

SUOMEN MONIKKOPERHEET RY FINLANDS FLERLINGSFAMILJER RF

ALLMÄN INFORMATION OM TVILLINGFORSKNING I FINLAND

- Man har samlat in information om tvillingar i över 30 år.
- Befolkningsregistren härstammar från 1600-talet.
- Forskningen underlättas av att befolkningen är språkligt, kulturellt, socialt och religiöst homogen.
- Molekyلفorskare, genforskare och tvillingforskare har samarbetat längre i Finland än på andra ställen.

STATISTIK ÖVER TVILLINGBARN

Flerlingar som föds i Finland är nästan alltid tvillingar. Trillingar är mycket sällsynta. I följande tabell framgår utvecklingen av flerlingsfödslar samt förekomsten av tvillingar i procent.

I Finland skedde efter år 1998 en klar minskning av förekomsten av tvillingar. Minskningen av antalet trillingar verkar ha startat tidigare än minskningen av tvillingar. Efter år 1997 har man tagit i bruk en policy att man sätter in bara en befruktad äggcell. Efter år 2000 har man kunnat få två befruktade äggceller bara med mycket specifika orsaker. Dessa förändringar i behandlingen och policyn står antagligen för största delen av minskningen i förekomsten av tvillingar/trillingar efter 1990-talet.

År 2005 var förekomsten av flerlingsfödslar 1,51 % av alla födslar. Förekomsten av tvillingfödslar har stabiliserats under 2000-talet. I Finland tillåter man frysning av embryon. Ungefär 20 % av alla flerlingsfödslar får sin början genom insemination. I följande tabell presenteras andelen tvillingar som blivit till genom IVF av alla flerlingsfödslar.

I Finland har man haft lokal föreningsverksamhet för flerlingsfamiljer i 30 års tid. År 1995 grundades takorganisationen Suomen Monikkoperheet ry som fungerar som en takorganisation för alla lokala flerlingsföreningar. Takorganisationens kontor finns i Jyväskylä i mellersta Finland med goda förbindelser från andra stora städer i Finland.

MÅLSÄTTNINGAR FÖR SUOMEN MONIKKOPERHEET RY

- få jämlikare ställning för flerlingsfamiljer med familjer som fått sina barn en åt gången.
- öka vetskapen om flerbördsgraviditeter och om att uppfostra flerlingar.
- att verka som sakkunnig i saker som berör flerlingar.
- att stöda lokala föreningar i deras verksamhet.
- att stöda flerlingsfamiljer.

SUOMEN MONIKKOPERHEET RY VERKSAMHETSFORMER

- att påverka politiska beslutsfattare och tjänstemän i ärenden som berör flerlingsfamiljers socialskydd.
- att ge utlåtanden åt politiska beslutsfattare och tjänstemän.
- att fungera som sakkunnig i medier och i att producera material.
- samarbete i ärenden som berör barnfamiljer.
- att utge finska ströskrifter och en egen tidning.
- att ge telefonrådgivning åt familjer och yrkesarbetare
- att ge råd, vägledning och skolning åt lokala flerlingsföreningar.

SUOMEN MONIKKOPERHEET RY RESURSER OCH FINANSIERING

- föreningens personresurser: två betalda heltidsarbetare, ca 50 frivilliga (styrelsen, intressevakning, de som arbetar med tidningen)
- finansiella resurser: offentlig finansiering genom RAY (Peningautomatföreningen), 70 % av hela finansieringen. Försäljningsvinster av olika produkter (t-skjortor, böcker). Medlemsavgifter från lokala föreningar.

RAY samlar in medel genom olika spel för att stöda finska hälsovårds- och socialorganisationer. RAY har exklusiv rätt i Finland att utöva verksamhet med penningautomater och kasinospel samt till att driva ett kasino.

LOKALA FLERLINGSFÖRENINGAR

År 2008 hade Suomen monikkoperheet ry 14 lokala flerlingsföreningar runtom i Finland. Dessa lokala föreningar har ca. 2100 medlemsfamiljer. I föreningarnas verksamhet ingår bl a:

- evenemang för hela familjen
- kollegialt stöd
- utlåning av informationsmaterial
- månadsmöten
- expertföreläsningar
- familjeträning för blivande tvillingföräldrar

Lokala flerlingsföreningar drivs av frivilliga. De erbjuder kollegialt stöd och information för familjer. Den lokala verksamheten bedrivs för det mesta genom medlemsavgifter som familjerna betalar.

