

Tiedote

Suolistosyöpädiagnoosin saaneiden resilienssi

Terveystieteiden tohtori Saija Sihvola tutki väitöskirjatutkimuksessaan (2020–2025) suomalaisten suolistosyöpädiagnoosin saaneiden henkilöiden resilienssiä ja potilasohjauksen laatua.

Tämän tiedotteen tutkimustulokset on julkaistu vuonna 2024 englannin kielellä *Hoitotiede* lehdessä:

Sihvola S, Kuosmanen L, Tamminen-Sirkä J, Kvist T. Resilience among Finnish individuals with a colorectal cancer diagnosis: a cross-sectional study. Journal of Nursing Science 36(3): 239–252, 2024.

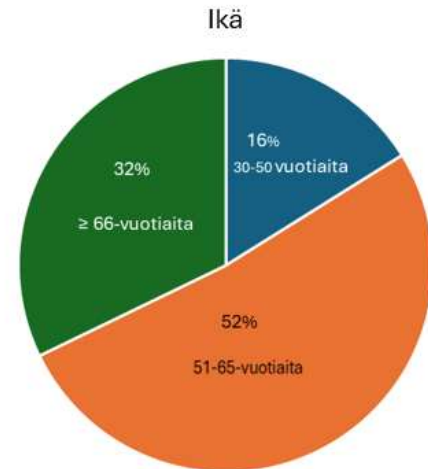
Tässä tiedotteessa kuvataan tutkimustuloksia keväälle 2021 toteutetusta tutkimuksesta, joka toteutettiin sähköisenä kyselynä yhteistyössä Colores – Suomen Suolistosyöpäyhdistys ry:n kanssa. Tutkimuksessa selvitettiin suolistosyöpädiagnoosin saaneiden henkilöiden resilienssiä. Suomen Suolistosyöpäyhdistys ry jakoi ilmoituksen tutkimuksesta verkkosivuillaan

ja jäsenkirjeessään. Tutkimukseen saattoi osallistua henkilö, joka oli jossakin elämänsä vaiheessa saanut suolistosyöpädiagnoosin.

Suolistosyöpällä tarkoitetaan syöpää, joka sijaitsee joko paksu- tai peräsuolen alueella. Suomessa todetaan vuosittain noin 4500 uutta suolistosyöpätapausta. Tilastojen mukaan suolistosyöpädiagnoosin kanssa elää viiden vuoden elinajanennusteen mukaan noin 33 000 suomalaista.

Suurin osa vastaajista oli yli 50-vuotiaita

Suolistosyöpään sairastuneet ovat tyypillisesti yli 60-vuotiaita, mutta ilmaantuvuus on lisääntynyt myös nuoremmilla henkilöillä. Keväällä 2021 toteutettuun kyselyyn vastasi yhteensä 88 suolistosyöpädiagnoosin jossakin elämänsä vaiheessa saanutta henkilöä. Vastaajat olivat iältään 30–92-vuotiaita, keski-ikä ollessa 60,3 vuotta (**kuvio 1**).



Kuvio 1. Vastaajien ikä

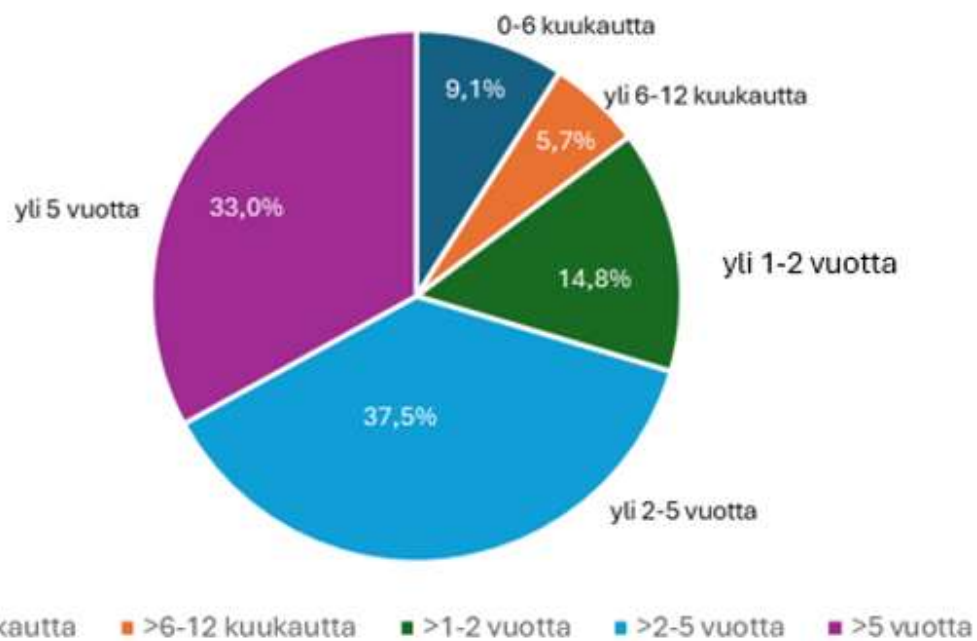
Suurin osa vastaajista oli naisia ja saanut suolistosyöpädiagnoosin jo vuosia aiemmin

