

ESIPUHE

Diabetesta sairastavien nuorten itsehoitoon sitoutuminen on ensiarvoisen tärkeää, koska nuori elää tätä hetkeä ja tulevaisuudessa mahdollisesti esiintulevat ongelmat tuntuvat hänestä kaukaiselta asialta. Valmiudet hoitaa itseään auttavat nuorta hyväksymään sairautensa ja itsenäistymään. Tutkimus on antanut meille hoitotyöntekijöinä valmiuksia kohdata pitkäaikaissairautta sairastava nuori ja ymmärtää kehitysvaiheen merkitys nuoren elämässä. Tehdessämme tutkimusta olemme saaneet uutta tietoa diabeteksen itsehoidosta. Vieraillessamme Savonlinnan Seudun Diabetesyhdistys ry:n kevätkokouksessa saimme uutta tietoa paikallisyhdistyksen toiminnasta sekä Suomen Diabetesliiton toimitusjohtaja Jorma Huttuselta kansainvälisestä toiminnasta.

Tämän tutkimuksen ovat tehneet mahdolliseksi ne nuoret jotka vastasivat kyselyymme, sekä Savonlinnan apteekit ja Mikkelin keskussairaalan diabeteshoitaja Marja Häkkinen. Lisäksi kiitämme Savonlinnan keskussairaalan diabeteshoitaja Päivi Sallista mielenkiinnosta ja kannustuksesta työtämme kohtaan. Kiitämme Savonlinnan ja Mikkelin diabetesyhdistyksiä taloudellisesta avusta, kannustamisesta ja tuesta.

Kiitämme ohjaajiamme terveydenhuollon maisteria Anja Pitkosta ja terveydenhuollon maisteria Arja Tiippanaa saamastamme tuesta ja ohjauksesta. Kiitämme toisiamme ymmärtämisestä, jaksamisesta ja huumorintajuisesta suhtautumisesta vastoinikäymisiinkin. Läheisimpiämme haluamme kiittää ymmärryksestä ja kärsivällisyydestä.

Savonlinnassa 8. toukokuuta 1995

Satu Jauhiainen, Marianne Laukkanen ja Päivi Paunonen

SISÄLTÖ

TIIVISTELMÄ

JOHDANTO	1
1. DIABETESTA SAIRASTAVA NUORI	2
1.1 Diabeteksen määrittelyä	2
1.2 Nuoren fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen kehitys	3
2. NUOREN SOPEUTUMINEN PITKÄAIKASEEN SAIRAUTEEN	6
2.1 Sopeutumisreaktio ja sopeutumisprosessi	6
2.2 Sopeutumisvalmennuskurssit nuorille Tampereella	7
3. DIABETESTA SAIRASTAVAN NUOREN ITSEHOITO	9
3.1 Oremin itsehoitomalli	10
3.2 Itsehoitovalmiudet	11
3.3 Itsehoitoon sitoutuminen/sitoutumattomuus	13
3.4 Itsehoitoon motivoituminen	14
4. TUTKIMUSTEHTÄVÄT	17
5. TUTKIMUSAINEISTON KERUU JA LUOTETTAVUUS	18
5.1 Tutkimusaineiston keruu	18
5.1.1 Kyselyn toteuttaminen	18
5.1.2 Luotettavuuden arviointia	21
6. TUTKIMUSTULOKSET	22
6.1 Sairauteen ja hoitoon liittyvät asenteet ja elämäntavat	22
6.2 Perheen ja ystävien merkitys diabetesta sairastavalle nuorelle	24
6.3 Nuoren oma kokemus tiedollisista ja taidollisista itsehoitovalmiuksistaan	26
6.4 Hyvän itsehoidon osa-alueet nuoren itsensä kokemana	27
6.5 Sairastumisen aiheuttamia tunteita	28
6.6 Nuorten näkemyksiä diabeteksen itsehoidosta	29
6.7 Jaksaminen diabeteksen kanssa	30

7. POHDINTA	31
7.1 Tulosten tarkastelua ja johtopäätöksiä	31
7.2 Ehdotuksia jatkotutkimusaiheiksi	33
8. LÄHTEET	34
9. LIITTEET	

TIIVISTELMÄ

Savonlinnan Ammatillinen Instituutti
Terveysthuoltoalan koulutusyksikkö
Sairaanhoitaja, sisätauti- kirurginen sairaanhoito

SKYO 9: Jauhiainen Satu, Laukkanen Marianne, Paunonen Päivi

14-18-VUOTIAIDEN DIABETESTA SAIRASTAVIEN NUORTEN ITSEHOITOON SITOUTUMINEN JA ITSEHOITOVALMIUDET

Opinnäytetyö 35 sivua 5 liitettä
Ohjaajat: THM Anja Pitkonen ja THM Arja Tiippana

Diabetesta sairastava nuori, itsehoitoon sitoutuminen, itsehoitovalmiudet.

