

# ILO ODOTTAA

*Katri Räikkönen*

*Saila Koivusalo ja Seppo Heinonen*

Helsingin yliopisto, Naistenklinikka (HUS)

THL, Oulun yliopisto, Tampereen yliopisto,

**Vantaan kaupunki, Helsingin kaupunki**

Glasgown & Edinburghin yliopistot, Max Planck instituutti

käykää nettisivuilla! [www.iloodottaa.fi](http://www.iloodottaa.fi)

# ILO ODOTTAA

- Odotusajan masennuksen **seulontaa, hoitoa ja ehkäisyä** koskeva tutkimus
- Edellytyksenä **tiivis yhteistyö** neuvoloiden kanssa
- Vähän lisätyötä terveydenhoitajille – **jatkossa ei**
- **Lisätyö:** terveydenhoitaja kysyy äidin halukkuutta osallistua Ilo Odottaa-tutkimukseen + lähettää äidin yhteystiedot tutkimushoitajalle

# ILO ODOTTAA

- Tutkimusvaiheessa *kaikki äidit kulkevat masennuksen tavanomaisella hoitopolulla*
  - Ilo Odottaa-tutkimus on ”**lisäpalikka**”
- Puolet äideistä jatkaa tavanomaisella hoitopolulla, puolet kutsutaan tämän lisäksi nettiterapiaan
  - Äitiryhmien vertailu on **ainoa tapa** osoittaa tieteellisesti, onko nettiterapiasta lisähyötyä

# ILO ODOTTAA

- Jos tehokkuus osoitetaan, hoidon saavutettavuus lisääntyy – **28% saa nykyisellään hoitoa**
- Voidaan jatkossa tarjota muun hoidon rinnalla
  - Matala kynnyks = **Ei lääkärin lähetettä**
- Matala intensiteetti = Ei sidottu paikkaan / aikaan
  - Yksityisyys = lisää hoitomyöntyvyyttä
  - Vähentää terveydenhuollon kuormaa

# ILO ODOTTAA

- Lievän ja keskivaikean masennuksen hoitoon
- Vakavan masennuksen hoitoon, jos joutuu odottamaan hoitoon pääsyä
- Tutkimusvaiheessa **poissulku**: itsetuho / muu masennuksen tai mielenterveyshäiriön psykososiaalinen tai muu hoito / ei suomenkielinen

# Tutkimuksen hoitopolku Vantaalla

Tutkimuslupa 18.09.2020 VD/6845/13.00.00/2020

1. Masennuksen tunnistus alkuraskauden laajan terveystarkastuksen yhteydessä neuvolassa
2. Äidin EPDS-seula $\geq 10$
3. Kaikki äidit kulkevat masennuksen tavanomaisella hoitopolulla
4. Neuvolan terveydenhoitaja kysyy äidin kiinnostusta osallistua ILO ODOTTAA –tutkimukseen, joka on lisäpalikka
5. Jos äiti antaa luvan, äidin yhteystiedot tutkimushoitajalle (esim etunimi ja puhelinnumero tekstiviestinä tai sähköpostina)
6. Äidit arvotaan nettiterapia- ja kontrolliryhmiin neuvolan ja suuralueen mediaanitulotason avulla automaattisesti
7. Tutkimushoitaja huolehtii äitien informoinnista + kirjallinen suostumus

N  
E  
U  
V  
O  
L  
A

# ILO ODOTTAA



## MITEN PÄASEN MUKAAN?

Kutsumme tutkimuksen  
masennusoireita seulovaan vaiheeseen  
sinut ja kaikki muut HUS:n alueella  
asuvat odottavat äidit.

Vuosittain lasta odottaa noin 16,000  
äitiä HUS:n alueella.

Hoitokokeeseen kutsutaan mukaan  
noin 1,000 odottavaa äitiä.

### JOS HALUAT OSALLISTUA

Ilo Odottaa -tutkimukseen, ota yhteyttä  
tutkimushoitaja Eija Lahdensuohon.

Sähköposti: tutkimushoitaja@  
iloodottaa.fi  
Puhelin: 0294129628



Voit tutustua Ilo Odottaa -tutkimukseen  
myös nettisivuillamme

[www.iloodottaa.fi](http://www.iloodottaa.fi)

# ILO ODOTTAA®

Tule mukaan  
tutkimukseen!



