



Oamk Journal

Oulun ammattikorkeakoulun julkaisuja

Tämä on alkuperäisen artikkelin rinnakkaistallenne. Rinnakkaistallenne saattaa erota alkuperäisestä sivutukseltaan ja painoasultaan.

This is an electronic reprint of the original article. This version may differ from the original in pagination and typographic detail.

Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä/Please cite the original version:

Jaurakkajärvi, J. & Rainto, S. 2021. Tahaton lapsettomuus – mitä se tarkoittaa parisuhteelle? Oamk Journal 79/2021. <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe2021112356540>

Tahaton lapsettomuus – mitä se tarkoittaa parisuhteelle?

3.12.2021 - Jaurakkajärvi Johanna, Rainto Satu

Tahaton lapsettomuus koskettaa monia. On arvioitu, että noin joka viidennellä pariskunnalla on vaikeuksia tulla raskaaksi jossain vaiheessa elämää.

Lapsettomuus vaikuttaa suuresti moniin eri elämän osa-alueisiin. Tässä artikkelissa perehdytään siihen, miten lapsettomuus vaikuttaa parisuhteeseen ja seksuaalisuuteen.



Tahaton lapsettomuus vaikuttaa voimakkaasti parisuhteeseen ja seksuaalisuuteen (kuva: Teresa Howes/Pexels.com)

Lapsettomuus määritellään siten, että raskaus ei ole alkanut vuoden kuluessa, vaikka yhdyntöjä on ollut säännöllisesti [1]. Lapsettomuus voi olla primaarista eli raskauksia ei vielä ole ollut, tai sekundaarista eli hedelmättömyys on tullut aikaisemman raskauden jälkeen. [2] Arviolta 19 prosenttia naisista ja 11 prosenttia miehistä on jossain kohtaa elämänsä kokenut tahatonta lapsettomuutta. [3]

Tahaton lapsettomuus voi johtua joko miehestä (25 %), naisesta (25 %) tai molemmista (25 %). Neljäsosassa tapauksista syytä lapsettomuuteen ei löydetä. [3] Lapsettomuuden syitä naiselle voivat olla endometriooosi, lievät hormonihäiriöt ja munanjohtimesta peräisin olevat syyt. Miehillä lapsettomuuden syitä ovat siittiöiden vähyys, niiden huono liikkuvuus tai vähäinen normaalimuotoisten siittiöiden osuus. Nämä voivat esiintyä myös yhdessä. [4] Tahaton lapsettomuus voi johtua hedelmällisyyteen liittyvien ongelmien lisäksi myös muusta fysiologisesta syystä, elämäntilanteesta tai seksuaalisesta suuntautumisesta. [3]

Käydään läpi yhdessä

Yksilön oman kokemuksen lisäksi lapsettomuus on parisuhteen ongelma. Se voi joko yhdistää parin tai etäännyttää heidät toisistaan. Parhaimmillaan lapsettomuus luo keskinäisen tuen ja ymmärryksen tunteen parisuhteessa. Onnellisimmillaan parisuhteessa korostuvat keskinäinen luottamus, turvallisuuden tunne, toisen ymmärtäminen ja kokemusten keskinäinen jakaminen. [5]

Tahattomasta lapsettomuudesta voi tulla paria yhdistävä, jaettu kokemus. Lapsettomuus voi lähentää paria, sillä kriisistä selviytyminen voi tuottaa uusia taitoja, kuten avoin tapa kommunikoida, kyky ratkaista ristiriitoja ja tuntee myötätuntoa sekä tehdä vaikeitakin päätöksiä suhteeseen liittyen. Yhdessä läpikäyty tuska ja paineet voivat lujittaa suhdetta, jos lapsettomuudesta tulee yhteinen jaettu todellisuus. [6]

Lapsettomuuskriisissä parisuhde joutuu sopeutumaan aina uusiin sekä yllättäviinkin tilanteisiin. Kumppani pitää löytää aina uudestaan uudessa ja vieraassa tilanteessa. Nainen on lapsettomuuden tapahtumien ja kokemisen keskipisteenä. Lapsettomat naiset kokevat enemmän ahdistusta, stressiä ja masennusoireita kuin lapsettomat miehet, koska naiset kokevat olevansa vastuussa parin lapsettomuudesta. Lapsettomuuteen liittyvät tunteet ja vaiheet ovat ristiriitaisia sekä herättävät paljon ajatuksia ja tunteita. Pariskunnan kyky jakaa omat sisäiset kokemukset keskenään vaikuttavat siihen, miten he pääsevät eteenpäin. [6]

