



Vinkkejä ammattilaisille monikkoperheen kohtaamiseen

1. Kannusta perhettä lasten yksilölliseen kohteluun ja noudata yksilöllisen kohtelun periaatteita perheiden kohtaamisessa. Esimerkiksi on hyvä varata eri vastaanottoajat kaksosille ja kolmoslapsille. Jos vastaanottoaika esimerkiksi perheen toivomuksesta on yhteinen, käsittele selkeästi erikseen jokaisen lapsen asiat, jotta jokaisen lapsen asia tulee käsitellyksi yksilöllisesti.
2. Älä kauhistele sitä, että perheeseen on tulossa tai tullut monta lasta kerralla. Monikkoperhe tulee kohtaamaan lähipiirissään ja muualla kauhistelua, mikä ei auta eikä voimauta perhettä. Sen sijaan rohkaise ja kannusta sekä tuo esiin lasten saamiseen liittyviä suuria ilon aiheita.
3. Monikkoperheessä isät voivat olla myös kuormittuneita johtuen työtilanteesta, lastenhoidosta ja kotitilanteesta. Isän rooli monikkoarjen sujumisessa on merkittävä ja tämä tulisi huomioida. Erityishuomio tulisi kiinnittää tilanteisiin, jossa perheen äiti on vuodelevossa.
4. Monikkoperheessä taloudellinen kuormitus on suurta yhtäaikaisten moninkertaisten hankintojen vuoksi, usein myös asumiseen ja liikkumiseen joudutaan investoimaan yllättävästi kasvaneen perhekoon vuoksi. Perhe voi tarvita puolta asiakasmaksujen kohtuullistamiseen.
5. Riskiraskauteen ja monikkovanhemmuuteen liittyy monenlaisia ääritunteita ja voimakastakin kuormitusta. Vanhempi hyötyy siitä, että hän voi käsitellä pelon, huolestuneisuuden, riittämättömyyden ja pettymyksen tunteitaan myös ammattilaisen kanssa. Huomioithan, että käsittelemättömiä tunteita voi olla, vaikka kaikki olisi mennyt hyvin ja tunteet voivat säilyä käsittelemättöminä pitkäänkin, vaikka lapset ovat jo vanhempia.
6. Monikkoperheet toivovat erityishuomiointia silloin, kun kahden tai useamman lapsen kanssa liikkuminen, pukeminen, riisuminen ja samalla huomion kiinnittäminen yhden lapsen asioihin tuottaa käytännön ongelmia. Tässä apua tuovat lisäkädet ja tilanteen huomioiminen esimerkiksi tilaratkaisuissa ja tilojen esteettömyydessä.
7. Monikkolasten syntyessä perheeseen perheen isompien lasten huomioiminen voi jäädä riittämättömäksi. Perhe tarvitsee tukea, jotta myös isommat lapset, erityisesti vain hieman monikkolapsia vanhempi sisarus, saavat riittävästi huomiointia ja aikaa.
8. Monikkoperheen vanhemmat ovat usein hyvä työttiimi, mutta parisuhde voi joutua ylenmääräiselle kuormitukselle. Tämä seikka on hyvä huomioida ja tarjota tukea parisuhteen hoitoon.
9. Pitkään vuodelevossa oleva tarvitsee usein paljon tietoa tilanteestaan ja myös siitä, millä kriteereillä tilannetta arvioidaan sekä mitä toimenpiteitä milläkin kriteereillä tehdään. Vuodelevossa oleva odottaja tarvitsee tukea käsitelläkseen pelkojaan.



Vinkkejä ammattilaisille monikkoperheen kohtaamiseen

Vinkit neuvolassa ja sairaalassa työskenteleville:

10. Monikkoperhe haluaa monikkoperheelle tarkoitettua kohdennettua tietoa mm. riskeistä ja seurannoista, faktoina, ilman pelottelua, huolissa tukien.
11. Vanhemmat toivovat raskaudenaikaisen seurannan toteutumista siten, että käynnit keskittyvät yhdelle tai enintään kahdelle lääkärielle turvallisen hoitosuhteen syntymiseksi.
12. Ohjaa perhe vertaistuen piiriin. Vertaistukea on tarjolla oman alueen monikkoperheyhdistyksissä (yhteystiedot löytyvät www.suomenmonikkoperheet.fi), ja www.perheaikaa.fi - sivustolla.
13. Monikkolapsista puolet syntyy ennenaikaisesti ennen raskausviikkoa 37. Monikkoperheet tarvitsevat muita useammin tietoa keskosuudesta.
14. Kartoita perheen kanssa perheen elämäntilanne, mm. muut hoitovelvoitteet, taloudellinen kuormitus. Ohjaa ja neuvo perheitä kartoittamaan ja vahvistamaan tukiverkostoaan ja mikäli tukiverkostoa ei ole tai sitä ei ole riittävästi, hakemaan tarvittaessa myös ulkopuolista apua. Tarvittaessa neuvolan työntekijää tarvitaan organisoimaan avun saamista. Avun hakemisessa ja järjestämisessä ennakointi on tarpeen, jotta tarvittaessa apu tulee nopeasti ja sopiva hoitaja löytyy. Erityisen tärkeää on ohjata perhe hakemaan tarvittaessa kotipalveluapua. Kotipalvelua tulisi saada myös perheen omasta pyynnöstä ja saamisen tulisi olla helppoa, jotta perhe jaksaa hakea apua sitä tarvitessaan. Silloin kun kotipalvelun tarve on tiedossa jo ennen lasten syntymää, ensimmäisen kotikäynnin sijoittaminen jo ennen lasten syntymää lisää turvallisuuden tunnetta.
15. Tarjoa imetysohjausta. Tässä ammattilaiset saattavat olla liian hienotunteisia tarjoamaan ohjausta, että eivät "painostaisi äitiä", kun vanhempi voikin kaivata riittävän napakkaa imetysohjausta.
16. Monikkoperheet tuntevat itsensä hyvin stressaantuneiksi selvästi useammin kuin muut lapsiperheet Monikkoperheessä on pulaa ajasta suuren perushoidollisen työn vuoksi. Monikkoperheillä on keskimäärin suurempi riski uupumiseen ja masennukseen ja siksi suurempi tarve tukipalveluihin, esim. kunnalliseen kotipalveluun. . Erityisesti tämä tulee huomioida jos lapset syntyneet keskosina tai vanhempi on yksinhuoltaja.
17. Huomioithan, että tarve kunnalliseen kotipalveluun jatkuu usein pidempään kuin muissa perheissä lasten lukumäärän vuoksi. Kysy väsymyksestä ja tarjoa perheelle tarvittaessa tukipalvelua.
18. Riittämätön lepo on monen vanhemman ongelmana monikkolasten ollessa pieniä. Sekä lasten että aikuisten uniongelmiin on puututtava mahdollisimman varhain, jotta vanhemmat eivät uuvu. Väsymys altistaa myös masennukselle. Unikoulun tarjoaminen.



Vinkkejä ammattilaisille monikkoperheen kohtaamiseen

Muut vinkit monikkoperheen palvelujen järjestämiseen:

19. Ohjaa monisikiödottaja ja puoliso perhevalmennukseen mahdollisimman aikaisin, jotta odottaja ennättää ja jaksaa osallistua. Lapset syntyvät aina ennen laskettua aikaa.
20. Vauvaperhevalmennuksessa olisi paremmin huomioitava erilaiset perheet ja mietittävä miten esimerkiksi monikkoperheet voisi tällaisessa ryhmässä huomioida.
21. Monikko-odottaja voi joutua olemaan pitkiä aikoja sairaalassa vuodelevossa. Vertaistuen saantia edistää, mikäli hänet voidaan sijoittaa samaan huoneeseen toisen samankaltaisessa tilanteessa olevan kanssa.
22. Monikko-odottaja haluaa tietoa monisikiöraskaudesta myös neuvolasta erikoissairaanhoidon lisäksi. Muista myös Meille tulee vauvat (THL, netissä sähköinen versio), Hyvä alku monikkovanhemmuuteen- ensitietovideo sekä Hyvä alku monikkovanhemmuuteen – Ammattihenkilöstön opas monikkoperhevalmennukseen (www.suomenmonikkoperheet.fi), Hyvä alku monikkovanhemmuuteen – nettikurssi (www.perheaikaa.fi)
23. Joskus tarjolla on vain sellaista apua, jota perheiden ei ole mahdollista käyttää tai tarjottu apu ei vastaa tarpeeseen. Tarjolla pitäisi olla myös sellaisia avun muotoja, jotka tarvittaessa tulevat monikkoperheen luokse. Esim. kotipalvelun ja unikoulun tarjoaminen kotiin silloin kun lasten lukumäärä, lasten keskosuus/sairastelu tai sairaalajaksot sitä edellyttävät.
24. Kotipalvelu on monikkoperheelle hyvin tärkeä jaksamisen tuki lasten suuren perushoidon määrän vuoksi. Perheet toivovat apua lastenhoitoon ja kodinhoitoon, ei pelkästään keskustelun kautta annettavaa tukea. Apua tulisi saada myös tilanteessa, jossa vanhempi tarvitsee apua voidakseen levätä sillä aikaa kun työntekijä ottaa vastuun lapsista.
25. Kotipalvelua tulisi saada myös ilman lastensuojeluasiakkuutta (myös sosiaalihoitolakiesitys, syksy 2014, tukee tätä).
26. Palvelujärjestelmässä tulisi tunnistaa se, että monikkoraskauteen ja monikkovanhemmuuteen liittyy kohonnut riski vanhempien uupumiseen. Erityisesti tämä tulee huomioida jos lapset syntyneet keskosina tai vanhempi on yksinhuoltaja.
27. Neuvolasta tulisi tehdä yksi tai useampia kotikäyntejä monikkoperheeseen, vaikka kyseessä ei olisi ensisynnyttäjä.
28. Tutkimuksen mukaan nämä perheet kokevat saaneensa juuri päivähoidosta parhaiten tukea ja apua perhe-elämäänsä liittyvissä asioissa. Apua saatetaan tarvita isompien lasten hoitoon jo raskausaikana vuodelevon aikana ja vauvojen ollessa tehohoidossa.
29. Päivähoidossa ja koulussa ei pidä noudattaa kaavamaisista politiikkaan monikkolasten ryhmä- ja luokkasijoituksen suhteen ts. monikkolapsia ei pidä sijoittaa aina samaan tai aina eri ryhmiin vaan lapsesta johtuvin yksilöllisin perustein vanhempia kuunnellen.