

Tiivistelmä julkaisusta ”Tervahartiala K, Karlsson L, Pelto J, Kortesuoma S, Hyttinen S, Ahtola A, Junttila N, Karlsson H. Toddlers’ diurnal cortisol levels affected by out-of-home, center-based childcare and at-home, guardian-supervised childcare: comparison between different caregiving contexts. *European Child & Adolescent Psychiatry* (2019).

Lasten stressiä on toistaiseksi tutkittu vain vähän varhaiskasvatuksessa, eikä aiemmissä tutkimuksissa ole huomioitu kotihoidossa olevien lasten vertailuryhmää. FinnBrainin päivähoitotutkimuksessa oli mukana yli kaksisataa lasta ja yli kolmekymmentä päiväkotia Turusta ja ympäristökunnista.

Ihmisen stressireaktioita säätelee HPA-akseli eli hypotalamus-aivolisäke-lisämunuaisakseli. Lisämunuaiskuori reagoi psyykkiseen stressiin tuottamalla kortisolia, jolloin keho saa käyttöönsä lisää energiaa ja pystyy valmistautumaan mahdolliseen uhkaan. HPA-akselin toimintaa voidaan tutkia esimerkiksi mittaamalla sylkeen erittyneen kortisolin määrää. Tutkimuksen aikana alle kolmevuotiaista lapsista otettiin useita sylkinäytteitä kortisolihormonitason määrittämiseksi sekä kotona että varhaiskasvatuksessa. Varhaiskasvatuksen henkilökunta otti näytteet päiväkodeissa ja lapsen vanhemmat kotona.

Tutkimustulokset osoittivat, että lasten kortisolitasojen vuorokausivaihtelu oli molemmissa ryhmissä samanlaista ja noudatti kortisolille tyypillistä vuorokausirytmää, jossa tasot ovat korkeimmillaan aamulla, laskevat päivän mittaan ja ovat matalimmillaan illalla ennen nukkumaanmenoa. Kortisolitasot saattoivat kuitenkin heilahdella yksittäisten mittausten kohdalla, mikä on osa tavanomaista stressinsäätelyjärjestelmän toimintaa ja useimmiten lapsen normaalia reagoitua ympäristön ärsykkeisiin. Myös ryhmien välillä oli jonkin verran eroja juuri yksittäisten kortisolimitausten tasolla.

Kun tarkasteltiin pelkästään varhaiskasvatuksessa olevien lasten ryhmää, niin havaittiin että lasten iltapäivän kortisolitasot olivat hieman korkeammat päiväkodissa kuin vastaavana ajankohtana kotona. Tämä selittyi osittain päiväunilla, koska näytteet otettiin iltapäivällä päiväunien jälkeen, ja kortisolitasot ovat jonkin verran korkeammat heti heräämisen jälkeen. Päiväunet eivät kuitenkaan kokonaan selittäneet iltapäivän tasoja ja saattaakin olla, että iltapäivän tunnit ovat osalle lapsista kuormittavampia päiväkodissa kuin kotona.

Kotihoidossa olevilla lapsilla havaittiin, että kortisolitasojen vaihtelu ja lasten väliset keskinäiset erot olivat suurempia kuin varhaiskasvatuksessa olevalla ryhmällä. Tämä ilmiö vaikutti tuloksiin siten, että kotihoidossa olevien lasten kortisolitasot olivat ryhmävertailussa kaiken kaikkiaan vähän korkeammat kuin varhaiskasvatuksessa. Kotiryhmässä havaittiin myös suurempia eroja lasten päivärytmeissä, mikä voi osaltaan selittää suuremman vaihtelun myös lasten kortisolitasoissa. Kotihoidossa olevien lasten äitien koulutustaso oli jonkin verran matalampi, ja lapset olivat vähän nuorempia. Nämä tekijät eivät kuitenkaan selittäneet eroja ryhmien välillä.

Lasten stressinsäätelyyn vaikuttavat monet sekä ympäristöön että lapsen yksilöllisiin piirteisiin liittyvät tekijät. Päivähoidon laatu on yksi tärkeä tekijä, jota ei tässä tutkimuksessa mitattu. Tämän tutkimuksen perusteella ei voida sanoa, liittyivätkö ryhmien väliset erot hoitoympäristöön vai lapsen yksilöllisiin piirteisiin. Ryhmien väliset erot olivat myös verrattain pieniä, eikä ole vielä riittävästi tietoa siitä, onko tämän kaltaisilla eroilla merkitystä lapsen tulevan kehityksen tai terveyden kannalta.