Lapsettomuus voi olla parisuhdetta vahvistava tekijä. Yhteinen kokemus lähentää pariskuntaa ja syventää ymmärrystä heidän välillään. [7] Puolisolta saatu tuki ja

yhteenkuuluvuuden tunne tuovat tunteen tukevasta parisuhteesta. Puheyhteyden ja puolison tuen puuttuminen voivat vaikuttaa siihen, miten lapsettomuuskokemuksesta selviytyy. [8] Usein naisilla on suurempi kiinnostus hoitoja kohtaan sekä suurempi tahto puhua lapsettomuuskokemuksesta puolison kanssa. Naisilla kuitenkin lapsettomuuskokemus vaikuttaa miehiä enemmän itsetuntoon ja lisää enemmän ahdistusta. [9]

Lapsettomuuteen liittyvät tunteet ja vaiheet ovat ristiriitaisia sekä herättävät paljon ajatuksia ja tunteita. Osa pareista ei pysty tunnetasolla jakamaan keskenään sitä, mitä heille tapahtuu yksilöinä ja pariskuntana. Puhumattomuus voi näkyä suhteessa emotionaalisenä etäisyytenä ja yksinäisyyden kokemuksena. On tärkeää, että pari opettelee puhumaan asiasta avoimesti keskenään ja ponnistelee parisuhteen ylläpitämiseksi kriisin aikana. [6]

Sosiaalisen tuen puuttuminen voi estää lapsettomuuskokemuksesta selviytymistä. Stressiä lisäävät puolisoitten väliset kommunikaatio-ongelmat ja siksi lisätukea haetaan usein lähipiiristä ja ammattilaisilta. [8]

Keskinäinen läheisyys koetuksella

Jotkut saattavat kuvitella, että lapsettomalla pariskunnalla on hauskaa, sillä he saavat käyttää aikaa lapsen tekemiseen. Kuitenkin tunnemaailman vaihtelut ja ristiriidat vaikuttavat suuresti seksuaalisuuteen ja seksielämään. Toistuva suorittaminen ja yrittäminen lapsen saamiseksi alkaa vähitellen häiritä seksielämää silloinkin, kun puolisoit kaipaavat vain hellyyttä tai läheisyyttä. Vähitellen seksin ainoaksi tarkoitukseksi voi tulla lapsen yrittäminen ja muut seksuaalisuuteen liittyvät tärkeät asiat, kuten intohimo, hellyys, läheisyys ja leikki, saattavat jäädä pois. [6] Usein nainen ottaa vastuun yhdyntöjen tapahtumisesta oikeaan aikaan ja tulee aktiivisemmaksi, kun mahdollinen hedelmöittyminen on ajankohtaista. Muina aikoina hän voi olla seksuaalisesti haluton. [10]

Vaikka naiset kokivat lapsettomuuden lähentäneen paria, oli lapsettomuudella Batool & de Visserin tutkimuksen mukaan negatiivinen vaikutus parin seksielämään. [11] Kun seksin tarkoitus on lapsen saaminen, on se luultavasti vähemmän tyydyttävää, epämiellyttävää ja ahdistavaa. Nämä asiat voivat johtaa seksiin

liittyvään kipuun. [12] Eroon tai eron partaalle ajautuneilla pareilla seksuaalinen läheisyys ei välttämättä palaudu lapsettomuushoitojen jälkeen. [6]

Parhaimmillaan seksi yhdistää pareja myös lapsettomuuden ja lapsettomuushoitojen aikana. Seksuaalisuutta olisi hyvä muistaa vaalia ja hoitaa. Seksuaalisen läheisyyden hoitaminen ja siihen huomion kiinnittäminen ovat tärkeitä kriisin aikana. Parit, jotka ovat selvinneet lapsettomuusvuosista yhdessä, ovat usein saavuttaneet suhteessaan uuden psyykkisen tason ja ovat muistaneet myös vaalia keskinäistä läheisyyttä. [6]

Jaurakkajärvi Johanna, sairaanhoitajaopiskelija
Oulun ammattikorkeakoulu, Hoitotyön tutkinto-ohjelma

Rainto Satu, lehtori
Oulun ammattikorkeakoulu, Sosiaali- ja terveysalan yksikkö

Artikkeli perustuu opinnäytetyöhön:

Jaurakkajärvi, J. 2021. Lapsettomuuden vaikutus parisuhteeseen ja seksuaalisuuteen naisen kokemana. Oulun ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö.

