

Masennus ei jäydä pahasti Pohjanmaalla

Arvioiden mukaan masennus nousee vuoteen 2020 mennessä toiseksi yleisimmäksi ja myös kalliimmaksi sairaudeksi. Tällä hetkellä sen kustannukset ovat reilun prosentin bruttokansantuotteesta.

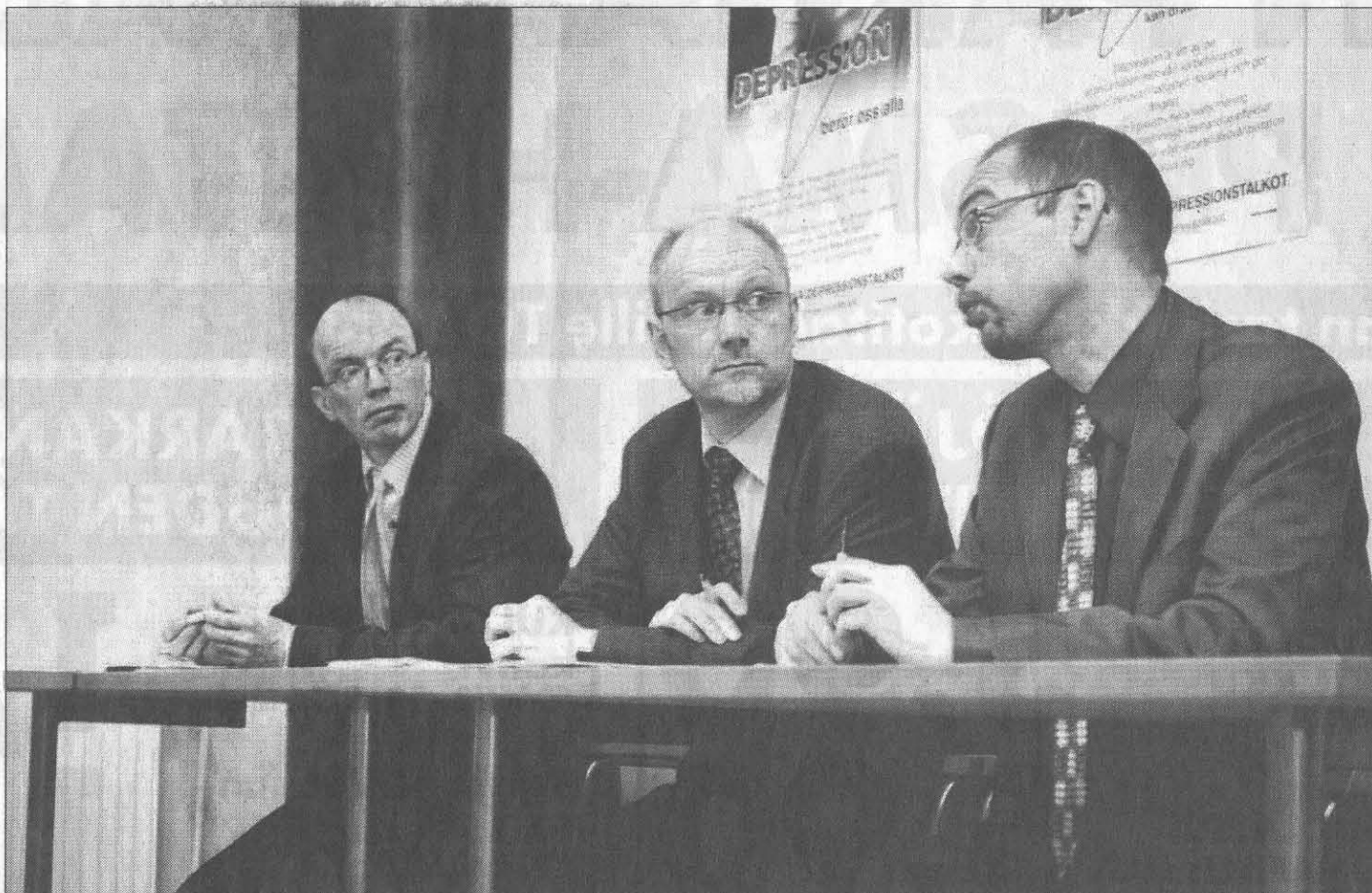
SEINÄJOKI

Sinikka Rajamäki

■ Tälläkin hetkellä 6,5 prosenttia väestöstä kärsii vakavasta masennuksesta eli Pohjanmaalla masentuneita on noin 25 000. Asiantuntijoiden mukaan masennusoireyhtymä ei kuitenkaan ole yleistynyt viimeisen kymmenen vuoden aikana, vaan apua haetaan paremmin.

– Masennuksen tunnistaminen on parantunut, mutta ei tarpeeksi, Pohjalaisten masennustalkoiden projektipsykologi **Jyrki Tuulari** harmittelee.

Masentumisen alueellisia eroja ei ole tarkasteltu, mutta psykiatrian professori **Erkki Isometsä** Helsingin yliopistosta uskoo, että Pohjanmaalla asiat ovat suhteellisen hyvin. Yhteisöllisyys saattaa olla yksi syy. Myös matalampi päihitteiden käyttö ja vähäisemmät



Yliääkäri Antero Lassilan (vas.), psykiatrian professori Erkki Isometsän ja tutkimusprofessori Kristian Wahlbeckin mukaan masennuksen tunnistaa siitä, ettei henkilö selviydy tavallisesta arjesta perheen tai työn parissa. Masentuneella on myös voimakkaita itsetuhoajatuksia. Kuva: Marika Nyström

avioerot muuhun maahan verrattuna auttavat asiaa.

– Lisäksi tilastollinen fakta on, että itsemurhakuolleisuus on entisen Vaasan läänin alueella noin 30 prosenttia alhaisempi kuin muualla maassa.

Masennus altistaa itsemurhille, joten tästä voisi päätellä, ettei täällä kovin masentuneita olla, projektipsykologi **Esa Aromaa** huomauttaa.