Vastaajista 71 prosenttia oli naisia (**kuvio 2**). Valtaosa oli saanut suolistosyöpädiagnoosin yli 2–5 vuotta aiemmin (**kuvio 3**).



Kuvio 2. Vastaajien sukupuoli

Diagnoosin saamisesta kulunut aika



Kuvio 3. Aika diagnoosista

Suurelle osalle vastaa- jista hoitoon oli kuulunut leikkaus ja kemoterapia

Suolistosyövän hoitoihin lu-
keutuvat syövän asteesta
riippuen yleensä leikkaus-
hoito, sädehoito, kemotera-
pia sekä erilaiset täsmähoi-
dot ja immunologiset hoi-
dot.

Tässä tutkimuksessa lähes
kaikki (94 %) vastaajista oli-
vat olleet suolistosyöpäleik-
kauksessa, ja suuri osa (86
%) oli saanut hoitona myös
kemoterapiaa. Sädehoitoa
oli saanut 42 prosenttia ja
täsmähoitoja (biologisia ja
vasta-ainehoitoja) 22 pro-
senttia vastaajista.

Noin kaksikolmasosaa selviää suolistosyövästä – syöpä voi kuitenkin uusiu- tua

Noin kaksikolmasosaa sel-
viytyy suolistosyövästä, mi-
käli syöpä on paikallinen
eikä ole lähettänyt etä-
pesäkkeitä. Suolistosyöpä
voi kuitenkin hoidoista huo-
limatta uusiutua. Valtaosa
uusiutumisista (lähes 80 %)
tapahtuu kahden vuoden si-
sällä leikkauksesta. Tässä
tutkimuksessa syöpä oli

uusiutunut noin 15 prosen-
tilla vastaajista.

Lähes viidesosalla vastaa- jista oli avanne

Suolistosyöpään sairastu-
neilla on syöpätyypinkin
vuoksi yksilöllisiä tarpeita
liittyen sekä henkiseen että
fyysiseen hyvinvointiin. Esi-
merkiksi leikkauksessa
saatu suoliavanne voi ai-
heuttaa sairastuneelle eri-
laisia tuntemuksia ja oi-
reita, kuten ruuansulatus-
kanavan ongelmia, univai-
keuksia ja ongelmia minä-
kuvassa. Nämä tekijät voi-
vat vaikuttaa sairastuneen
elämään hyvinkin kokonais-
valtaisesti ja heikentää hei-
dän elämänlaatuansa.

Aiempien tutkimusten mu-
kaan noin 35 prosenttia
suolistosyöpäpotilaista saa
leikkauksessa avanteen, ja
noin 10 prosentille heistä
avanne jää pysyväksi. Tässä
tutkimuksessa 18 prosen-
tia vastaajista ilmoitti, että
heillä on leikkauksessa
saatu avanne.

Avanteen ei tulisi rajoittaa
suolistosyöpäpotilaan elä-
mää, vaan ennemminkin
mahdollistaa paluu nor-
maaliin arkeen. Avanteen

hoitoon liittyvän potilasoh-
jauksen tavoitteena on li-
sätä itsehoitotaitoja ja elä-
mänlaatua. Aiemmat tutki-
mukset osoittavat, että
suolistosyöpäpotilaiden
vertaistuki sekä terveyden-
huollon ammattilaisten ja
asiantuntijoiden tarjoama
psykososiaalinen tuki voi-
vat vahvistaa suolis-
tosyöpäpotilaiden elämän-
laatua ja resilienssiä.

Mitä resilienssillä tarkoi- tetaan?

Resilienssillä tarkoitetaan
selviytymistä haastavista
elämäntilanteista, kuten
vakavasta sairastumisesta.
Siihen liittyy luottamus tule-
vaisuuteen, toimintakyvyn
säilyttäminen ja periksian-
tamattomuus vastoinikäy-
misen edessä. Resilienssi
nähdään prosessina, jossa
ihminen tunnistaa ja osaa
hyödyntää omia voimavaro-
jaan ja vahvuuksiaan sekä
käytettävissä olevia ulkoi-
sia resursseja, esimerkiksi
terveydenhuollon ammatti-
laisilta tai läheisiltä saa-
maansa tukea.

Vastaajien resilienssi oli matalalla tasolla

Tässä tutkimuksessa suolistosyöpädiagnoosin saaneiden resilienssi oli keskimäärin matala (keskiarvo 73) ja sijoittui alimmalle resilienssin kvartiilille (kvartiilit 0–73, 74–82, 83–90, 91–100). Resilienssi oli kuitenkin hyvä, jos tarkasteltiin, oliko tutkittavilla läheisiä ja turvallisia ihmissuhteita, joista he kokivat olevan apua stressaavissa elämäntilanteissa. Valtaosa (83 %) vastasi, että heillä oli tällainen läheinen ja turvallinen ihmissuhde.

Aktiivinen ongelmanratkaisu on yksi selviytymiskeinojen muoto. Tässä tutkimuksessa yli puolet vastaajista (57 %) arvioi, että ongelmatilanteessa heillä on tapana ottaa aktiivinen rooli niiden ratkaisemiseksi. Lähes puolet (48 %) vastasi, että he yleensä myös mukautuvat muutostilanteisiin. Mukautumisen tarkoittaessa tässä yhteydessä esimerkiksi kykyä rakentaa uusi merkityksellinen arki muuttuneessa elämäntilanteessa.

Ikä ja saadut hoidot vaikuttivat resilienssin koke-muksiin

Tässä tutkimuksessa resilienssi oli sitä parempi, mitä iäkkäämpi vastaaja oli ja mitä enemmän aikaa oli kulunut diagnoosin saamisesta. Resilienssi oli myös parempi niillä vastaajilla, joiden hoitoon ei ollut kulu-
lut kemoterapiaa tai leik-
kaushoitoa.

Lopuksi

Kokonaisuudessaan väitös-
kirjatutkimus osoitti, että
suolistosyöpään sairastu-
neiden resilienssistä on
vain vähän aiempaa tutki-
mustietoa, erityisesti Eu-
roopassa. Vain harvat tutki-
mukset ovat tarkastelleet
keinoja resilienssin tuke-
miseksi syöpäsairauden ai-
kana tai sitä, miten resili-
enssi mahdollisesti muut-
tuu elämän edelleen jatku-
essa syöpähoitoihin ja nii-
den jälkeiseen aikaan. Ai-
heesta tarvitaan lisää eten-
kin seurantatutkimuksia.

Syöpä on yksi haastavim-
mista kokemuksista elä-
mässä ja koskettaa lähes
jokaista jossakin vaiheessa

joko suoraan tai välillisesti.
Eri tutkimusten ja tilastojen
perusteella on arvioitu, että
joka kolmas meistä sairastuu
elämänsä aikana jo-
honkin syöpään.

Vuonna 2022 Suomessa to-
dettiin yli 37 000 uutta syö-
pätapausta. Määrä on suu-
ri, koska Suomen väkiluku
on vain noin 5,7 miljoonaa.
Uusien syöpien määrä joh-
tuu suurelta osin väestön
ikäntymisestä; mitä van-
hemmaksi ihmiset elävät,
sitä yleisemmäksi syöpä tu-
lee. Ennusteiden mukaan
alle 75-vuotiailla todettujen
syöpien määrä pysynee lä-
hes ennallaan vuoteen
2040 asti, mutta tätä van-
hemmissa ikäryhmissä
määrä voi jopa yli kaksinker-
taistua.

