

MARJAANA SIIVOLA
12.9.2025



KÄÄNTEISEEN OPETUKSEEN
JA VIRTUAALITODELLISUUTEEN
PERUSTUVAN VERKKO-OPPIMISEN
VAIKUTUS SYNNYTYSVALMENNUKSEEN



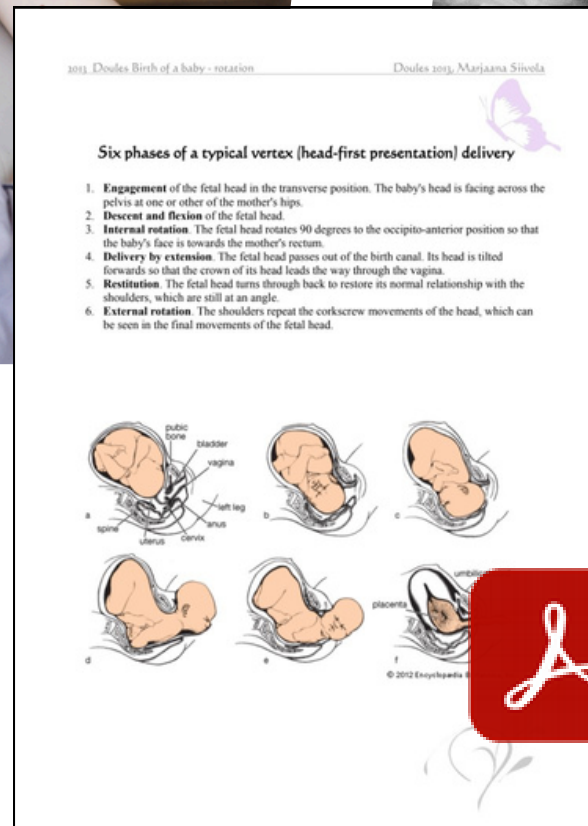
SYNNYTTÄMINEN KAHDESSA ERI MAASSA

SAMANLAISTA, MUTTA SAMALLA NIIN ERILAISTA



SUOMESSA JA YHDYSVALLOISSA

TIE SYNNYTYSVALMENTAJAKSI JA DOULAKSI



Synnytyksen ABC

Synnytyksen perusteet

9 Topics | 1 Quiz

Tervetuloa

6 askelta turvalliseen synnytykseen

Synnytyksen valmistautuminen

Synnytyshormonit

Synnytyksen vaiheet

Synnytyksen edistytminen

Vauvan matka

Synnytyssympäristö

5% COMPLETE 2/39 Steps

Previous Topic Next Topic

6 askelta turvalliseen synnytykseen

Synnytyksen ABC > Synnytyksen perusteet > 6 askelta turvalliseen synnytykseen COMPLETE

WHO:n ja Lamazen 6 askelta turvalliseen ja terveelliseen synnytykseen perustuu tutkimuksiin ja ne ovat perusta hyvälle synnytykselle.

Tässä artikkelissa käydään läpi nuo kuusi näyttöön perustuvaa tärkeää synnytystä tukevaa, edistävää ja suojelevaa askelta.

THL:n raportissa Äitiysneuvolat muuttuvassa terveydenhuollossa (2015) kerrotaan, että "lähtökohtaisesti raskaus ja synnytys ovat normaaleja tapahtumia eikä niitä tule tarpeettomasti medikalisoida ottamalla käyttöön toimenpiteitä ja teknologiaa ilman kyllin painavia lääketieteellisiä perusteita".