SOCIALPOLITIK

I Finland utjämnas inkomster mellan olika befolkningsgrupper genom sociala förmåner, inte genom skatter. I Finland arbetar kvinnan heltid nästan lika ofta som mannen och det familjepolitiska tänkandet grundar sig på att familjen försörjs av två, inte en person.

Flerlingsfamiljerna använder samma socialservice som andra barnfamiljer. Sociala förmåner som baserar sig på sjukdom eller handikapp utbetalas som tur är per barn. Det samma gäller barnbidraget som utbetalas åt varje familj. Dock är de förmåner som betalas som ersättning för att föräldern är borta från arbetet efter barnets födsel eller under spädbarnstiden, sämre för flerlingsfamiljen än för de familjer som får sina barn en åt gången. Dessa förmåner fördubblas inte efter barnantalet.

Familjeledigheternas längd enligt antalet barn som föds, vardagar

	ett barn	tvillingar	trillingar	fyrtingar
Moderskaps- och föräldraledighet	263	263 + 60	263 + 120	263 + 180
Pappaledighet	18 + 12	18 + 12	18 + 12	18 + 12
Hemvårdsstöd	tills barnet fyllt 3	tills barnet fyllt 3	tills barnet fyllt 3	tills barnet fyllt 3

Moderskapspenningen är för ett barn 140 euro, för tvillingar 420 euro och för trillingar 840 euro. Där har man försökt att ta i beaktande den finansiella belastningen som flerlingar orsakar, även om summan är alldeles otillräcklig. En finländsk specialitet är att man kan delvis utbyta



moderskapspenningen till ett s.k. moderskapsförpackning, som innehåller högklassiga kläder och sänglinnen. Paketet är likadant för alla finländska barn som föds under ett specifikt år.

Takorganisationens mål är att få socialbidragen jämställda mellan flerlingsfamiljer och familjer som får ett barn i taget. Ett annat viktigt mål är också att flerlingsfamiljerna skulle lättare få kommunala hemservicearbetare för att hjälpa till i den arbetsamma vardagen.

DEN OFFENTLIGA HÄLSOVÅRDEN

Mödra- och barnarådgivningsservicen

- hör till primära hälsovårdsservicen
- modern besöker regelbundet sin lokala hälsovårdare
- i praktiken tar alla finländska mödrar del av servicen
- rådgivningen besöks ända tills barnet fyller 7
- man försöker uppmuntra papporna att allt mer delta i rådgivningsbesöken
- rådgivningen hänvisar barnet till rehabilitering vid behov

Sjukhusets mödrapolikliniker

- specialsjukvård
- alla kvinnor som väntar tvillingar / trillingar besöker
- kvinnor som bara väntar ett barn besöker bara vid behov

Sjukhusvård

- de flesta mammor föder på sjukhus
- alla flerlingsmammor föder på sjukhus
- intensivvården av nyfödda är av hög standard

SUOMEN MONIKKOPERHEET RY FAMILJETRÄNINGSPROGRAM ÅREN 2000-2006

I Finland sköter rådgivningarna om familjeträningen. Det finns inga nationellt specifika riktlinjer för hurdan familjeträningen skall vara. Rådgivningarnas familjeträning riktar sig till familjer som väntar ett barn. De familjer som väntar flere än ett barn känner att de blir utan sakenlig familjeträning och information om flerbördsgarviditetens särdrag.

De gravida mammorna besöker deras lokala rådgivning. Men det föds ändå relativt få tvillingbarn per rådgivning, och då får rådgivningen relativt lite erfarenheter om flerbördsgarviditeter. Intrycket var alltså att de som väntar flerlingar får inte tillräckligt med stöd och information från sin lokala rådgivning. Suomen Monikkoperheet ry ansökte om finansiering för att utveckla ett nationellt familjeträningsprogram. man ville också producera skriftligt material för familjerna och hälsovårdspersonalen eftersom det fanns väldigt lite finskspråkigt material till förfogande.

Vad är familjeträning?

Familjeträning är en stödverksamhet som erbjuds av hälsovårdssektorn. Programmets mål är att erbjuda information, stöd och konkret hjälp för familjer som förbereder sig för barnets födsel och att leva som en barnfamilj.

Förutom dessa mål framhävdes också kollegialt stöd eftersom flerlingsfamiljens situation avviker på många sätt från situationen i familjer som väntar bara ett barn. Genom familjeträningen kunde man ge råd åt familjerna för att de skulle kunna självständigt klara av vardagen och således kunna hindra kriser i familjen. Familjerna erbjöds tillräckligt med information och en möjlighet att få kollegialt stöd av familjer i samma situation.

