



# Pohjalaiset masennustalkoot 2004-2007

VÄLIRAPORTTI 1.9.2004 – 31.12.2005

## HANKKEEN LÄHTÖKOHDAT

Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin kuntayhtymä haki ja sai vuonna 2004 valtionavustusta hankkeelle nimeltä ”**Depression ennaltaehkäisy, varhainen toteaminen, hoito ja kuntoutus**”. Hakemuksen taustalla oli huoli masennuksen yhä näkyvämmästä merkityksestä kansanterveydellisenä ongelmana. Mitattiinpa mielialahäiriöiden kuormittavuutta sitten inhimillisellä kärsimyksellä, itsetuhoisuudella, psykiatrisilla avohoitokäynneillä, alkaneilla sairauspäiväraha-kausilla, kuntoutustukipäätöksillä tai korvatuilla masennuslääkkeillä, niin masennuksen sairaustaakka on Suomessa kasvanut hätkähdyttävästi viimeisen 10 vuoden aikana muista mielenterveyden häiriöistä poiketen. WHO:n arvion mukaan masennus tulee olemaan vuoteen 2020 mennessä merkittävin yksittäinen sairaustaakka elämänlaadulla painotetuilla elinvuosilla mitattuna.

Hanketta lähdettiin toteuttamaan yhdessä Vaasan sairaanhoitopiirin kuntayhtymän kanssa ja sillä näkemyksellä, että jatkossa käynnistyneet toimintamallit kytkeytyvät osaksi laaja-alaisempaa ”Pohjanmaa-mielenterveyshanketta”, johon myöskin Keski-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri tulisi mukaan. Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri oli jo aikaisemmin ollut aktiivisesti mukana mielenterveyspalvelujen laatusuosituksen laadinnassa ja seurannassa niin valtakunnallisella kuin alueellisellakin tasolla. Uskoa laaja-alaisen terveydenedistämisen kampanjoiden vaikuttavuuteen oli saatu myös osallisuudesta 2 tyypin diabeteksen ehkäisyohjelmaan (Dehko 2003 – 2010).

Hankkeeseen palkattiin kaksi kokopäivätoimista projektikoordinaattoria 1.9.2004 alkaen: Psykologi Jyrki Tuulari Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin alueelle ja psykologi Esa Aromaa Vaasan sairaanhoitopiirin alueelle. Hanketta toiminnallisesti hallinnoivaan projektiryhmään ovat kuuluneet lisäksi ylilääkäri, psykiatrian tulosyksikön johtaja Irja Rantanen-Lakka Vaasan sairaanhoitopiiristä sekä ylilääkäri, psykiatrian toiminta-alueen johtaja Antero Lassila Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiristä. 12-henkinen ohjausryhmä koostuu sosiaali- ja terveystoimen asiantuntijoista kummankin sairaanhoitopiirin alueelta puheenjohtajanaan Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin johtaja Jaakko Pihlajamäki. Ohjausryhmä on kokoontunut tähän mennessä kolme kertaa.

Työnimeksi hankkeelle muotoutui ”Pohjalaiset masennustalkoot - Österbottniska depressionstalkot”

Hankkeen yhteyshenkilöt:

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

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



## HANKKEEN TAVOITTEET

Hankkeen lähtötavoitteet oli asetettu seuraavasti:

1. Edistää väestötason strategian luomista depression ennaltaehkäisyyn mm. mielenterveyspalvelujen laatusuosituksen, Tienviittoja-julkaisun ym. suositusten mukaisesti
2. Muotouttaa depression riskiryhmiin kuuluville henkilöille kohdistuvat strategiat
3. Edistää depressiopotilaiden varhaista tunnistamista ja hoitoa, esim. perusterveydenhuollon interventiotasoa kehittämällä
4. Edelleen kehittää vakavien depressioiden hoitoa erikoissairaanhoidon tasolla
5. Edistää ja jäntevöittää depressiokuntoutuksen toimintamallien kehittämistä ja koordinointia

Masennustalkoiden ensimmäisellä kolmanneksella pääpaino on ollut kolmessa ensimmäisessä tavoitealueessa. Kaksi viimeistä aluetta ovat vielä suunnitteluasteella. Seuraavassa yhteenvedossa käynnistynyt toiminta on ryhmitelty kolmelle tasolle: Väestötason vaikuttamiseen, perusterveydenhuollon tason laadulliseen kehittämiseen ja riskiryhmiin kohdistuvaan moniammatilliseen yhteistyöhön kunnallisella tasolla.