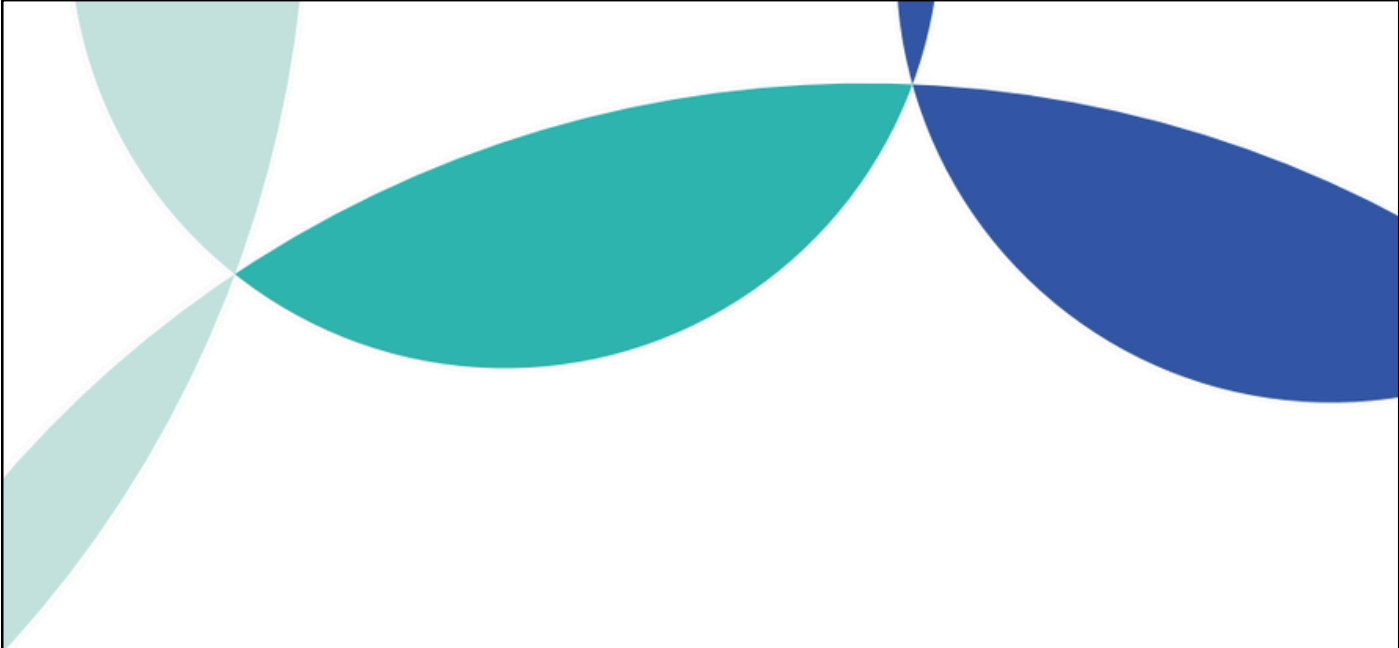
Maaailman terveysjärjestöllä on sama tavoite ja WHO on julkaissut neljä tutkimuksiin perustuvaa synnytysten hoidon askelta, jotka tukevat, edistävät ja suojelevat normaalia synnytystä (Chalmers & Porter 2001). Lamaze International on julkaissut kolme tutkimuksista kaksi askelta lisää (Lothian 2009).

Kysyttävää? - Paikalla



MARJAANA SIIVOLA

VALTIONEUUVOSTO



20 ehdotusta lapsitoiveiden tukemiseksi

Selvitys syntyvyyden laskusta Suomessa

Anna Rotkirch

6.4.2 Perhevalmennukset ja synnytyskokemukset

Ehdotus #18

Kehitetään synnytysvalmennuksia kokonaisvaltaisesti ja tarjotaan synnyttäneille fysioterapiapalveluita.

Hyvä synnytysvalmennus voi tutkitusti vähentää synnytyksessä tarvittavien toimenpiteiden määrää ja synnytyspelkoa. Synnytyspelon parempi hoitaminen ehkäisisi siten pelon takia tehtäviä sektioita ja vähentäisi niihin liittyviä riskejä ja kustannuksia. Synnytyksestä toipuminen tukee synnyttäneen ja koko vauvaperheen hyvin-

THL:N OPAS PERHEVALMENNUKSEEN



Perhe- valmennuksen tavoitteet	• Valmentaa perhettä synnytykseen, imetykseen, lapsen hoitoa ja kasvatukseen sekä vanhemmuuteen • Vahvistaa tietoja ja taitoja lapsen hoidosta, vanhemmuudesta, terveydestä ja terveystottumuksista • Edistää sikiön ja raskaana olevan naisen sekä hänen perheensä terveyttä • Edistää parisuhdetta sekä lapsen ja vanhemman välistä vuorovaikutusta • Mahdollistaa perheille vertaistuki, edistää keskinäistä vuorovaikutusta
Menetelmät/keinot	• Moniammatillisesti järjestetty vanhempainryhmätoiminta • Keskustelu, alustukset, luennot, demonstraatiot, vertaistuki
Raskausajan herkistämät tunteet	• Raskauden herättämät erilaiset tunteet, odotukset ja ajatukset vanhemmilla • Äitiyden ja isyyden kehityshaasteet • Mielikuva vauvasta
Loppuraskaus ja yleiset vaivat sekä lisäseurantaa vaativat oireet	• Raskauden ja imetyksen tuomat fyysiset ja psyykkiset muutokset • Vaivat ja oireet • Valmistautuminen synnyttämään lähtöön/synnytyssairaalan ohjeistus
Synnytys	• Synnytyksen kulku ja synnytykseen valmistautuminen • Synnytyksestä toipuminen
Sairaalasta kotiutuminen	• Valmistautuminen kotiinpaluuseen synnytyssairaalasta • Vauvan varusteet • Tukiverkosto
Vauvan hoito	• Ruokinta: imetys • Vauvan turvallisuus (kaltoinkohtelun ja ravistelun välttäminen), käsittely, nukuttaminen