## MISTÄ TUTKIMUKSESSA ON KYSE?

**ILO ODOTTAA**–tutkimuksessa selvitämme, miten raskauden aikaista ja synnytyksen jälkeistä masennusta voidaan seuloa, ehkäistä ja hoitaa raskauden varhaisvaiheista lähtien.

Masennus on yksi yleisimmistä raskauden aikaisista ja synnytyksen jälkeisistä sairauksista. Jopa joka viides suomalainen odottava äiti kertoo kokevansa oireita, jotka voivat liittyä masennukseen.

Psykoterapiat ovat raskauden aikaisen masennuksen ensisijaista hoitoa. Internetin välityksellä tarjottavat hoidot on todettu tieteellisissä tutkimuksissa tehokkaiksi hoitomuodoiksi, mutta niiden käytöstä raskauden aikaisen masennuksen hoidossa on vielä vähän kokemusta. Tehokas hoito edellyttää myös masennuksen oireiden varhaista tunnistamista.

**ILO ODOTTAA** –tutkimuksessa tutkimme raskauden aikaisten ja synnytyksen jälkeisten masennusoireiden netti-pohjaista tunnistamista, sekä masennuksen ehkäisyä ja hoitoa nettiterapian keinoin. Lisäksi tutkimme, voidaanko äidin masennuksen hoidolla ja ehkäisyllä edistää syntyvän lapsen terveyttä ja kehitystä.

## MITÄ TUTKIMUKSESSA TAPAHTUU?

**ILO ODOTTAA** –tutkimukseen osallistuessasi täytät kyselyitä netissä raskauden aikana sekä lapsesi synnyttyä.

Saat kyselyistä palautteena tietoa omasta hyvinvoinnistasi. Lapsesi synnyttyä saat kyselyistä palautteen tietoa myös lapsesi kehityksestä.

Jos sovellut hoitokokeeseen, olet osana uutta masennuksen ehkäisyyn ja hoitoon kohdistuvaa tutkimusta, jossa pyrimme osoittamaan uuden hoitomuodon tehokkuuden.



Tehokkuuden osoittamiseksi osa hoitokokeeseen soveltuvista odottavista äideistä osallistuu normaalian äitiysneuvolakäyntien ohella uuteen Ilo Odottaa –nettiterapiaan, osa jatkaa normaalisti äitiysneuvolakäynneillä. Kaikki hoitokokeeseen osallistuvat äidit käyvät myös tutkimushoitajamme vastaanotolla.

Hoidon osoittautuessa tehokkaaksi, tavoitteenamme on tarjota hoito kaikille sitä tarvitseville odottaville äideille Suomessa.





