

Tiivistelmä julkaisuun:

Niela-Vilen H, Suuronen I, Tervahartiala K, Tuulari J.J., Airola A, Korja R, Karlsson L, Karlsson H. Predicting and Explaining Parenting Stress 3 Months After Birth Using Generalized Additive Model. Computers, Informatics, Nursing, 44(2):e01393, February 2026.

Raskausajan hyvinvointi ja parisuhdetyytyväisyys äidin vanhemmuuden stressin ennustajina

Äidin tyytyväisyys parisuhteeseensa sekä äidin omaan hyvinvointiin liittyvät tekijät raskausaikana ennustivat ja selittivät parhaiten vanhemmuuden stressiä kolme kuukautta synnytyksen jälkeen.

Todennäköisesti jokainen vanhempi kokee jonkinasteista stressiä vanhemmuuden alkumetreillä, koska vauvan odotus ja syntymä muuttavat elämää usein merkittävästi. Vanhemmuuden stressiä koetaan, kun vanhemmuuteen liittyvät vaatimukset ylittävät käytettävissä olevat resurssit. Stressiä voivat lisätä esimerkiksi riittämätön sosiaalinen tuki, epärealistiset odotukset, terveyshuolet tai vauvan itkuisuus. Vanhemmuuden stressi voi kasvaessaan olla vakava ongelma ja vaikuttaa negatiivisesti sekä äidin että lapsen hyvinvointiin. Liiallinen vanhemmuuden stressi on tärkeä havaita, mutta olisi myös hyvä tunnistaa liialliseen stressiin johtavia tekijöitä, jotta vakava vanhemmuuden stressi voitaisiin ehkäistä.

Tässä tutkimuksessa pyrittiin ennustamaan ja selittämään, mitkä raskausaikana mitatut tekijät ovat yhteydessä vanhemmuuden stressiin kolme kuukautta vauvan syntymän jälkeen. Ennustavia ja selittäviä tekijöitä etsivä mallinnus tehtiin koneoppimismenetelmällä (yleistetty additiivinen malli GAM).

Vanhemmuuden stressiä mitattiin Ruotsissa kehitetyllä mittarilla (Swedish Parenthood Stress Questionnaire), jonka synnyttäneet äidit täyttivät kolme kuukautta synnytyksen jälkeen. Äidit täyttivät myös raskausviikoilla 14, 24 ja 34 taustatietojaan, terveystään, hyvinvointiaan ja parisuhdettaan tarkastelevia kyselyitä, joiden vastaukset otettiin mukaan vanhemmuuden stressiä ennustavaan mallinnukseen.

Tutkimukseen osallistui 1138 äitiä, jotka olivat keskimäärin 31-vuotiaita ja hieman yli puolet äideistä oli ensisynnyttäjiä. Kun malliin otettiin mukaan vain raskausviikolla 14 mitattuja muuttujia, merkittävimmät vanhemmuuden stressiä ennustavat tekijät olivat äidin hyvinvointi, kuten elämänlaatu, masennusoireet ja äidin tyytyväisyys oman terveyteensä. Toisessa mallinnuksessa mukaan otettiin sekä raskausviikolla 14 että 24 mitatut muuttujat ja tämän perusteella vanhemmuuden stressiä ennusti edelleen äidin hyvinvointi, mutta myös parisuhteeseen liittyvät tekijät kuten tyytyväisyys parisuhteeseen. Viimeisessä mallinnuksessa otettiin mukaan kaikki mitatut muuttujat raskausviikoilta 14, 24 ja 34. Edelleen äidin hyvinvointiin liittyvät tekijät sekä parisuhdetyytyväisyyteen liittyvät tekijät ennustivat ja selittivät vahvimmin vanhemmuuden stressiä.

Tutkimuksesta saatua tietoa voidaan soveltaa esimerkiksi kehitettäessä äitiysneuvolapalveluita. Raskaana olevan naisen hyvinvointi ja esimerkiksi masennus- ja ahdistusoireet tai kokemus elämänlaadusta on tärkeää huomioida sekä raskausajan hyvinvoinnin mutta myös mahdollisen vanhemmuuden stressin kehittymisen kannalta. Ennustavien ja selittävien muuttujien etsimisen lisäksi tutkimus antoi arvokasta tietoa uudenlaisen analyysimenetelmän mahdollisuuksista terveystieteellisessä tutkimuksessa.