SYNNYTYSVALMENNUSTEN KEHITYS

SARI HAAPIO

Synnytysvalmennus kättilötyön interventiona Ensisynnyttäjien valmennuskokemukset ja valmennuksen vaikuttavuus

Raskaus ja psyyke

Synnytyspelot ja niiden hoitaminen

Terhi Saisto

Synnytyspelko varjostaa noin joka kymmenettä raskautta. Se altistaa raskaus-, synnytys- ja lapsivuodeajan komplikaatioille ja ennen kaikkea aiheuttaa tuskaa, painajaisia ja keskittymisvaikeuksia. Neuvolakäynnit ja päivystyskäynnit synnytys sairaalassa lisääntyvät synnytystä pelkäävillä ja sairauslomat ovat yleisempiä. Synnytyspelko on ensi- ja uudelleensynnyttäjillä yhtä yleistä. Uudelleensynnyttäjällä aikaisempi keisarileikkauksen päättynyt alatiesynnytysyritys on suurin yksittäinen synnytyspelkoa aiheuttava tekijä seuraavassa raskaudessa. Keisarileikkausta toivoo kolme neljäsosaa synnytyspelkopoliklinikkaan lähetettävistä naisista, mutta jopa kaksi kolmasosaa heistä synnyttää alakautta keskusteltuaan synnytyspelon hoitoon perehtyneen hoitotiimin kanssa. Hoidon perustana ovat asianmukainen tiedottaminen, psykologinen tuki, synnytysvalmennus ja tarvittaessa psykoterapia. Optimaalisen hoitotiimin muodostavat erikoiskoulutetut obstetriko ja kättilö sekä psykologi, joka voi myös antaa välttämätöntä työnohjausta.



UNIVERSITY OF
EASTERN FINLAND

SYLI-VALMENNUS LIEVÄN TAI KESKIVAIKEAN SYNNYTYSPELON HOITAMISESSA

Vanhempien kokemuksia Syli- valmennuksesta HUS:n
Naistenklinikalla ja Espoon sairaalassa

Outi Rintamäki

Vaitos

Laura Sandström: Uudelleensynnyttäjien synnytyspelon hoito on sattumanvaraista – tutkimusperustainen tuki puuttuu

○ Tampereen yliopisto

📍 Arvo Ylpön katu 34 , Tampere

Kaupin kampus, Arvo-rakennus, Jarmo Visakorpi-sali ja
etäyhteys.

📅 29.8.2025 12.00–16.00

🇫🇮 suomi

🕒 Maksuton tapahtuma

[Osallistu verkossa](#)

BABY TRAIL OPPIMISPELI -

POLKU HYVINVOIVAAN VAUVAPERHE-ELÄMÄÄN

MARJAANA SIIVOLA

TULISIKO VERKOSSA OPETTAA?

20 ehdotusta lapsitoiveiden tukemiseksi

Selvitys syntyvyyden laskusta Suomessa

Anna Rotkirch

Miten?

Sairaaloissa tapahtuvan synnytysvalmennuksen tulisi olla lakisääteistä. Valmennuksen tulisi tapahtua kasvotusten (ei etäyhteyksin), jollei maantieteellinen etäisyys sitä estä. Tavoitteena tulee olla kokonaisvaltainen synnytyksen hoito, joka sisältäisi valmennuksen, synnytyskokemuksen nykyistä paremman seurannan ja psykologisen tuen, jos siihen ilmenee tarvetta. Vahvistetaan synnytysturvallisuutta ja tarjotaan tukea synnytyspelkoisille. Jokaiselle synnyttäneelle äidille tarjotaan palveluseteli fysioterapeutille (1–3 kertaa) äidin fyysisen toipumisen tukemiseen.

> J Gynecol Obstet Hum Reprod. 2021 Oct;50(8):102144. doi: 10.1016/j.jogoh.2021.102144. Epub 2021 Apr 10.

