

## Lääkkeetön keino rauhoittaa arkea – aistien tasapainottaminen Protac-aistituotteilla

**Aistitiedon käsittely voi vaikeutua aistitiedon käsittelyn tai aistisäätelyn häiriön vuoksi. Aistiapuvälineellä voidaan parantaa aistimiskykyä tai kompensoida aistivajetta. Yksi lähiaisteistamme on asentotunto, joka rauhoittaa meitä. Tanskalaiset Protac-aistituotteet perustuvat asentotuntoon ja pallojen ja paineen tuottamaan aististimulaatioon, josta on tutkitusti apua. Tänä keväänä Respecta järjestää avoimia kuluttajien testi-iltoja, jossa näitä tuotteita pääsee käytännössä kokeilemaan itse.**

Protac-aistituotteet sopivat kaikenikäisille ihmisille, jotka kaipaavat tukea aistisäätelyyn ja aistihakuisuuteen. Tuotteita on käytetty mm. fyysiseen levottomuuteen, unihäiriöihin, kipu- ja stressitiloihin sekä erilaisissa psyykkisissä ja neurologisissa tiloissa. Näitä ratkaisuja on käytetty hyvin tuloksin Tanskassa jo 20 vuoden ajan ja nyt niitä on saatavilla meillä Suomessa Respectalta.

Aistihakuisuus tarkoittaa voimakasta ja pitkäkestoista tarvetta hakeutua erilaisiin aistimuksiin, kuten kosketukseen, ääniin, makuihin, liikkeeseen tai visuaalisiin ärsykkeisiin. Aistihakuisuus voi korostua stressaavissa tai jännittävässä tilanteissa, väsymyksen tai alhaisen vireystilan yhteydessä, kun ympäristö on liian virikkeetön tai stimuloiva sekä osana neurokirjon piirteitä (esim. ADHD, autismi).

Tanskalaisen Protacin aistituotteet perustuvat asentotuntoon ja tuotteiden sisältämien pallojen ja paineen tuottamaan aististimulaatioon. Protacin ratkaisulla voidaan lievittää aistihakuisuutta ja tasapainottaa aistisäätelyä. Tuotteita on käytetty mm. fyysiseen levottomuuteen, unihäiriöihin, kipu- ja stressitiloihin sekä erilaisissa psyykkisissä ja neurologisissa tiloissa.

### Tutkimus: Protac-pallotuote tukee koululaisen keskittymiskykyä

Noin 70 prosentilla koululaisista ilmenee aistihakuista käyttäytymistä, mikä ei vaikuta ainoastaan lapseen itseensä, vaan myös luokkayhteisöön ja opettajiin. Yksittäisen lapsen hyvinvointi vaikuttaa paitsi häneen itseensä myös koko luokkayhteisöön, oppimisympäristöön ja opettajan työarkeen. Vaikka aihe on tärkeä, sen käsittely voi olla haastavaa. Aistihakuinen käyttäytyminen saattaa hallita luokkahuonetta, mikä vaikeuttaa lapsen kykyä vastata sekä akateemisiin että sosiaalisiin vaatimuksiin.

Nämä havainnot perustuvat toimintaterapeutti Ann Natasja Nielsenin maisteritutkimukseen, joka toimi lähtökohtana hänen väitöskirjälleen. Väitöskirjassaan hän keskittyi ProtacMyFit® -liivin käyttöön ja sen rauhoittavaan vaikutukseen lapsiin. Vuonna 2023 toteutettuun tanskalaiseen tutkimukseen\* osallistui 142 lapsen kontrolliryhmä, johon kuului 6–12-vuotiaita oppilaita 25 eri koulusta. Tutkimuksen aikana Nielsen tarkasteli useita hypoteeseja, mukaan lukien sitä, miten aistihäiriöt voivat haitata lasten taitoja, motivaatiota ja kykyä nauttia arjen ja koulun toiminnoista.



**MyFit®-liivin**  
rauhottava vaikutus ja kehoitietoisuuden lisääntyminen voi auttaa aistihakuisuuden säätelyssä, lievittää levottomuutta ja terävöittää keskittymiskykyä.

