



Pullonpyöritys

Tavoite

Tavoitteena on syventää osallistujien tietoa imettävistä ja raskaana olevista tupakoivista äideistä.

Kohderyhmä ja ryhmän koko

Jokaiseen ryhmään 6–10 osallistujaa, ryhmiä voi olla haluttu määrä.

Ajankäyttö

Peliaikaa on 10 minuuttia.

Esivalmistelut, tarvikkeet, tilat, välineet

- Luokka
- Pöytä ja tuoleja ympärillä tai lattia ja tyhjä pullo (jonka saa pyörimään) / ryhmä
- Aiheeseen liittyvät kysymykset

Tehtävänanto ja työskentelyohjeet

Osallistujia pyydetään ottamaan itselleen pari. Jos opiskelijoita on pariton määrä, voi osa olla kolmen hengen ryhmässä. Pareista muodostetaan 6–10 hengen ryhmät. Jokaista ryhmää varten tarvitaan on oma pullo ja aiheeseen liittyvät kysymykset sekä kaksi tuolia ja pöytä.

Joukkueet saavat pisteen oikeasta vastauksesta, väärästä vastauksesta ei menetä pisteitä, mutta vastaamatta jättämisestä tulee yksi miinus piste. Peliaika on rajattu kymmeneen minuuttiin.

Muuta huomioitavaa

Tehtäviä ja kysymyksiä pullonpyöritykseen

Tehtäviä:

- Pöytä ja 2 tuolia, jotka pitää järjestää, niin kuin ohjattavan kannalta olisi mukava ohjaustilanteessa.

V: Mahdollisimman asiakasystävällinen järjestely. Asiakkaalle ei saa tulla sellainen olo, että hän on kuulusteltavana

- Tupakoiva nainen, joka imettää. Mitä teet?

V: Tietoa annetaan, mutta ei syyllistetä. Ollaan kannustavia lopettamisen suhteen.



- Kuinka lähtisit kertomaan tupakan haitoista odottavalle äidille, jonka mielestä tupakointi ei aiheuta haittaa sikiölle?
V: Kemialliset aineet menee istukkaan -> sikiöön, Lapsi voi syntyä alipainoisena, voi syntyä ennenaikaisena, keskenmenon riski.
- Kuvittele vieruskaverisi olevan tupakoiva naishenkilö, joka on hetkittäin saanut tietää olevansa raskaana. Kuinka lähtisit kertomaan hänelle tupakoinnin haittavaikutuksista odotusaikana?
V: Samat vastaukset kuin edelliseen. Kertaus on hyvä.

Kysymyksiä:

- Kuinka monta prosenttia vastasyntyneiden alipainoisuudesta johtuu äidin raskauden aikaisesta tupakoinnista?
a) 46%
b) 21%
c) 8%
V: 21 % (lähde: <http://www.uef.fi/fi/tupakkakoulutus/>)
- Tupakoinnin vaikutus sikiön painoon on suurempi kuin äidin pituus ja paino, raskauksien lukumäärä tai aiempien synnytysten kulku Totta vai tarua?
V: Totta (lähde: <http://www.uef.fi/fi/tupakkakoulutus/>)
- Rintamaidon nikotiinipitoisuus on yhtä korkea kuin äidin verenkierron nikotiinipitoisuus, totta vai tarua?
V: 3–5-kertainen (lähde: <http://www.uef.fi/fi/tupakkakoulutus/>)
- Mitä äidin tupakointi aiheuttaa lapselle imetysaikana?
V: ripuli, pahoinvointi, ärtyisyys, sydämen syke nousee, vatsakivut (lähde: <http://www.uef.fi/fi/tupakkakoulutus/>)
- Kuinka pitkä tauko tulee pitää nikotiinivalmisteista ennen imetystä?
V: 23h (lähde: <http://www.uef.fi/fi/tupakkakoulutus/>)
- Millä tavoin tupakointi vaikuttaa kohdun ja istukan verenkiertoon?
V: Tupakan sisältämä nikotiini heikentää verenkiertoa. Nikotiini heikentää myös sikiön hapensaantia supistamalla verisuonia. Lisäksi hemoglobiiniin sitoutuu hiilimonoksidia muodostaen karboksihemoglobiinia, joka vähentää hapen kuljetusta sikiön kudoksiin. (lähde: www.terveyskirjasto.fi)
- Tupakoijalla istukka on laajempi ja painavampi kuin tupakoimattomalla Totta vai tarua?
V: totta (lähde: www.terveyskirjasto.fi)



- Raskautta suunnittelevan tulisi lopettaa tupakan poltto

- a) 1 kk
- b) 3 kk
- c) 6 kk ennen raskauden alkua.

V: 3 kk (lähde: www.terveyskirjasto.fi)

- Sikiön kasvu hidastuu tupakoinnin aiheuttaman hapenpuutteen vuoksi. Totta vai tarua?

V: totta (lähde: <http://www.uef.fi/fi/tupakkakoulutus/>)

- Odottavan äidin tupakoinnilla ei ole vaikutusta lapsen kognitiivisten toimintojen kehittymiselle. Totta vai tarua?

V: Tupakointi raskausaikana lisää lapsen riskiä kognitiivisiin ongelmiin myöhemmällä iällä ennenaikaisesta synnytyksestä, pienestä syntymäpainosta ja pienestä päänympäryksestä johtuen (lähde: <http://www.uef.fi/fi/tupakkakoulutus>)

