

Hevonen kuntoutumisen edistäjänä

Ratsastusterapia – vaikuttavuus ja merkitykset -tutkimushankkeen loppuraportti, 30.6.2017

Eeva Aartolahti, Tuulikki Sjögren, Arja Piirainen, Aki Rintala, Ilkka Raatikainen, Ari Heinonen

Jyväskylän yliopisto, Liikuntatieteellinen tiedekunta

TIIVISTELMÄ

JOHDANTO: Kuntoutustoiminnan suunnittelun tueksi tarvitaan ajankohtaista tutkimustietoa ratsastusterapiana järjestetyn kuntoutuksen vaikuttavuudesta sekä sosiaalipedagogisesta hevostoiminnasta (SPHT). Vaikuttavuustutkimuksen lisäksi tulevaisuudessa on tärkeää huomioida myös kuntoutujien ja heidän perheidensä sekä terapeuttien ja ohjaajien kokemukset ja käsitykset ratsastusterapian ja sosiaalipedagogisen hevostoiminnan merkityksellisyydestä. Lisäksi tarvitaan ratsastusterapiaan liittyvän termistön selkeyttämistä.

Järjestelmällisen kirjallisuuskatsauksen tavoitteena oli selvittää missä määrin ratsastusterapia, sosiaalipedagoginen hevostoiminta ja simulaattoriratsastus ovat vaikuttavia toimintakykyyn, terveyteen, psykososiaaliseen hyvinvointiin, avuntarpeeseen ja elämänlaatuun. Fenomenologisen merkitystutkimuksen tavoitteena oli saada monitahoista tietoa ratsastusterapian ja sosiaalipedagogisen hevostoiminnan merkityksistä kuntoutujille ja heidän perheille, ratsastusterapeuteille ja SPHT-ohjaajille sekä lähettävälle taholle.

MENETELMÄT: Tutkimus koostui järjestelmällisestä kirjallisuuskatsauksesta ja fenomenologisesta merkitysten tutkimisesta. Järjestelmällinen tiedonhaku suoritettiin tietokannoista OVID Medline, Cinahl, Embase, PsycINFO ja ERIC. Haut tehtiin ilman aloituspisteen aikarajaa vuoden 2016 maaliskuun loppuun. Keskeisimmät hakusanat liittyivät kuntoutukseen, terapiaan, hevosiin ja ratsastukseen. PICOS-kriteerien perusteella mukaan valittiin tutkimukset joiden (P) kohderyhmänä ovat kuntoutusta tarvitsevat henkilöt, (I) interventiona erilaiset ratsastusterapiana tai muuna hevosavusteisena toimintana toteutetut terapiat, (C) vertailuryhmänä erilaiset interventiot tai tavanomainen hoito sekä (O) tulosmuuttujana oli toimintakyky ja sen eri osa-alueilla tapahtuvat muutokset sekä terveys, psykososiaalinen hyvinvointi, avuntarve ja elämänlaatu. (S) Satunnaistetut kontrolloidut tutkimukset (RCT) sekä laadukkaat järjestelmälliset katsaukset hyväksyttiin mukaan näytönastekatsaukseen. RCT-tutkimusten harhan riski huomioitiin *Cochrane Collaboration's tool for assessing risk of bias* -kriteerien avulla. Aineisto analysoitiin meta-analyysillä tai Vote counting -menetelmää käyttäen. Näytönaste (A-D) määriteltiin Käypä hoito -suositusten mukaisesti.

Fenomenologiseen merkitystutkimukseen osallistujat olivat ratsastusterapiaan (n=7) tai sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan osallistuneita (n=3) kuntoutujia (6 lasta ja 4 aikuista), menetelmiä toteuttavia asiantuntijoita (n=8, 6 ratsastusterapeuttia ja 2 sosiaalipedagoginen hevostoiminta ohjaajaa) eri puolilta Suomea erilaisilla koulutustaustoilla (fysioterapeutti, toimintaterapeutti, psykoterapeutti, psykologi, sosionomi ja perhetyöntekijä). Myös ratsastusterapiaan tai sosiaalipedagogiseen hevostoimintaan lähettäneiden tahojen edustajia (n=4)

haastateltiin (lasten neurologian, kehitysvammapalvelujen ja nuorisopsykiatrian lääkäreitä ja lastensuojelun sosiaalityöntekijä). Yksilöhaastatteluissa ratsastusterapeuttien ja SPHT-ohjaajien kohdalla avaava kysymys oli ”Kertoisitko miten hevoset liittyvät työhösi”. Lähettävän tahon kohdalla avaava kysymys oli ”Miten ratsastusterapia/ sosiaalipedagoginen hevostoiminta liittyy työhösi”. Kuntoutujien kohdalla aikuisten avaava kysymys liittyi ratsastusterapiaan tai SPHT:an, kuten ”Millaista ratsastusterapia on ollut” ja lasten kohdalla hevosiin, kuten ”Kertoisitko millaisia hevosia siellä tallilla on”. Tämän jälkeen haastattelu eteni kunkin haastateltavan kuntoutuskuvauksen mukaisesti haastattelijan esittäessä tarkentavia kysymyksiä. Haastattelutallenteet (22 kpl, kesto yhteensä 24 h 32 min, 39–108 min) litteroitiin (451 A4 sivua: terapeutit ja ohjaajat 176, kuntoutujat 226 ja lähettävät tahot 49 sivua) ja analysoitiin Giorgin nelivaiheisen fenomenologisen merkitysanalyysin mukaan.

TULOKSET: Järjestelmällinen kirjallisuushaku tuotti valituilla PICOS-kriteereillä 35 RCT-tutkimusta, joissa oli 1288 tutkittavaa sekä 3 laadultaan kohtalaista järjestelmällistä katsausta, joissa oli yhteensä 976 tutkittavaa. RCT-tutkimuksissa intervention sisältöä kuvattiin erilaisilla termeillä; ”*hippotherapy*” (n=10) sisältäen terapiaa ratsastaen, ”*therapeutic horseback riding*”, ”*therapeutic riding*” tai vastaava (n=7) sisältäen ratsastuksen lisäksi hevosen käsittelyä myös maasta käsin tai ”*equine assisted therapy/activities*” (n=4), ”*equine assisted psychotherapy*” (n=1) sekä ”*equine assisted/facilitated learning*” (n=2), joissa toiminta liittyi esimerkiksi hevosen käsittelyyn maasta käsin, mutta useimmissa tutkimuksissa myös ratsastusta sisältyi interventioihin. Lisäksi tutkittiin simulaattoriratsastuksen vaikutuksia (n=11). Tutkimuksia eri kuntoutujaryhmissä oli eniten CP (n=8), aivohalvaus (n=5) ja autismitirjon häiriö (n=3) kuntoutujiin kohdistuen. Lisäksi tutkimusten kohteena oli multipeliskleroosi (n=2), ja alaselkäkipu (n=3) kuntoutujia sekä ikääntyneet henkilöt (n=5) tai riskiryhmässä olevat lapset ja nuoret (n=2). Yksittäiset tutkimukset tutkivat ratsastusterapian vaikutuksia erilaisissa psyykkisissä, fyysisissä tai kognitiivisissa sairauksissa tai vammoissa. Tarkasteltaessa tulomuuttujien sijoittumista ICF-pääluokkiin tutkittiin yleisimmin terapian vaikutusta mielentoimintoihin (B1), tuki- ja liikuntaelimestöön ja liikkeisiin liittyviin toimintoihin (B7), liikkumiseen (D4) ja henkilöiden väliseen vuorovaikutukseen ja ihmissuhteisiin sekä sosiaalisiin suhteisiin (D7 ja D9). Lisäksi selvitettiin vaikutusta elämänlaatuun.

Vote counting menetelmää mukaillen RCT-tutkimusten perusteella erilaisilla hevosavusteisilla menetelmillä ja simulaattoriratsastukselle saattaa olla positiivisia vaikutuksia useimpien kuntoutujaryhmien toimintakykyyn [näytönaste C]. Vammaisratsastus ilmeisesti parantaa autismitirjon häiriössä itsehillintää [B]. Kahden tutkimuksen (n=162) tulokset yhdistäneen meta-analyysin perusteella ratsastusterapialla ei ilmeisesti ole suurempaa vaikutusta CP-lasten karkeamotoriikkaan (keskiarvojen erotus MD 0.67 pistettä; 95% luottamusväli: -4.31 to 5.66, $p=0.79$) verrattuna aerobiseen kotiharjoitteluun tai tavanomaiseen hoitoon.