Internet use by pregnant women seeking childbirth information

Pınar Serçekuş¹, Büşra Değirmenciler², Sevgi Özkan³

Affiliations + expand

PMID: 33848646 DOI: 10.1016/j.jogoh.2021.102144

Abstract

Background: During pregnancy period, women's information needs increases. Receiving information during this period affects the birth and postpartum period.

Objective: The aim of this study was to determine the use of the internet to receiving childbirth information by pregnant women.

Methods: The study was a descriptive study. Data were collected using an Information Form. The sample consisted of 162 pregnant women.

Results: The 92.4% of women used the internet as a source of information about childbirth. Blogs or web pages were the most frequently used internet sources with 85.8% usage, followed by mobile applications with 75.6%, and social media with 58.1%. Most of the women found the information they received from the internet partially useful and reliable. 24.3% of the women stated that receiving information on internet decreased their fears and 14.8% that it increased their fears.

Conclusions: Most women used the internet as primary information source. Health professionals should orient people to reliable sources.

VÄITÖSTUTKIMUKSEN KOKONAISUUS

Osa 1

Taustakartoitus
Odottajat ja kätilöt

Osa 2

Käänteinen opetus

Käänteisen opetuksen
synnytysvalmennus 2020

Käyttäjätutkimus
odottajat 2020

Käänteisen opetuksen
synnytysvalmennus 2021

Käyttäjätutkimus
odottajat 2021

Käänteisen
opetuksen ohjeistus

Käyttäjätutkimus
työterveyshoitajat 2022

Käänteisen
opetuksen ohjeistus 2

Osa 3

Virtuaalitodellisuus

VR synnytysvalmennus 1

Käyttäjätutkimus
synnyttäneet 2021

VR synnytysvalmennus 2

Käyttäjätutkimus
odottajat 2023

Käyttäjätutkimus
kätilöt 2023

TAUSTAKARTOITUS

Osa 1

Taustakartoitus Odottajat ja kätilöt

VANHEMMISTA

- 23% KÄVI PERHEVALMENNUKSESSA
- 28% KOKI, ETTÄ VALMENNUS OLI HYVIN JÄRJESTETTY
- 22% EI TARJOTTU LAKISÄÄTEISTÄ VALMENNUSTA

KÄYTTÄJIEN TARPEET TAUSTAKARTOITUKSESTA

Osa 1

Taustakartoitus Odottajat ja kätilöt

VANHEMPIEN TOIVEET VALMENNUKSELLE

- KÄYTTÄJÄLÄHTÖISTÄ, JOUSTAVAA JA SAAVUTETTAVA VALMENNUSTA
- SELKEÄÄ HELPOSTI HYÖDYNNETTÄVÄÄ TIETOA
- TUTUSTUMISTA SYNNYTYSYMPÄRISTÖÖN
- VERTAISTUKEA

KÄTILÖIDEN TOIVEET VANHEMMILLE

- FYYSINEN JA PSYYKKINEN VALMISTAUTUMINEN
- LUOTTAMUSTA ITSEENSÄ JA SYNNYTYKSEEN SEKÄ HENKILÖKUNTAAN
- VANHEMPIEN YMMÄRTÄVÄN
 - KIPUA JA SEN MERKITYSTÄ
 - SYNNYTYKSEN PERUSTEET