Resilienssi tarkoittaa pa-
rempaa selviytymistä vai-
keissa elämäntilanteissa,
kuten syövässä. Potilaat,
joilla on parempi resiliens-
si, osoittavat omatoimi-
suutta ja saattavat ottaa
aktiivisemman roolin omaa
hoitoaan koskevassa pää-
töksenteossa. Sen sijaan
mielenterveyshäiriöt ja sa-
manaikainen fyysinen sai-
rastavuus ovat keskeisiä

syitä sairauslomiin ja työkyvyttömyyteen suolisyöpäpotilaiden keskuudessa. Resilienssi voi vähentää potilaan syöpään liittyvää uupumusta ja emotionaalista ahdistusta.

Väitöskirjatutkimus osoitti, että suolistosyöpädiagnoosin saaneiden suomalaisten resilienssi oli alhaisimmalla resilienssin kvarttililla, myös vuoden seuranta-ajalla. Potilasohjauksen kokonaislaadun ollessa hyvä myös potilaiden resilienssi oli parempi.

Potilasohjaus arvioitiin pääasiassa hyväksi. Ohjauksen kehittämistarpeet liittyivät (1) saatuun psykososiaaliseen tukeen, (2) potilaan senhetkisten odotusten ja tarpeiden huomiointiin, ja (3) ohjauksen tavoitteellisuuteen, eli siihen, oliko ohjaukselle asetettu selkeitä pitkän- ja lyhyen ajan tavoitteita.

Syöpähoitoa ja siihen oleellisesti kuuluvaa potilasohjausta on tärkeää tarkastella useista näkökulmista. Palvelujen kehittämisessä on olennaista huomioida myös palvelujen käyttäjien kokemukset. Syöpähoidot

kehittyvät jatkuvasti, ja yhä useampi sairastunut selviää syövästä. Uusia keinoja kehitetään potilaiden ohjaamiseen, hoitohenkilökunnan koulutukseen sekä teknologian ja tekoälyn hyödyntämiseen. Tutkimustulosten voidaan katsoa tarjoavan tietoa syöpäpalvelujen jatkokehittämiseen.

Väitöskirjaan kuului neljä artikkelijulkaisua. Artikkeleista on esitetty yhteenveto Sihvolan väitöskirjassa:

Sihvola S *Resilience among the individuals with a colorectal cancer diagnosis and their evaluations of the received patient counseling 2025*. Väitöskirja. Itä-Suomen yliopisto:



Väitöskirjaan sisältyneet neljä artikkelia:

(1) Sihvola S, Kuosmanen L, Kvist T. Resilience and related factors in colorectal cancer patients: A systematic review. *European Journal of Oncology Nursing* 56: 102079, 2021.
<https://doi.org/10.1016/j.ejon.2021.102079>

(2) Sihvola S, Kuosmanen L, Tamminen-Sirkä J, Kvist T. Resilience among Finnish individuals with a colorectal cancer diagnosis: a cross-sectional study. *Journal of Nursing Science* 36(3): 239–252, 2024.

(3) Sihvola S, Kuosmanen L, Mikkonen S, Kvist T. Resilience and received counseling of the colorectal cancer patients after surgery: A descriptive correlational questionnaire study. n.d.

(4) Sihvola S, Kuosmanen L, Mikkonen S, Kvist T. Resilience and Counseling Received by Colorectal Cancer Patients During a 1-Year Follow-Up: PHASE II of a Longitudinal Study. *Gastroenterology Nursing* 48(4), 2025
<https://doi.org/10.1097/sga.0000000000000883>

Tässä tiedotteessa käytyt muut lähteet

Syöpäjärjestöt (2026). Suolistosyöpä – oireet, hoito ja enuste. <https://urly.fi/4227>

Syöpärekisteri (2023). Paksu- ja peräsuolisyöpä. Todettuja syöpiä. Syöpätilastosovellus.
<https://urly.fi/3VUt>

Tuomisto, J. (2025). Onko syöpä räjähdysmäisesti lisääntynyt. Duodecim Terveyskirjasto.
<https://www.terveyskirjasto.fi/asy00614>



<https://www.linkedin.com/in/saija-sihvola-95ba44150/>