Tässä tutkimuksessa halusimme selvittää 14-18-vuotiaiden diabetesta sairastavien nuorten itsehoitoon sitoutumista ja itsehoitovalmiuksia. Savonlinnan ja Mikkelin alueen nuoret vastasivat puolistrukturoituun kyselylomakkeeseen. Kysely suoritettiin Savonlinnan apteekkien ja Mikkelin keskussairaalan diabeteshoitajan avulla. Aineisto koottiin maaliskuussa 1995. Kyselylomakkeita jaettiin Savonlinnaan 30 ja Mikkeliin 20 kappaletta. Vastauksia tuli Savonlinnasta yksi ja Mikkelistä 12. Vastaajista kahdeksan oli tyttöjä ja viisi poikia. Aineisto käsiteltiin osin määrällisesti ja osin laadullisesti.

Tutkimuksen avulla pyrimme selvittämään nuoren omakohtaista kokemusta pitkäaikaiseen sairauteen sopeutumisesta ja hänen valmiuksistaan hoitaa itseään. Tutkimuksemme kaksi pääongelmaa olivat: 1) Onko nuori sitoutunut itsehoitoonsa? ja 2) Miten nuori itse kokee omat itsehoitovalmiutensa?

Tutkimustulosten mukaan nuoret olivat sitoutuneet itsehoitoon ja itsehoitovalmiuksista korostuivat insuliini- ja ruokavaliohoito sekä liikunta. Vastauksissa ilmeni, että nuori oli sitoutunut paremmin hoitoonsa, jos hän oli sairastunut jo varhaislapsuudessa. Nuoret korostivat tietojen ja taitojen merkitystä diabeteksen itsehoidolle. Jatkotutkimuksena voisi selvittää, kuinka vanhemmat suhtautuvat diabetesta sairastavaan lapseensa ja kuinka se vaikuttaa nuoren itsehoitoon sitoutumiseen / sairauteen suhtautumiseen.

JOHDANTO

Suomessa arvioitiin vuonna 1990 olevan 25 000 insuliinidiabeetikkoa, enemmän kuin missään muualla maailmassa. Uusia sairastumisia ilmenee alle 20-vuotiailla n. 30/100 000 asukasta kohden vuodessa. Nuoruusiän diabeteksen ilmaantuvuus on meillä 1, 5 kertaa niin suuri kuin muissa Pohjoismaissa. Diabeteksen esiintyvyys on viime vuosina lisääntynyt niin Suomessa kuin muuallakin. Syytä tähän ei tiedetä. (Koivisto 1990.)

Mielestämme 14-18-vuotiaiden diabetesta sairastavien nuorten sitoutumista itsehoitoon on tutkittu vähän. Tutkimuksemme tarkoituksena on selvittää 14-18-vuotiaiden diabetesta sairastavien nuorten itsehoitoon sitoutumista ja heidän itsehoitovalmiuksiaan. Kirjallisuutta lasten ja aikuisväestön diabeteksen hoidosta löytyy, mutta nuoria koskevaa tietoa on niukasti. Kiinnostuksemme aiheeseen heräsi luettuamme Helvi Kyngäksen tutkimuksen diabeetikkonuorten hoitoon sitoutumisesta. Kyngäksen tutkimukseen vastanneesta 47:stä nuoresta 34% oli erinomaisesti ja 45% tyydyttävästi hoitoon sitoutuneita. Hoitoon sitoutumattomia oli 21 %.

Tutkimuksemme on kohdistettu Savonlinnan ja Mikkelin seudun 14-18-vuotiaille diabetesta sairastaville nuorille. Teoriaosan käsittelimme Oremin itsehoitomallin mukaan, sillä se sopii itsehoitoisuuden tarkasteluun. Tutkimus suoritettiin puolistrukturoidulla kyselylomakkeella, johon nuoret vastasivat nimettöminä.

Toivomme tutkimuksesta olevan hyötyä hoitohenkilökunnalle, kun se työssään kohtaa diabetesta sairastavan nuoren. Toivomme, että se hyödyttää myös Savonlinnan ja Mikkelin Diabetesyhdistyksiä, kun he miettivät keinoja tukeakseen diabetesta sairastavia nuoria.