**Tutkimus:**  
39% koululaisista sai MyFit®-liivistä apua keskittymiseen.

MyFit®

Tutkimuksessaan Nielsen havaitsi merkittäviä tuloksia ja voi vahvistaa, että ProtacMyFit® -liivin käyttö vaikuttaa myönteisesti lasten tarkkaavaisuuteen, oppimiskykyyn ja erityisesti heidän itsevarmuuteensa ja uskoonsa omiin kykyihinsä:

- 30% lapsista paransi kykyään hallita omaa oppimistaan
- 34% lapsista paransi kehotietoisuuttaan
- 39% lapsista paransi huomiokykyään
- 33% lapsista oli vähemmän yliaktiivisia

Väitöskirjatutkimus osoittaa, että keskittymällä lasten aistitarpeisiin ja hyödyntämällä tätä tarkoitusta varten kehitettyä ProtacMyFit® -palloliiviä voidaan parantaa heidän itsetuntoaan, keskittymiskykyään ja oppimista. Tämä ei hyödytä ainoastaan lapsia itseään, vaan myös heidän perheitään, luokatovereitaan ja koulun opettajia.

## Tutkimus: Unihäiriöt ADHD-lapsilla ja Protac Ball Blanket®-pallopeitto

Noin 70% kaikista ADHD-lapsista kärsii unihäiriöistä. Tanskassa lastenpsykiatri **Allan Hvolbyn** johdolla vuonna 2010 ja 2010 tehtyjen tutkimushankkeiden (\*1,\*2) tarkoituksena oli selvittää, vaikuttaako Protac Ball Blanketin® -pallopeitto lasten uneen.

Tutkimusten mukaan lähes puolella ADHD-lapsista heistä unirytmistä normalisoituu, nukahtaminen on nopeampaa ja öiset heräilyt vähenevät. Ensimmäinen hanke osoitti, että ADHD-lapsilla nukahtamisaika lyheni 40 prosentilla. Täten he viettivät saman ajan nukahtamiseen kuin neurotyypillinen kontrolliryhmä. 2020-hanke vahvistaa nämä tulokset ja osoittaa myös, että hyvä uni parantaa päivittäistä elämänlaatua ja keskittymistä koulussa.

Tutkimustulokset osoittavat mm. että Protac-pallopeittojen käyttö on merkityksellinen ja tehokas hoitomenetelmä unen alkamisviiveen minimoimiseksi ADHD-lapsilla, joilla on univaikeuksia. Tutkimuksissa havaittiin, että pallopeittojen käyttö 14 päivän ajan parantaa nukahtamiseen kuluvaan aikaan tasolle, joka on verrattavissa neurotyypillisen kontrolliryhmän vastaaviin.

- Lapsilla kului 40% vähemmän aikaa nukahtamiseen
- Käyttösoireet vähenivät
- Parempi päivittäinen toimintakyky, keskittyminen ja elämänlaatu
- Öiset heräämiset vähenivät 16%

Tutkimustulokset osoittavat mm. että **Protac-pallopeittojen** käyttö on merkityksellinen ja tehokas hoitomenetelmä unen alkamisviiveen minimoimiseksi ADHD-lapsilla, joilla on univaikeuksia.

## Tutkimus: Masennukseen liittyvä unettomuus ja Protac Ball Blanket®-pallopeitto

Masennukseen liittyy usein unettomuutta, joka vaikeuttaa arkea ja on pakokeino sekä suojatekijä masentuneelle henkilölle. Masennuspotilaille lääkitys on usein ainoa tie parempaan uneen, mutta siihen voi liittyä negatiivisia sivuvaikutuksia ja riippuvuusriskejä. Siksi tarvitaan lääkkeettömiä vaihtoehtoja.

Kliininen tutkimus arvioi Protac-pallopeiton vaikutusta masennukseen liittyvään unettomuuteen. Sanne Toft Kristiansenin (Aarhusin yliopisto) väitöskirja (\*4) osoittaa, että masennuksesta kärsivät potilaat pidentävät merkittävästi kokonaisunensa kestoa käyttämällä Protac-pallopeittoa®. Protac-peitto lisäsi potilaiden rauhallisuutta, kokonaisuniaikaa ja unen laatua, samalla vähentäen masennusoireita.



Useat potilaat raportoivat negatiivisten ajatusten vähenemisestä. Tutkimusten mukaan Protac-pallopeitto on tehokas ei-farmakologinen, vähäriskinen vaihtoehto masennukseen liittyvän unettomuuden hoitoon.

## **Protac-aistituotteiden vaikutus muistisairaiden hoidossa**

Unihäiriöt, epäsiiallinen käytös ja levoton kävely voivat tehdä arjesta stressaavaa, paitsi dementiaa sairastavalle henkilölle myös hänen omaisilleen ja heistä huolehtivalle henkilökunnalle. Pilottihankkeessa Aarhusin DementCentrumissa testattiin useita hyvinvointiteknologian ratkaisuja muistisairaiden hoidossa. Protac-tuotteista mukana olivat **Protac MyFit®-palloliivi** ja ja **Protac Ball Blanket Granulate®-pallopeitto** osana rauhoittavien ratkaisujen testaamista. Ratkaisut vähensivät psykologista ja motorista levottomuutta, jonka johdosta myös konfliktit vähenivät ja yörauha lisääntyi.

- Levottomuus väheni 60%
- Aggressiivinen ja ekstrovertti käyttäytyminen väheni
- Protac Ball Blanket Granulate-peiton myötä käyttäjien syvä uni lisääntyi 42% ja sängystä nousemisen määrä laski 38%.

Meillä Suomessa Attendo sai koekäyttöön useita Protac-tuotteita Respectalta vuoden 2023 elokuussa tukemaan hoivakodissa muistisairaiden haasteissa. Kahden vuorokauden jälkeen asukkaan kehon jäykkyys ja jännittyneisyys olivat lievittyneet sekä vuorovaikutus oli helpompaa. Pallopeitosta vaste tuli välittömästi ja on siitä asti ollut joka päivä käytössä.

"Aistiapuvälineet ja tietoisuus niiden hyödyistä ovat olleet se tärkeä puuttuva palapelin pala muistisairaiden hoivassa. Esimerkiksi vaelteluun ei ole olemassa lääkettä", kertoo Attendo Terapian koulutuspäällikkö **Juhani Kuittinen**. [Lue lisää: Case Attendo](#)

Kaikki Protac-tuotteet ovat CE-merkitty lääkinnällisiksi laitteiksi ja ovat lääkinnällisten laitteiden asetuksen (MDR) sääntöjen ja vaatimusten mukaisia.

## **Tulossa:**

Tarjoamme mahdollisuuden tulla Protac-aistituotteiden avoimiin oviin testaamaan tuotteita tänä keväänä Helsingissä, Raisiossa, Kuopiossa, Tampereella, Oulussa ja Rovaniemellä. Testi-iltaan tuleminen ei vaadi ennakoilmoittautumista, mutta voit tilata itsellesi muistutuksen sähköpostiin ja puhelimeen sivuiltamme: <https://www.respecta.fi/protac-testi-illat/>

### **Aistituotteiden testi-illat keväällä 2025:**

[ti 11.3. Helsinki](#) - klo 17-19 - Respecta - Nuijamiestentie 9 (Haaga)

[ke 12.3. Helsinki](#) - klo 17-19 - Respecta - Nuijamiestentie 9 (Haaga)

[ti 18.3. Helsinki](#) - klo 17-19 - Respecta - Nuijamiestentie 9 (Haaga)

[ke 19.3. Helsinki](#) - klo 17-19 - Respecta - Nuijamiestentie 9 (Haaga)

[ti 25.3. Kuopio](#) - klo 17-19 - Respecta - Leväsentie 1 B 3.krs (Pihlajalinna)

[to 27.3. Kuopio](#) - klo 17-19 - Respecta - Leväsentie 1 B 3.krs (Pihlajalinna)

[ti 1.4. Turku/Raisio](#) - klo 17-19 - Respecta - Itäniityntie 14

[ke 2.4. Turku/Raisio](#) - klo 17-19 - Respecta - Itäniityntie 14

[to 3.4. Turku/Raisio](#) - klo 17-19 - Respecta - Itäniityntie 14

[ke 23.4. Oulu](#) - klo 17-19 - Respecta - Kiviharjunlenkki 4 (Rehapolis 1)

[to 24.4. Oulu](#) - klo 17-19 - Respecta - Kiviharjunlenkki 4 (Rehapolis 1)

[ti 6.5. Tampere](#) - klo 17-19 - Respecta - Kelloportinkatu 1 D, pohjakerros (Tampella)

[ke 7.5. Tampere](#) - klo 17-19 - Respecta - Kelloportinkatu 1 D, pohjakerros (Tampella)

[ke 7.5. Rovaniemi](#) - klo 15-18 - ELO ry:n ELOkolo - Pohjolankatu 10 as 1, 96100 Rovaniemi

[to 8.5. Tampere](#) - klo 17-19 - Respecta - Kelloportinkatu 1 D, pohjakerros (Tampella)

**Protac-aistituotteita myydään Suomessa Respectan verkkokaupassa ja Respectan myyntipalvelussa:**  
<https://verkkokauppa.respecta.fi/category/16/protac-aistituotteet>

### Lähdeviitteet ja lisätietoja:

- <https://protac.dk/uk/research> - Tutkimusprojekteista Protacin sivuilla
- <https://protac.dk/uk/cases/cases> - Case-kokemuksia Protacin sivuilla
- <https://www.respecta.fi/fi/ratkaisut/apuvälineet/sensorinen-integraatio/> - Sensorinen integraatio - Respecta.fi
- <https://www.respecta.fi/fi/ratkaisut/apuvälineet/sensorinen-integraatio/aistituotteiden-vaikuttavuudesta/> - yhteenvetoja keskeisistä tutkimuksista – Respecta.fi

1. Nielsen, Ann Natasja: CALM: Feasibility tests and evaluation of the “Composed for Attention and Learning with Myfit® ball-vests” intervention for children exhibiting sensory seeking behaviour: <https://portal.findresearcher.sdu.dk/en/publications/calm-feasibility-tests-and-evaluation-of-the-composed-for-attenti>  
National Institute of Public Health. University of Southern Denmark. 25.9.2023.

2. Hvolby Allan, Bilenberg Niels: Use of Ball Blanket in attention-deficit/hyperactivity disorder sleeping problems. DOI: 10.3109/08039488.2010.501868  
Nord J Psychiatry. 2011 Apr;65(2):89-94. doi: 10.3109/08039488.2010.501868. Epub 2010 Jul 22.  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20662681/>

3. The Application of Ball Blankets in the Treatment of Sleeping Difficulties in Children with Attention Deficit/Hyperactivity Disorder. Effect on Quality of Life and Daily Functioning  
Allan Hvolby, Department of Child and Adolescent Psychiatric, Psychiatry in Region of Southern Denmark. Journal of Sleep Medicine & Disorders 2020  
<https://www.jscimedcentral.com/journal-article-pdf/Journal-of-Sleep-Medicine-and-Disorders-/sleepmedicine-6-1100.pdf>

4. Kristiansen, Sanne Toft: Depression-related insomnia and the efficacy and experiences of the Protac Ball Blanket®  
- The efficacy of ball blankets on insomnia in depression in outpatient clinics: study protocol for a randomized crossover multicentre trial: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32807208/>  
- Experiences of adult patients living with depression-related insomnia: a qualitative systematic review protocol: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35975302/>  
- User Experiences of Ball Blankets in Adults with Depression-Related Insomnia: A Qualitative Content Analysis Study: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/01612840.2024.2341046>

Respecta Oy:

*Olemme valtakunnallinen hyvinvointia edistävä apuväline- ja terveysteknologiayritys, jonka juuret juontavat aina 1940-luvulle saakka. Tuotamme tutkittuja ja korkealaatuisia apuvälineratkaisuja, joiden tavoitteena on ihmisen elämänlaadun parantaminen. Löydät toimipisteemme 13 paikkakunnalta ympäri Suomen. [www.respecta.fi](http://www.respecta.fi)*