13.4.2021



### LISTA ÄITIEN OSALLISTUMISHALUKKUUDESTA ILO ODOTTAA –TUTKIMUKSEEN

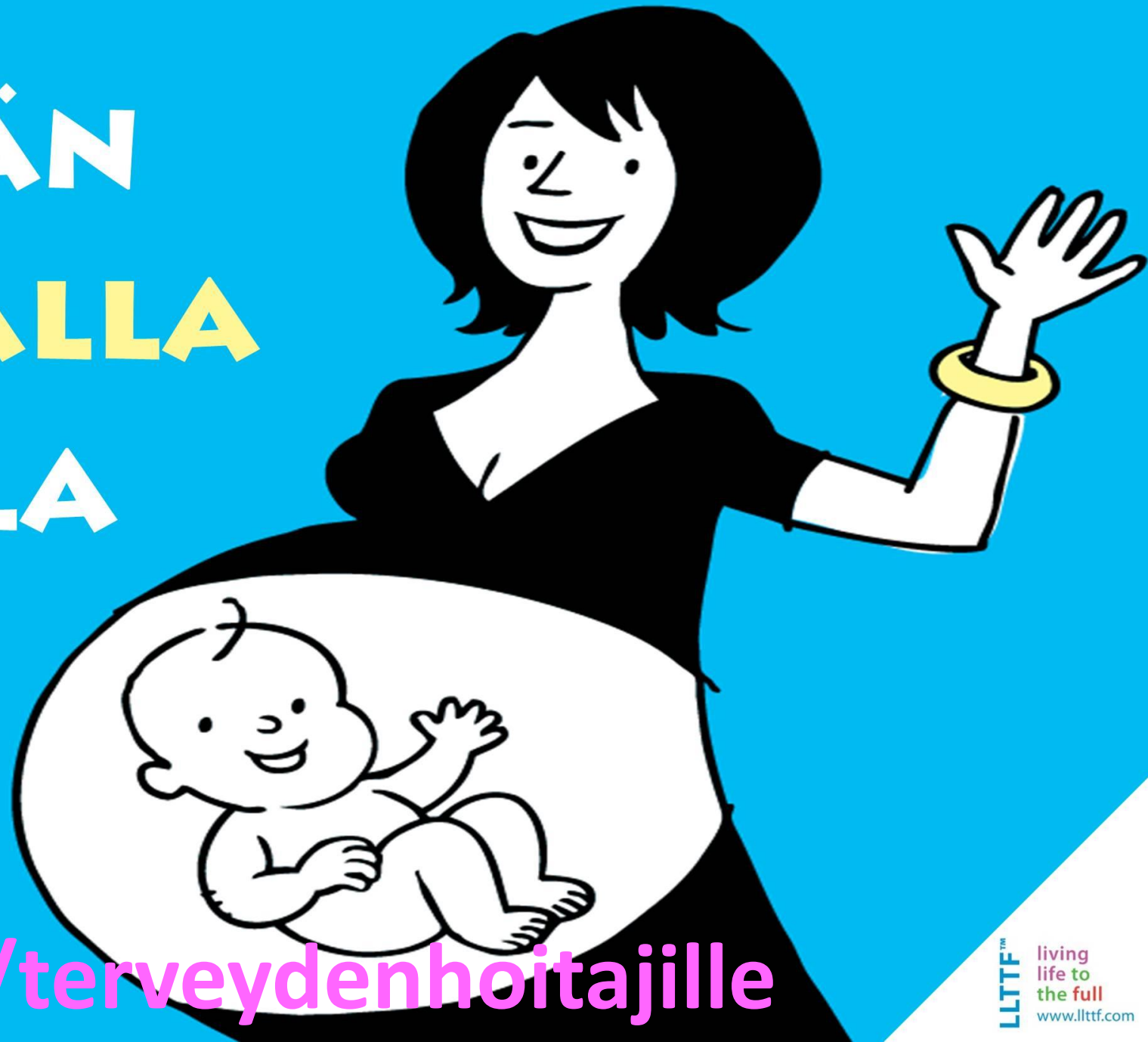
ILO ODOTTAA –tutkimukseen osallistumista tarjotaan äideille, joiden **EPDS –seulan tulos alkuraskauden laajassa terveystarkastuksessa on 10 pistettä tai enemmän**. Tämän listan avulla pidät kirjaa äitien halukkuudesta osallistua tutkimukseen ja heidän yhteystietojensa välittämisestä tutkimushoitajalle.

- Listapohjaan kirjataan päivämäärä, jolloin terveydenhoitaja on käynyt odottavan äidin kanssa keskustelun äidin EPDS –seulatuloksesta. Päivämäärä kirjataan kaikkien äitien kohdalla, joiden EPDS-seulan tulos on 10 pistettä tai enemmän.
- Terveydenhoitaja ruksaa onko äiti halunnut osallistua ILO ODOTTAA –tutkimukseen.
- Terveydenhoitaja ruksaa myös, onko äiti antanut luvan nimensä ja puhelinnumeronsa välittämiseen tutkimushoitajalle ja merkitsee päivämäärän, jolloin tiedot on välitetty joko sähköpostitse tai tekstiviestinä.
- Listapohjaan ei kirjata äitien tunnistetietoja.
- Jos listat loppuvat, voit tilata niitä lisää tutkimushoitajalta.

Tutkimushoitaja Eija Lahdensuo  
[tutkimushoitaja@iloodottaa.fi](mailto:tutkimushoitaja@iloodottaa.fi)  
puh 02941 29628

EPDS – keskustelun päivämäärä (pv.kk.vvvv)	Äiti haluaa osallistua ILO ODOTTAA – tutkimukseen	Äidin yhteystiedot on välitetty tutkimushoitajalle	Yhteystietojen välittämisen päivämäärä (pv.kk.vvvv)
	<input type="checkbox"/> Kyllä <input type="checkbox"/> Ei	<input type="checkbox"/> Kyllä <input type="checkbox"/> Ei	
	<input type="checkbox"/> Kyllä <input type="checkbox"/> Ei	<input type="checkbox"/> Kyllä <input type="checkbox"/> Ei	

**NÄHDÄÄN  
SEURAAVALLA  
KERRALLA**



[www.iloodottaa.fi/terveydenhoitajille](http://www.iloodottaa.fi/terveydenhoitajille)