlavuoden
lastensäätiö