

# Syksyinen tervehdys Hyvän kasvun avaimet-tutkimuksesta!

***Lämmin kiitos sinulle ja vanhemillesi osallistumisesta tähän seurantaan sekä monivuotisesta sitoutumisesta tutkimukseen!***

Hyvän kasvun avaimet –tutkimus alkoi jo ennen syntymääsi ja se tuottaa uutta ja tärkeää tietoa lasten, nuorten ja perheiden hyvinvoinnista ja terveydestä. Hyvinvointiasi ja kehitystäsi on tarkoitus seurata aina aikuisuuteesi asti. Hyvän kasvun avaimet-tutkimuksen 11-13 -vuotiaiden seuranta päättyi kesällä.

Tämänkertaisessa seurannassa selvitettiin tutkimukseen osallistuvien nuorten kehonkoostumusta, tehtiin hengityskokeita, otettiin veri- ja nenätikkunäytteitä sekä kerättiin ulostenäytteitä. Koko perhe sai myös vastattavaksi kyselylomakkeita. Käynnillä otettiin nenästä näytteet, joista tutkitaan bakteereja ja viruksia. Näistä näytteistä selvitetään puolustusjärjestelmään ja aineenvaihduntaan liittyviä asioita. Nenätikku –ja ulostenäytteistä tehdään mikrobistotutkimuksia. Samoja näytteitä on sinusta kerätty myös vauvaiässä ja nyt selvitämme mitä muutoksia niissä on tapahtunut. Tietoa on kertynyt valtavasti ja tutkijamme ryhtyvä ahertamaan sen parissa. Nettisivuilta (<https://sites.utu.fi/hyvan-kasvun-avaimet/>) löydät uusimmat uutiset ja tutkimustulokset.

Tutkimus jatkuu ja seuraava tutkimusosio tulee alkamaan, kun olet 9. luokalla. Silloin tutkitaan erityisesti liikuntaan liittyviä asioita. Tulemme lähettämään sinulle tietoa ja kutsun tutkimuskäynnille aikanaan.

## Uusimpia tutkimustuloksia

Pro gradu –tutkielmassa havaittiin, että sekä äitien että isien ruokailuun liittyvä toiminta voi vaikuttaa nuorten syömisen taitoon. Syömisen taidolla tarkoitetaan yksilön luontevaa ja positiivista suhtautumista ruokaan ja syömiseen. Hyvä ruokasuhde auttaa tekemään kokonaisvaltaista terveyttä tukevia ruokavalintoja jo nuoruudessa.

Lasten hengitystieinfektiot –ryhmä on osoittanut, että poikkeava nenän mikrobiston kehityskulku varhaislapsuudessa liittyi korkeampaan hengitystieinfektioiden riskiin ja astman kehittymisen riskiin 7 vuoden iässä ja varhaiset antibioottihoidot muokkasivat nenän mikrobistoa ensimmäisten ikävuosien aikana. Tutkimusta nenän mikrobiston kehitymisestä ja sen vaikutuksista allergioihin ja astmariskiin jatketaan edelleen.

Hyvän kasvun avaimet –tutkimuksen uusimpia tuloksia viitteineen löydät nettisivuiltamme. Käy kurkkaamassa: <https://sites.utu.fi/hyvan-kasvun-avaimet/>

## Aurinkoista syksyä toivottelee Hyvän Kasvun Avaimet -tutkimustiimi



Meihin voitte ottaa yhteyttä kaikissa tutkimukseen liittyvissä asioissa Hyvän kasvun avaimet -tutkimuksen yhteiseen sähköpostiin: [hka-tutkimus@utu.fi](mailto:hka-tutkimus@utu.fi)