Förverkligandet av projektet

Familjeträningsprojektet verkade under åren 2000-2005. Projektets mål var att

- vägleda familjer som väntar flerlingar
- stöda familjen i mottagandet av de nya familjemedlemmarna och föräldraskapet
- erbjuda möjlighet till kollegialt stöd
- producera finskspråkigt material om flerlingsfamiljens specialbehov både för familjer och hälsovårdspersonal.

Familjeträning ordnades på de sex största städerna enligt antalet flerlingsfödslar. Under ett år ordnades två till fyra familjeträningar per stad. Familjeträningen hölls i små grupper. Under åren 2000-2006 deltog sammanlagt 1090 personer i träningen.

Varje grupp träffades fem gånger med en veckas mellanrum före födseln. Den sjätte träffen var en babyträff som ordnades 2-3 månader efter att barnen fötts. Träffarna tog ca. 2 ½ timme. Deltagarna var i medeltal i 14e – 24e graviditetsveckan. Deltagandet i träningen

Både blivande flerlingsmammans och –pappan deltog i träningen. Papporna deltog aktivt i träningen. Något om pappornas förbindelse med träningen berättar också det att papporna deltog i träffarna även om mammorna inte kunde delta. Träffarna hölls för det mesta vardagskvällar så att också de som arbetade dagtid kunde delta.

Projektets resurser

Finansiella resurser

- huvudfinansiär RAY, 70 % av inkomsterna
- andra inkomster 24 %
- genomsnittlig årsbudget för projektet 43 000 € (år 2005 65 500 €)
- familjen betalade 30 € för träningen

Personresurser

- 1-2 betalda, heltidsanställda
- betalda sakkunniga
- frivilliga funktionärer från lokala föreningar
- sakkunniga från sjukhus

RESULTAT

Familjeträningsmodellen 5 + 1

Modellen utvecklades under projektets gång med hjälp av familjerna och hälsovårdspersonal. Den slutliga modellen blev att se ut enligt följande:

- 1a träffen: flerbördsgraviditeten och förlossningen, 2 ½ timme. Information om flerbördsgraviditetens särdrag, förlossningen, gruppmedlemmarna lär känna varandra
- 2a träffen: besök till förlossningssjukhuset, 2 ½ timme. Besök till lokala förlossningssjukhuset, information om olika smärtlindringsmetoder
- 3e träffen: vardagen hos en flerlingsfamilj, 2 ½ timme. Information om vardagen med flerlingar, samt goda råd.
- 4e träffen: pappornas och mammornas välbefinnande, 2 ½ timme. Information om amning för mammorna och hur viktigt det är att ta hand också om sig själv. Råd åt papporna om



faderns roll och välbefinnandet i flerlingsfamiljen. Papporna och mammorna var delade i egna grupper hela kvällen.

- 5e träffen: parförhållandet, 2 ½ timme. Information om hur viktigt det är att sköta parförhållandet, hur förhållandet förändras efter förlossningen.
- 6e träffen: babyträff, 2-3 timmar. Gruppen träffades 2-3 månader efter förlossningen. Hela familjen deltog i träffen. Byte av tips och råd.

Familjetränningsgrupperna

Under projektets gång förverkligades 68 olika grupper. Största delen av familjerna var nöjda med träningen. Men man önskade dock mera tid för temat vardagen i flerlingsfamiljen (bl.a. inköp) Man skulle också ha velat ha mera tid för teman graviditet, förlossning och parförhållandet. Föräldrarna behöver alltså mycket allmän information om vardagen i flerlingsfamiljen.

Enligt deltagarna var det bästa med träningen att bekanta sig med andra familjer i samma situation, diskussionerna samt utbyte av erfarenheter. Också gruppandan värderades högt. Många tyckte också att besöket till förlossningssjukhuset var viktigt.

Deltagarna samlades en gång efter förlossningen. I dessa fick familjerna stöd, hjälp och spörning av varandra. Den träning som i Finland ordnas av rådgivningarna avslutas redan före förlossningen, fastän behovet av hjälp och stöd är oftast som störst efter förlossningen.

Taipale och Havela (2004) gjorde en förfrågan bland de som deltog i träningen. Enligt den

- tyckte 100 % av mammorna och 93 % av papporna att träningen var essentiell
- tyckte deltagarna att råden och VERTAISTUKI var viktigast i träningen
- tyckte föräldrarna att det var viktigt att få socialt stöd och hjälp inför förlossningen och den kommande vardagen av olika sakkunniga
- höll gruppmedlemmarna ofta kontakt med varandra efter träningen.