TYÖ MASENTAA. Isomet-

sän mielestä mielenterveyshäiriöiden yksi suuri osatekijä on työelämän kasvavat vaatimukset. Vuorovaikutustaidot ovat nousseet fyysisten vaatimusten edelle, joten masennushäiriöt invalidisoivat työkyvön her-

kästi. Tutkimustiedon mukaan mielenterveyshäiriöiden osuus työkyvyttömyyseläkkeistä ja sairauspoissaoloista on kasvanut jatkuvasti.

Maaliskuussa alkaneilla Pohjalaisilla masennustalkoilla

toivotaan psykoterapeuttisen hoidon ja lääkehoidon rinnalle enemmän vuorovaikutushoitoa.

– Joissain terveyskeskuksissa on vuorovaikutukseen keskittyvä terveyskeskuspsykologi, mutta yksi henkilö on riittämätön, Esa Aromaa sanoo.

Ihmisistä, joilla on masennusoireita, suuri osa on terveyskeskuspotilaita. Aromaan mukaan toimintaa pitäisikin terävöittää ja perusterveydenhoidon sekä erikoissairaanhoidon rajaa häilyttää. Kyse ei välttämättä ole resursseista.

– Aikaisella masennuksen tunnistamisella voidaan säästää jopa säästöjä, professori **Erkki Isometsä** huomauttaa.

NAISILLA ENEMMÄN.

Tutkimusprofessori **Kristian Wahlbeck** Stakesista kertoo, että masennus on naisilla kaksi kertaa yleisempää kuin miehillä. Se on monen tekijän summa. Masentumiseen voivat vaikuttaa niin biologiset kuin sosiaalisetkin syyt.

– Elämänmuutos saattaa laukaista masennuksen ja siihen liittyy yleensä jokin muikin haavoittuvuus. Masennus on harvoin yhden tekijän aiheuttama, professori **Erkki Isometsä** muistuttaa.

Pohjalaisista masennustal-koista järjestettiin keskiviikko- na tiedotus- ja koulutustilaisuus sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisille.