

TURUN YLIOPISTO
Lääketieteellinen tiedekunta

SALOKANNEL, MIIA: Leikki-ikäisten lasten unen ja psyykkisten häiriöiden yhteys

Syventävien opintojen kirjallinen työ, 33 s., 11 liites.
Lastentautioppi
Huhtikuu 2016

Tutkielmani tarkoitus oli selvittää objektiivista mittaria, aktigrafia, käyttäen leikki-ikäisten biologisten lasten unen yhteyttä lapsen psyykkisiin oireisiin. Lapsuuden psyykkisten oireiden ehkäisyllä sekä oireiluun varhain puuttumalla on suuri merkitys lapsen myöhemmälle oireilulle: lapsuudessa alkaneet psyykkiset sairaudet ovat usein pitkäkestoisempia ja vaikeammin hoidettavia, joten on tärkeää löytää niihin vaikuttavia tekijöitä. Tutkielman kirjallisuuskatsauksessa kerron lasten unesta, psyykkisistä häiriöistä sekä unen ja psyykkisten oireiden jo havaituista yhteyksistä. Unen ja psyykkisten oireiden yhteydestä on paljon tutkimuksia, mutta leikki-ikäisten terveiden lasten ryhmässä on tehty vain vähän tutkimuksia aiheesta, ja lisäksi tässä tutkimuksessa käytetään unen mittaamiseen subjektiivisten mittareiden (mm. unipäiväkirja) sijaan objektiivista mittaria. Hypoteesina on, että unen häiriöisyys ja lyhyempi unen pituus lisäävät psyykkisiä oireita mittaavan CBCL:n pisteitä.

Tutkimusaineistonani on FinAdo 2 -jatkotutkimuksen (Ulkomailta Suomeen adoptoitujen lasten fyysinen ja psyykinen terveydentila) lasten unta käsittelevän osatutkimuksen verrokkiryhmä. Lapset rekrytoitiin Turun alueen päiväkodeista. He olivat 2–6-vuotiaita perheen biologisia lapsia (n = 102). Psyykkisten oireiden arvioimiseen käytettiin CBCL-lomaketta (Child Behavior Check List) ja unta arvioitiin aktigrafian viikon ajan mittaaman tiedon avulla.

Tutkimuksessa ei havaittu yhteyttä unen ja psyykkisten oireiden välillä. Iän havaittiin lisäävän eksternalisoivien oireiden ja kokonaispisteiden määrää. Tutkimuksessa oli heikkouksia, jotka selittänevät tuloksia. Aiempiin tutkimuksiin verrattuna aineistomme lasten psyykinen oireilu oli melko vähäistä, mitä voi selittää se, että tutkimuslasten vanhemmat olivat sekä suomalaiseseen väestöön että muihin tutkimuksiin verrattuna korkeammin koulutettuja. Lisäksi aineiston koko on useissa tutkimuksissa ollut selvästi suurempi kuin tässä tutkimuksessa. Leikki-ikäisten ikäryhmästä tarvittaneenkin lisää tutkimuksia unen ja psyykkisten häiriöiden yhteydestä.

Avainsanat: Lapset, uni, psyykkiset oireet