Papporna i familjeträningen

I träningen betonades pappans roll. Både papporna och mammorna tyckte att det var viktigt att papporna deltog i de olika träffarna och att man tog upp faderns roll under träningen.

Kärkkäinen och Nygren (2004) skrev ett lärdomsprov om papporna i familjeträningen. Enligt den

- var graviditetstiden mentalt tung för papporna och försvårade mannens utveckling i faderskapet
- kände papporna att de orkade och mådde ganska bra
- var det informella stödet viktigare än det som man fick från rådgivningen
- kunde familjeträningen erbjuda papporna det kollegiala stöd som de tyckte att var viktigt.

SKRIFTLIGT MATERIAL FÖR FLERLINGSFAMILJER

Under projektet producerades följande material

Monikkolasten imetys –guide

- en guide om att amma flerlingar
- man hade inte tidigare undersökt amning i flerlingsfamiljer, så man gjorde en enkät åt flerlingsfamiljer om hur amningen har lyckats i familjerna
- guiden gjordes på basen av enkätsvaren och internationell litteratur.

Asiakkaana monikkoperhe –guide



- en guide för hälsovårdspersonal om saker som flerlingsfamiljen vill veta av hälsovårdspersonalen
- innehåller också handledande material för hälsovårdspersonal
- projektet deltog i görandet av guiden som sakkunnig.

Monikkoperhevalmennuksen ohjausmateriaali –material

- ett material som stöder ordnandet av familjeträning
- innehåller handledningsmaterial om innehållet i träningen (enligt projektmodellen), råd för att leda gruppen samt stordian
- ämnat främst som stöd för hälsovårdspersonal för att ordna familjeträning
- också för representanter från andra yrkesgrupper och undervisningspersonal

SAMMANFATTNING

Projektets centrala mål var att organisera familjeträning i de städer där det förds mest flerlingar. Ett problem ibland var den stora efterfrågan. En liten grupp gör att det lättare uppkommer gruppanda och det gör det lättare att få kollegialt stöd. De största grupperna bestod av 10 familjer, vilket ansågs för stort, eftersom familjerna inte lärde känna varandra.

Att planera hela året i förväg ansågs ändamålsenligt bl.a. med tanke på gruppledarens arbete fastän det dock är svårt att förutsäga andelen flerlingsfödslar i förväg.

Man förverkligade projektet i den tron att det skulle vara möjligt att få långvarig finansiering för projektet. Under projektet märkte man att andra instanser än de som representerade flerlingsfamiljer, hade inget klart intresse eller resurser för att svara på denna grupps speciella behov med tillräckligt stort stöd. Huvudfinansiären tyckte dock att den offentliga sektorn har ansvaret för ordnandet av familjeträning för flerlingsfamiljer.

VAD BLEV KVAR AV PROJEKTET?

Materialet som producerades under projektet var nödvändigt och det finns fortfarande ett behov för det. Enligt erfarenheterna från projektet är familjeträningsmodellen ett billigt och effektivt sätt att stöda flerlingsfamiljer. Efter projektets slut har verksamheten fortsatt i alla projektstäderna, dock i en mindre skala. Tre nya städer har också börjat med att ordna kvällar för flerlingsfamiljer där man ger råd och kollegialt stöd. På så sätt har de lokala föreningarna tagit ansvar för fortsättningen av familjeträningen med hjälp av frivilliga. De utnyttjar de material som projektet producerat. Det verkar som att familjeträningen fortsätter bäst genom att den lokala föreningen och det regionala sjukhusdistriktet organiserar verksamheten tillsammans.

Modellen som användes i projektet är idealisk därför att där fick familjerna både kunskap och kollegialt stöd. En träning som pågår sex gånger i en liten grupp säkrar att familjerna blir bekanta med varandra och att de får stöd av varandra. I de träningar som har fortsatt efter projektets slut har tillgången till kollegialt stöd varierat mycket och utmaningen är nu att säkra tillgången av kollegialt stöd också under kommande familjeträningar.

SUOMEN MONIKKOPERHEET RY/ FINLANDS FLERLINGSFAMILJER RF

Ilmarisenkatu 17 A
40100 Jyväskylä, Finland
tel. +358 50 4359 004
e-mail toimisto@suomenmonikkoperheet.fi

Direktör Ulla Kumpula
gsm +358 50 3280 730
e-mail toiminnanjohtaja@suomenmonikkoperheet.fi