Fenomenologisen merkitysanalyysin tuloksena oli useita merkityskokonaisuuksia kullekin näkökulmalle: Kuntoutujille olennaista oli *Mielekäs osa kuntoutumisprosessia*, johon muut merkityskokonaisuudet (*Rajoittunut työ- ja toimintakyky*, *Yksilöllinen hevonen sekä Turvallinen vuorovaikutus*) olivat yhteydessä. Ratsastusterapeuteille ja SPHT-ohjaajille olennaista oli *Järjestelmällinen ja monipuolinen kuntoutusprosessi* mihin muut merkityskokonaisuudet (*Laajeneva osaaminen*, *Kuntouttava hevonen*, sekä *Monitahoinen kuntouttava vuorovaikutus*) olivat yhteydessä. Lähettävälle taholle olennaista oli *Kuntoutujan tarpeita vastaavat tavoitteet*, johon muut (*Kiinnostava kuntoutusvaihtoehto*, *Tarve saatavuus- ja vaikuttavuustiedolle*, sekä *Kuntoutuksen seuranta*) merkityskokonaisuudet olivat yhteydessä.

Merkitysanalyysin perusteella ratsastusterapia ja SPHT osoittautuivat monipuolisiksi menetelmiksi, joita sovelletaan monin erilaisin ammatillisin lähestymistavoin osana järjestelmällistä kuntoutusprosessia. Menetelmät nähtiin mielekkäänä ja motivoivana vaihtoehtona kuntoutujalle merkityksellisiin tavoitteisiin pyrittäessä. Ratsastusterapiaa ja SPHT:a toteutettiin keskenään erilaisten kuntoutujaryhmien kanssa osin erilaisin tavoittein. Lähettävät tahot ja kuntoutuksen maksajat näyttäytyivät menetelmissä erilaisina. Tutkimustuloksissa tuli esille tarve menetelmien tunnettavuuden sekä eri alueilla ja kuntoutujaryhmissä tasa-arvoisen saatavuuden kehittämiseksi. Hevonen oli merkityksellinen toimija kuntoutuksessa tapahtuvassa vuorovaikutuksessa, niin kuntoutujan kuin kuntoutuksen toteuttajan näkökulmasta.

JOHTOPÄÄTÖKSET: Vaikuttavuusnäyttö ratsastusterapian, sosiaalipedagogisen hevostoiminnan ja simulaattoriratsastuksen vaikuttavuudesta jää epävarmaksi, mutta ratsastusterapia ja SPHT ovat merkityksellisiä kuntoutujille, ratsastusterapeuteille, SPHT-ohjaajille ja lähettäville tahoille. Menetelmällisesti laadukasta tutkimusta eri sisältöisten menetelmien vaikuttavuudesta eri kuntoutujaryhmillä tarvitaan lisää näytönasteen varmistamiseksi ja kuntoutuksen kehittämiseksi.

Ratsastusterapiaa ja sosiaalipedagogista hevostoimintaa toteutetaan useilla ammatillisilla lähestymistavoilla. Menetelmissä on monipuolisesti sovellusmahdollisuuksia erilaisissa kuntoutustarpeissa osana kuntoutusprosessia. Hevosavusteiset menetelmät tarjoavat motivoivan, toiminnallisen ja vuorovaikutteisen vaihtoehdon kuntoutumisessa. Alueellisesti tasa-arvoinen ratsastusterapian ja SPHT-toiminnan saatavuus on haaste kuntoutuksen suunnittelijoille, maksajille ja toteuttajille.

Näytönastekatsauksen tuloksia sekä tietoa ratsastusterapian ja sosiaalipedagogisen hevostoiminnan merkityksellisyydestä kuntoutujille, terapeuteille ja ohjaajille sekä lähettävälle taholle voidaan käyttää apuna kuntoutuksen suunnittelussa, toteutuksessa ja arvioinnissa. Tutkimustuloksia voivat hyödyntää myös kuntoutuksen suunnittelusta vastaavat tahot, kuten Kela, ja lähettävät tahot sekä eri koulutusorganisaatiot ja yhdistykset.

Avainsanat: Ratsastusterapia, sosiaalipedagoginen hevostoiminta, vaikuttavuus, kuntoutus, kirjallisuuskatsaukset, merkitykset, haastattelututkimus