



EUROPEAN
ALLIANCE
AGAINST
DEPRESSION



Pohjalaiset masennustalkoot 2004-2007

Tehokasta masennuksen hoitoa terveyskeskuksissa

Depressiohoitajat tulossa terveyskeskusten merkittäväksi voimavaraksi. Lyhytterapeuttinen työskentelytapa on tehokasta masentuneen hoitamisessa.

Pohjalaiset masennustalkoot -hanke on yhteistyössä terveyskeskusten kanssa kehittänyt depressiohoitaja-työskentelymallia. Siinä lääkärin toteuttama lääkehoito yhdistyy masennukseen perehtyneen hoitajan toteuttamaan tiiviiseen keskusteluhoitoon. Tarvittaessa heidän käytössään on myös psykiatrin konsultointi. Hoitomalli soveltuu parhaiten henkilöille, joilla on lieviä tai keskivaikeita masennusoireita. Tällä hetkellä Pohjanmaalla työskentelee 9 depressiohoitajaa.

Vuoden 2006 aikana Pohjalaiset masennustalkoot teki pilottitutkimuksen depressiohoitajien työn vaikuttavuudesta. Tutkimusaineisto muodostui 182 masennuksella oireilleen henkilön hoitojaksosta. Tulokset osoittavat, että keskimäärin alle kymmenellä keskustelukäynnillä 4 kuukauden aikana potilaiden oireilu vähenee merkittävästi BDI- oiremittarilla mitattuna. Niiden osuus, joiden oireet jäivät alle masennuksen diagnoosirajan kasvaa alun 12,9%:sta 51,6%:n hoitojakson aikana ja seurannassa toipumistulokset edelleen paranivat siten, että kuuden kuukauden kuluttua lähes oireettomia oli jo 67,6%. Henkilöiden BDI- pisteiden keskiarvot putosivat hoitojakson aikana 20:stä 11 pisteeseen ja siitä edelleen seurannassa 7:n pisteeseen.

Hoitoryhmän arkielämän toimintakykyä arvioitiin SOFAS-asteikolla. Hoitojakson aikana kohtalaisesta tai vakavasta toimintakyvyn häiriöstä kärsivien osuus pieneni 50%:sta 14%:n ja seurannassa vieläkin pienemmäksi. Lähettämistarve erikoissairaanhoidon väheni. Pitempään jatkohoitoon ohjattiin 20% potilaista. Potilaat olivat tyytyväisiä saamaansa hoitoon ja heidän toiveikkuutensa tulevaisuuden suhteen vahvistui merkittävästi. Terveyskeskusten työntekijät kokivat työnsä sujuvoituneen.

Tulokset ovat erittäin rohkaisevia. Niiden perusteella kuntien kannattaisi organisoida depressiohoitajien toimia terveyskeskuksiin. Näin toteutettu hoito on asiakaslähtöistä, laadukasta ja kustannustehokasta. Kun ideaali väestöpohja yhdelle kokopäiväiselle hoitajalle on 15 000 asukasta, niin Pohjanmaan kolmen sairaanhoitopiirin alueella kokonaistarve täyttyisi 30 depressiohoitajalla.

Lisätietoja tutkimuksesta antavat projektikoordinaattorit Esa Aromaa ja Jyrki Tuulari. Yhteystiedot alla.

Hankkeen yhteyshenkilöt:

Etelä-Pohjanmaan shp: psykologi Jyrki Tuulari p. 06-4373962 tai 044-4153164, sähköposti: jyrki.tuulari@epsHP.fi

Vaasan shp: psykologi Esa Aromaa p.06-3231026, 040-5433026, sähköposti: esa.aromaa@vshp.fi