KÄÄNTEINEN OPETUS

Osa 2

Käänteinen opetus

Käänteisen opetuksen
synnytysvalmennus 2020

Käyttäjätutkimus
odottajat 2020

Käänteisen opetuksen
synnytysvalmennus 2021

Käyttäjätutkimus
odottajat 2021

Käänteisen
opetuksen ohjeistus

Käyttäjätutkimus
työterveyshoitajat 2022

Käänteisen
opetuksen ohjeistus 2



Synnytyksen perusteet

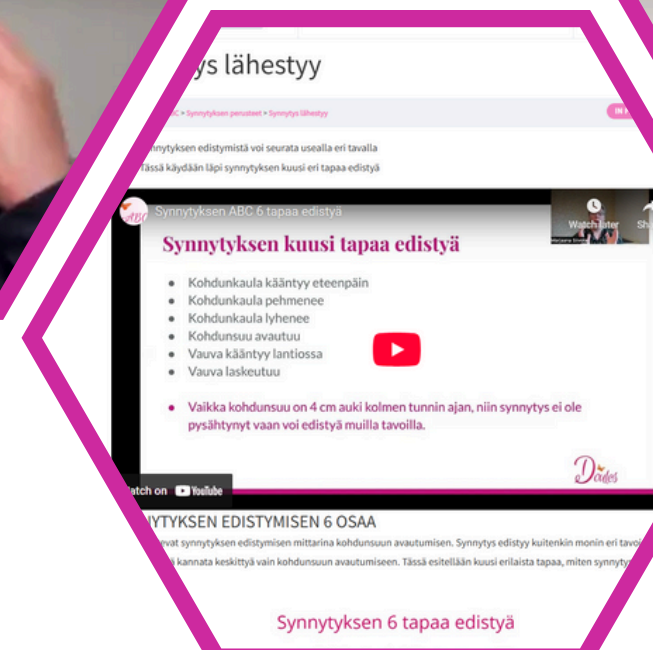
12 Aiheet | 1 Tehtävä

Tervetuloa

6 askelta turvalliseen synnytykseen

Synnytykseen valmistautuminen

Synnytyshormonit



VIRTUAALITODELLISUUS

Osa 3

Virtuaalitodellisuus

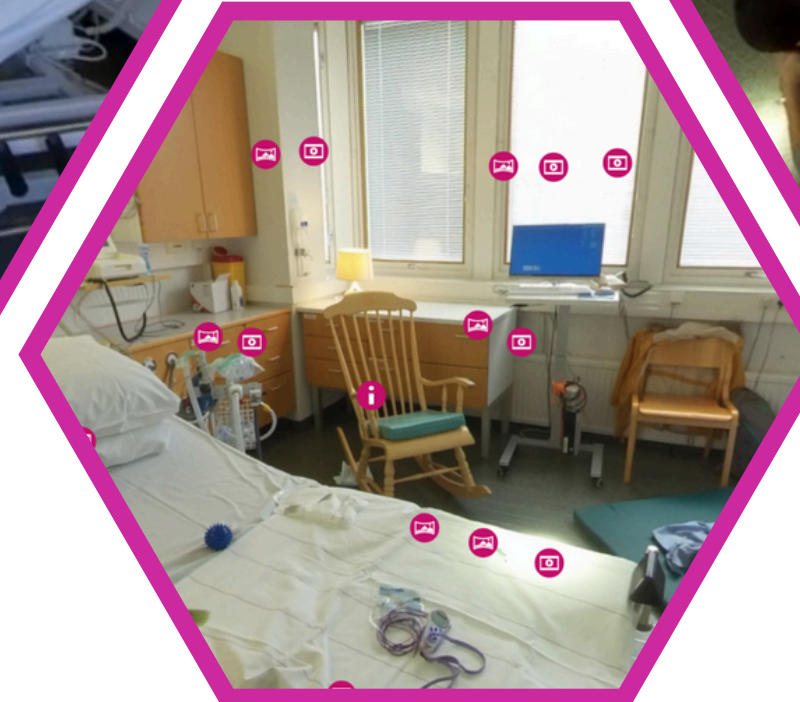
VR synnytysvalmennus 1

Käyttäjätutkimus
synnyttäneet 2021

VR synnytysvalmennus 2

Käyttäjätutkimus
odottajat 2023

Käyttäjätutkimus
kätilöt 2023



TUTKIMUKSEN JOHTOPÄÄTÖKSET

KÄYTTÄJÄLÄHTÖISESTI JA VERKKOPEDAGOGISESTI KEHITETTY VERKOSSA TAPAHTUVA SYNNYTYSVALMENNUS VASTAA KÄYTTÄJIEN TARPEISIIN

KÄÄNTEINEN OPETUS

- TUO KAIVATTUA JOUSTAVUUTTA
- MAHDOLLISTAA VUOROVAIKUTUKSEN AMMATTILAISTEN KANSSA
- TARJOAA VERTAISTUKEA
- KÄÄNTEISEEN OPPIMISEEN KEHITETTY OHJEISTUS LAAJENTAA MENETELMÄN HYÖDYNNETTÄVYYTTÄ AIKUISOPPIJOILLE

VIRTUAALITODELLISUUS

- TARJOAA KONKREETTISEN JA REALISTISEN KOKEMUKSELLISEN OPPIMISYMPÄRISTÖN
- AUTTAA VANHEMPIA YMMÄRTÄMÄÄN,
 - MITÄ TAPAHTUU SYNNYTYKSEN AIKANA
 - MITEN KOMMUNIKOIDA KÄTILÖIDEN KANSSA
 - MITÄ SYNNYTYSHUONEESSA TAPAHTUU
- VIRTUAALITODELLISUUDEN KÄYTETTÄVYYTEEN PITÄÄ PANOSTAA