

Pikkulasten syömishäiriöt

LT, lastenpsykiatrian dosentti,
Ylilääkäri

Mirjami Mäntymaa

EPSHP, lasten- ja nuorisopsykiatrian
toimintayksikkö

Tampereen yliopisto
Yleislääkäripäivät 2019

- Ei sidonnaisuuksia

Yleistä pikkulasten syömisongelmista

- Syömisongelmat tavallisia pikkulapsilla
 - 20–40%:lla normaalisti kehittyvistä lapsista jonkinlaisia syömisen ongelmia
 - Jopa 80%:lla niistä, joilla kehityksellisiä ongelmia
- Liian vähäinen syöminen, liiallinen syöminen
- 1–3%:lla vaikeampi tilanne; syömishäiriö
 - esim. kieltäytyy syömästä, vaikutus kasvuun
 - Vaikeimmillaan laaja-alaiset vaikutukset lapsen kasvuun ja kehitykseen

Syömisongelman jatkuvuus

- ongelmallisella syömiskäyttäytymisellä jatkuvuutta lapsuudesta nuoruusikään, jopa aikuisuuteen saakka
 - varhaislapsuuden syömishäiriöt lisäävät riskiä anoreksia nervosaan nuoruus- ja aikuisiällä
 - esim. lapset, joilla varhaislapsuuden syömishäiriö, söivät edelleen alakouluiässä verrokkeja huonommin vaikka ravitsemuksellinen tilanne oli parantunut
 - myös lievemmat syömisongelmat voivat jatkua useita vuosia

Syömisongelman jatkuvuus

- Varhaiset syömisongelmat yhteydessä myös lapsen myöhempään
 - käyttäytymisen ja tunne-elämän oireisiin
 - psykososiaalisen sopeutumisen ongelmiin
 - vaikeuksiin sosiaalisissa suhteissa

Syömisongelman jatkuvuus

- Äidiltä lapselle
 - äidin aktiivinen tai aiemmin sairastettu syömishäiriö yhteydessä pikkulapsen syömisongelmiin
 - välitysmekanismi vuorovaikutuksen kautta
 - ruokailutilanteiden kaoottisuus ja leikkitilanteissa äidin voimakas kontrolli ja disharmonia
 - geneettinen alttius
 - erityisesti sensorisessa ruoka-aversiossa

Syömisongelmien etiologiasta

- Taustalla monia samanaikaisesti ja toinen toisiinsa vaikuttavia tekijöitä
 - biologisia
 - toiminnallisia
 - kehityksellisiä
 - psykologisia
 - käyttäytymiseen ja
 - lapsen ja vanhemman vuorovaikutukseen liittyviä

Syömisongelmien taustalla

- Vauvan säätelykyky
 - vauvan itsesäätely puutteellinen ja/tai vanhempi epäsensitiivinen tai epäjohtonmukainen
 syöminen voi häiriintyä
 - Esim. vauva liian agitoitunut tai liian uninen  vaikea saavuttaa riittävän rauhallista tai riittävän valpasta tilaa, jotta syöminen onnistuisi
 - säätelyn ongelmia laajemminkin, esim. unihäiriöt

Syömisongelmien taustalla

- Lapsen kehitykselliset valmiudet siirtyä uudenlaisiin ruokiin
 - esim. herkkyykskaudet uusiin makuihin; ruoan karkeistaminen
- Lapsen kehitysvaihe
 - tahtomisikä
- Suun alueen motoriikkaan, sensoriikkaan ja suun ja nielun toimintaan liittyvät ongelmat
 - Esim. aistiyliherkkyudet

Syömisongelmien taustalla

- Lapsen sairaudet
 - Ohimenevät ja krooniset
- Lapsen aikaisemmat syömiskokemukset; posttraumaattinen syömishäiriö
- Vaikea temperamentti
- Lapsen ja vanhemman vuorovaikutusongelmat

Syömisongelmien taustalla

- Pikkulapsen syömishäiriössä vuorovaikutusongelmat ovat usein mukana – ne ovat primaareja tai sekundaarisia ja ne on huomioitava hoidossa
- Syömishäiriöt näyttävät synnyttävän vuorovaikutusongelmia ja ne voivat olla vaikuttamassa syömishäiriön jatkumiseen

Syömishäiriöihin liittyviä vuorovaikutuksen ongelmia

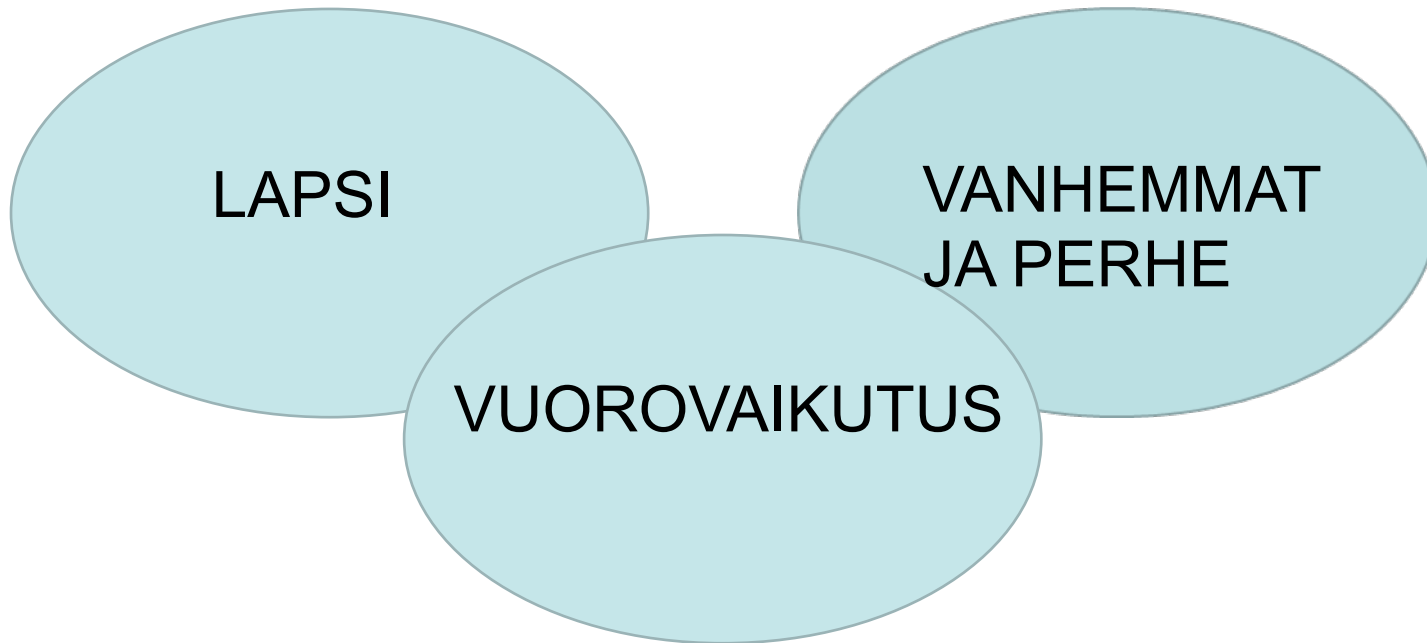
- enemmän negatiivisia tunteita ja valtataistelua
- vähemmän positiivista yhdessäoloa
- vähemmän vastavuoroisuutta
- läheisyyttä vähemmän, kosketusta vähemmän

Syömishäiriöihin liittyviä vuorovaikutuksen ongelmia

- verrattuna normaalisti syöviin kontroleihin syömishäiriöiset lapset
 - viestittävät epäselvemmin esim. nälkää ja kylläisyyttä
 - ovat ruokailutilanteessa vetäytyvämpiä, negatiivisempia ja uhmakkaampia
- syömishäiriöisten lasten äidit
 - epäsensitiivisempiä
 - intrusiivisempia
 - negatiivisempia
 - opettavat verbaalisesti ja kontrolloivat enemmän

Syömisongelmat lastenneuvolassa

Mitä tutkin, mitä selvitän?



Mitä tutkin: Lapsi

- Somaattinen terveys, kasvu, kehitys, ravitsemuksellinen tila
- Lapsen päivä- ja unirytmii, vatsan toiminta
- Mitä, milloin, missä, kuinka paljon ja kuinka kauan lapsi syö? (syli, babysitteri, syöttötuoli, iänmukaiset ruokailuvälineet)
- Psyykkinen vointi
- Syömishistoria, syömisongelman alkaminen ja tunnuspiirteet

- Ilmaiseeko lapsi nälkää tai kylläisyyttä?
- Ilmaiseeko janontunnetta?
- Liittyykö syömisvaikeuden alkamiseen jokin ikävä traumaattinen tai kivulias kokemus?
- Imetys, kiinteisiin ruokiin siirtyminen

Mitä tutkin: Vuorovaikutus

- Syökö perhe yhdessä? Missä? Onko perheenjäsenillä vakiintuneet paikat?
- Onko syöttämisen rytmi lapsen kannalta oikea?
- Millainen on ruokailun tunneilmapiiri?
 - Leppoisa, jännittynyt, ahdistunut, riitainen?
- Nauttiiko lapsi/ vanhempi syömisestä?
- Tarvitaanko/ käytetäänkö oheistoimintaa
 - Lapsella tai vanhemmalla (tv, lelut, älylaitteet, lehti)

Mitä tutkin: Vanhemmat ja perhe

- Onko vanhemmalla tietoa lapsen iänmukaisesta syömisestä (esim. mitä lapsi syö, paljonko, miten tarjottuna?)
- Mikä on vanhemman psyykkinen vointi?
- Vanhempien psykososiaalinen kuormittuneisuus, perheen kuormitustekijät?
- Onko perheessä muilla syömisongelmaa, tai onko ollut?
- Perheen ruokakulttuuri, asenne syömiseen?
- Traumaattiset tapahtumat tai menetykset perheessä?

Patologisen syömisen ja syöttämisen tunnusmerkkejä

- Ruokailun pitkä kesto
- Toistuvat yritykset tarjota ruokaa
- Pakkosyöttäminen
- Syöttäminen lapsen ollessa nukahtamaisillaan tai öisin
- Mekaaninen syöttäminen, vanhemman joustamattomuus syömistilanteissa

Hoito perusterveydenhuollossa

- Hoidetaan sitä, mikä näyttää vaikeuttavan lapsen syömistä eniten
- Vanhemman ja lapsen vuorovaikutuksen tukeminen, jaettu ilo!
- Tuki, rohkaisu, seuranta
- Psykoedukaatio

- Psykoedukaatio
 - Nälän, janon ja kylläisyyden tunteen tunnistaminen
 - Ruokarytmi, ikään sopiva ruoka ja annoskoko
 - Ruokapäiväkirja
 - Ruokailun struktuuri (aika, paikka, kesto), perheateriat
 - Mallintaminen

- Syömistilanteiden jäsentäminen
 - säännölliset ruoka-ajat
 - ruokailun kesto sopiva/ tarkoituksenmukainen
 - perheen syöminen yhdessä – perheenjäsenten antama malli syömisessä
 - rauhallinen tila ruokailuun
 - ei muuta viihdykettä ruokailun aikana (ei lapsella, ei aikuisella)
- länmukaisen syömisen huomioiminen

- Vanhemman ohjaaminen tarvittaessa omaan psykiatriseen hoitoon
- Perheen kuormitustekijät
 - Lapsiperheiden sosiaalipalvelut
- Psykologille ohjaaminen – vuorovaikutus, psyykkisen kuormittuneisuuden hoitaminen
- Puheterapeutin tai toimintaterapeutin arvio tarvittaessa
- Tukea kotiin syömistilanteisiin
 - Perhetyöntekijä
 - Muut lastensuojelun tukitoimet tarvittaessa
- Päivähoito

Milloin erikoissairaanhoidon?

- Lapsi kieltäytyy kokonaan syömisestä tai juomisesta
- Lapsen psykososiaalisesta kehityksestä ja vuorovaikutuksesta on huolta
- Ruokavalio on äärimmäisen yksipuolinen tai ei-ikätasoinen
- Syömisongelma ei korjaannu neuvolan interventiolla
- Lapsen somaattinen terveydentila on huono
- Lapsen kasvu on huonoa tai se joko hidastuu tai pysähtyy
 - Yksittäinen pituuden tai painon muutokseen liittyvä kasvuseulahäytys ilman muita löydöksiä ei useinkaan tarvitse kuin kliinisen arvion ellei kasvu ole kokonaan pysähtynyt

Hoito erikoissairaanhoidossa

- moniammatillinen yhteistyö tarpeen vaikeiden syömishäiriöiden selvittelyssä ja hoidossa
 - pediatri, ravitsemussuunnittelija, puheterapeutti, lastenpsykiatrian työryhmä
- lastenpsykiatriselta kannalta tärkeää selvittää laaja-alaisemminkin lapsen psyykkistä tilannetta ja vuorovaikutusta vanhemman kanssa

Hoito erikoissairaanhoidossa

- Ruokailutilanteen videointi – sekä tutkimuksellinen että hoidollinen merkitys
- Hoidollisten viitekehysten integrointi; vuorovaikutushoidon näkökulma keskiössä
 - Perheterapeuttinen näkökulma
 - Kognitiivis-behavioristinen hoito
 - Psykodynaaminen hoito
 - Psykoedukaatio
 - Somatiikka

Kognitiivis-
behavioraalinen
viitekehys

Psykoedukaatio

Varhaisen
vuorovaikutuksen
viitekehys

Perheterapeuttinen
viitekehys

Psykodynaaminen
viitekehys

Somatiikka

- Psykoedukaatio
 - Nälän, janon ja kylläisyyden tunteen tunnistaminen
 - Ruokarytmi, ikään sopiva ruoka ja annoskoko
 - Ruokapäiväkirja
 - Ruokailun struktuuri (aika, paikka, kesto), perheateriat
 - Mallintaminen

- Vuorovaikutuksen tukeminen, ohjaaminen, hoitaminen sekä syömistilanteissa että muissa –
 - Lapsen ja vanhemman vuorovaikutus ja kommunikaatio, keskinäisen kiintymyksen lisääminen
 - Ruokailutilanteen säätely
 - Tunteiden säätely
 - Tunneilmapiirin ja vuorovaikutuksen ymmärtäminen ja sanoittaminen
 - Jaetun mielihyvän ja ilon lisääminen
 - Esim. perheosastokontekstissa

- Psykodynaaminen viitekehys
 - Tunteiden sanoittaminen
 - Mentalisaatio: auttaa vanhempaa ymmärtämään omaa ja lapsen mieltä, tunteiden ja vuorovaikutuksen ymmärtäminen
 - Vanhemman ja lapsen yksilöitymisen ja erillisyyden tukeminen
 - Vastatunteet

- Perheterapeuttinen viitekehys
 - Vanhempien läsnäolo ja yhteistyö ruokailutilanteissa
 - Perheen ruokailukulttuuri
 - Vanhempien ja perheen syömishistorian ymmärtäminen
- Kognitiivis-behavioraalinen viitekehys
 - Vanhemman ilmaisujen, tulkintojen ja väärintulkintojen tutkiminen
 - Aikaisemmat yritykset helpottaa syömisongelmia
 - Käyttäytymisen havainnointi
 - Lapsen syömistaitojen ja itsetunnon tukeminen
 - Pakkosyöttämisen lopettaminen

Lopuksi

- Pikkulasten syömisongelmat ovat tavallisia ja niihin on tarpeen puuttua mahdollisimman varhain
- Hoidossa tarjotaan sekä konkreettista että emotionaalista tukea
- Neuvolassa korostuvat psykoedukaatio, somaattisen terveydentilan arvioiminen, vanhemman ja lapsen vuorovaikutuksen tukeminen, psykososiaalisen kuormitustekijöiden huomaaminen ja niissä auttaminen

Lähteitä

- Mäntymaa, Järvi, Leijala ja Rauhala. Pikkulasten syömisongelmien tutkiminen ja hoito: lastenpsykiatrinen näkökulma. Suom Lääkäril 2018;45:2637–40
- Chatoor I. Diagnosis and treatment of feeding disorders in infants, toddlers, and young children. Washington DC: Zero to three 2009
- Bryant–Waugh R ym. Feeding and eating disorders in childhood. Int J Eat Disord 2010;43:98–111
- Mäntymaa, Luoma, Puura. Miksi pienokaiseni ei syö? – Lastenpsykiatrinen näkökulma varhaislapsuuden syömishäiriöihin. Duodecim 2013;129:697–703

KIITOS!