<https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2021101818748>

Lähteet

[1] Tiitinen, A. 2020. Naisen lapsettomuus. Lääkärikirja Duodecim. Hakupäivä 13.12.2020. https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00737

[2] Tapanainen, J., Heikinheimo, O. & Mäkikallio, K. 2019. Naistentaudit ja synnytykset. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

[3] Bildjuschkin, K., Klemetti, R., Kulmala, T., Luoto, R., Nipuli, S., Nykänen, M., Parekh, S., Raussi-Lehto, E. & Surcel, H. 2016. Edistä, ehkäise, vaikuta – Seksuaali-

ja lisääntymisterveyden toimintaohjelma 2014–2020. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy.

[4] Felicitas Mehiläinen. 2021. Lapsettomuus. Hakupäivä 23.4.2021.

<https://felicitas.mehilainen.fi/lapsettomuus/>

[5] Tulppala, M. 2012. Lapsettomuus ja parisuhde. Lääkärilehti 26–31/12, 2081–2086.

[6] Pruuki, H., Tiihonen, R. & Tuominen, M. 2015. Toisenlainen tie. Tahaton lapsettomuus, kriisi ja selviytyminen. Helsinki: Kirjapaja.

[7] Günther, K., Ekqvist, E. & Katajisto, J. 2020. Toiseus tahattomasti lapsettomien naisten kokemana. Janus 28 (3), 273–289. Hakupäivä 28.10.2021.

<https://doi.org/10.30668/janus.75551>

[8] Kettula-Pihlaja, T., Pitkäaho, T. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2015. Haikaran ohilento. Lapsettomuudesta selviytyminen naisten kuvaamana. Sairaanhoidtajien koulutussäätiö, Helsinki. Hakupäivä 28.10.2021. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:ELE-1772649>

[9] Pasch, L. A. & Sullivan, K. T. 2017. Stress and coping in couples facing infertility. Current Opinion in Psychology 13, 131–135. Hakupäivä 28.10.2021.

<https://doi.org/10.1016/j.copsy.2016.07.004>

[10] Apter, D., Kaimola, K. & Väisälä, L. 2006. Seksuaalisuus. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

[11] Batool, S. & de Visser, R. 2016. Experiences of Infertility in British and Pakistani Women: A Cross-Cultural Qualitative Analysis. Health Care for Women International Journal 37 (2), 180–196. Hakupäivä 28.10.2021.

<https://doi.org/10.1080/07399332.2014.980890>

[12] Brassard, A., Carranza-Mamane, B., Péloquin, K. & Purcell-Lévesque, C. 2019. Attachment and sexual functioning in women and men seeking fertility treatment. Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology 40 (3), 202–210. Hakupäivä 28.10.2021. <https://doi.org/10.1080/0167482x.2018.1471462>

METATIEDOT

Tyyppi: Artikkel

Julkaisija: Oulun ammattikorkeakoulu

Julkaisunumero: 79/2021

Julkaisuvuosi: 2021

Tekijätiedot: Jaurakkajärvi Johanna, Rainto Satu

Oikeudet: CC BY-SA 4.0

Kieli: suomi

Pysyvä osoite: <http://urn.fi/urn:nbn:fi-fe2021112356540>

Tiivistelmä: Tahaton lapsettomuus on maailmanlaajuinen ilmiö, joka koskettaa monia eri yksilöitä. Tahaton lapsettomuus vaikuttaa moniin eri elämän osa-alueisiin. Parisuhteeseen ja seksuaalisuuteen se vaikuttaa sekä positiivisesti että negatiivisesti. Lapsettomuus voi olla paria lähentävä, syvä yhteinen ongelma, josta selvitään yhdessä. Avoin kommunikaatio parin välillä on isossa osassa. Kommunikaatio-ongelmat, kuten puhumattomuus parin välillä voi estää lapsettomuuskokemuksesta selviytymistä. Lapsettomuuskokemuksessa kumppani tulee aina löytää uudestaan uudessa, vieraassa tilanteessa ja sopeutua uusiin, yllättäviinkin tilanteisiin. Nainen on usein tapahtumien keskipisteenä, ja hoidot yleensä keskittyvät naiseen. Lapsettomat naiset kokevat enemmän ahdistusta, stressiä ja masennusoireita kuin miehet. Naiset kokevat olevansa vastuussa parin lapsettomuudesta. Sosiaalista tukea saadaan puolisoilta, lähipiiriltä sekä ammattilaisilta. Lapsettomuudessa seksistä helposti katoaa intohimo, romantiikka ja läheisyys. Seksin tarkoituksiksi muuttuu usein vain lapsen saaminen. Nainen yleensä ottaa vastuun yhdyntöjen oikeasta ajankohdasta. Seksuaalisutta olisi hyvä hoitaa ja vaalia lapsettomuuskokemuksen aikana. Seksuaalisen läheisyyden huomioiminen ja hoitaminen ovat tärkeitä.