## VÄESTÖTASON KAMPANJA

Väestökampanjassa olemme kertoneet minkälainen kansanterveydellinen haaste masennus on, miten siltä voi välttyä, miten se on hoidettavissa mutta myös kuinka sen kanssa voi elää. Keskeinen sanoma on tiivistettävissä neljään kohtaan:

1. **Masennus koskettaa meistä jokaista.** Kun 20 % meistä sairastuu elämänsä aikana masennukseen, tulemme varmasti tuntemaan jonkun, jolle masennus on arkitodellisuutta.
2. **Masennuksella on väliä.** On käsitteellisesti syytä erottaa toisistaan masennus ohimenevänä normaaliin tunne-elämään kuuluvana tilana, jonka kanssa yleensä pärjäämme kotikonstein, varsinaisesta masennussairaudesta, joka hoitamattomana kroonistuu, invalidisoi, uusiutuu helposti ja pahimmillaan johtaa pysyvään työkyvyttömyyteen ja itsetuhoon.
3. **Masennus on hoidettavissa.** Oikein toteutettuna lääkehoito ja psykoterapia auttavat tehokkaasti.
4. **Me kaikki voimme tehdä jotakin.** Omaksi ja läheisen hyväksi on paljon tehtävissä niin ennaltaehkäisevässä kuin hoidollisessakin mielessä. Voimme ottaa vastuuta mieleemme hyvinvoinnista.

Näiden kampanjaviestien kanssa tulimme julkisuuteen avauksessamme 23.3.2005. Tämä ”lähtölaukaustilaisuutemme” sai runsaasti näkyvyyttä kaikissa kolmessa maakuntalehdessä sekä myös valtakunnan päälehdessä. Toinen selvä medianäkyvyyspiikki oli 28.9.2005, jolloin julkaisimme ensimmäiset alustavat tulokset väestötutkimuksestamme. Tällöin pääsimme mm. STT:n sähköutisiin ja Yleisradioon. Vuoden 2005 loppuun mennessä kampanjastamme on kirjoitettu n. 30 lehtijuttua: Uutisia, haastatteluja ja olemmepa kerran ylittäneet maakuntalehden pääkirjoitukseenkin. Johdonmukaisena pyrkimyksenämme on ollut äänemme kuuluviin saaminen nimenomaan paikallislehdissä ja radioissa. Marraskuussa 2005 toteutimme 5 paikallisradiota kattavan tiedotuskampanjan, jossa potentiaalista kuulijakuntaa

Hankkeen yhteyshenkilöt:

Etelä-Pohjanmaan shp: psykologi Jyrki Tuulari p. 06-4373962 tai 044-4153164, sähköposti: [jyrki.tuulari@epsHP.fi](mailto:jyrki.tuulari@epsHP.fi)  
 Vaasan shp: psykologi Esa Aromaa p.06-3231026, 040-5433026, sähköposti: [esa.aromaa@vshp.fi](mailto:esa.aromaa@vshp.fi)



tietoiskuillemme oli 119000 henkeä. Markkinoimme tällä kampanjalla myös webbi-sivujamme, jossa käyntimäärä kasvoikin mukavasti.

Huhtikuussa 2005 avasimme omat nettisivut osoitteissa [www.masennustalkoot.fi](http://www.masennustalkoot.fi) ja [www.depressionstalkot.fi](http://www.depressionstalkot.fi), josta löytyy paitsi kaikki keskeinen kampanjaa koskeva informaatio molemmilla kotimaisilla kielillä, mm. myös asiantuntija-artikkeleita ja keskustelufoorumi.

Projektikoordinaattorit ovat jossain määrin olleet myös suorassa kosketuksessa ihmisiin erilaisissa tapahtumissa ja tilaisuuksissa, joissa arviolta 1000 ihmistä on saanut kuulla kampanjaviesteistä. Näissä ja myöskin perusterveydenhuollon koulutustilaisuuksissa on jaettu tähän mennessä myös 1000 julistetta ja 17000 esitelehtistä, jotka on suunniteltu sekä ammattilais- että kansalaiskäyttöön (kts.webbi-sivuilta). Toukokuusta 2005 koordinaattorien tukena on toiminut sairaanhoitopiirien tiedottajilla vahvistettu mediaryhmä.

## KEHITYSTYÖ PERUSTERVEYDENHUOLLON KANSSA

Tammikuussa 2005 saivat sairaanhoitopiiriemme 22 terveystyöntekijää kirjeen, jossa määrittelimme tavoitteemme seuraavasti: ”...**Tärkein paikallinen asiantuntemus on teillä. Tarvitsemme apua ja viisauttanne sellaisen toimintamallin luomiseksi, jossa akuutissa masennuksessa oireileville henkilöille tarjotaan systemaattinen, mutta samalla asiakaslähtöinen ja vuorovaikutuksellinen vastaanotto-, tunnistamis- ja hoitokäytäntö...**” .

Kutsuttuina ja tervetulleina vieraina projektikoordinaattorit kävivät talven mittaan kertomassa käynnistyneestä projektista ja ennen kaikkea perustelemassa masennuksen tunnistamisen ja hoidon tehostamisen merkitystä niin potilaiden kuin hoitojärjestelmänkin näkökulmasta. Keskeisinä ongelmina nostettiin esiin hoidon aloittamiseen liittyvä viive, aloitettujen lääkehoitojen puutteellinen seuranta ja tähän liittyvä hoidon tehottomuus, keskusteluhoidon puuttuminen sekä huonosti järjestetyt konsultaatioyhteydet erikoissairaanhoidon kanssa. Näihin kokoontumisiin osallistui lääkäreitä, hoitohenkilöstöä ja psykologeja, jotka vaihtelevalla kiinnostuksella ilmaisivat halukkuutensa hyödyntää neljän tunnin mittaista **peruskoulutuspakettiamme**.

Lääkäreille ja hoitohenkilökunnalle rakennetut koulutuspaketit poikkeavat toisistaan siten, että lääkärinkoulutuksessa tehtiin katsaus masennuksen biologiaan, psykologiaan ja diagnostiikkaan. Perehdyttiin masennuksen Käypä hoito-suositukseen ja hoitotakuun mukaisiin hoitopäätöksenteihin. Lopuksi lääkärit paneutuivat ryhmittäin ja –keskusteluin käytäntöjen paikallisiin soveltamishaasteisiin.

Hoitajakoulutuspaketissa on vähemmän biologiaa ja diagnostiikkaa, mutta sen sijaan masennuspotilaan hoidolliseen kohtaamiseen rohkaiseva osio.

Etelä-Pohjanmaalla lääkärinkoulutustilaisuudet veti pääkouluttajana psyk.el., LKT. Olli Kampman yhdessä Jyrki Tuularin kanssa ja Pohjanmaan maakunnassa pääkouluttajina psyk.el Jan-Erik Strand ja psyk.el.,LKT Hannu Naukkarinen yhdessä Esa Aromaan kanssa. Alueellisia koulutustilaisuuksia järjestettiin syksyn 2005 aikana 10 ja niihin osallistui yhteensä 95 terveystyöntekijää/työterveyslääkäreitä.

Hankkeen yhteyshenkilöt:

Etelä-Pohjanmaan shp: psykologi Jyrki Tuulari p. 06-4373962 tai 044-4153164, sähköposti: [jyrki.tuulari@epsph.fi](mailto:jyrki.tuulari@epsph.fi)  
 Vaasan shp: psykologi Esa Aroma p.06-3231026, 040-5433026, sähköposti: [esa.aromaa@vshp.fi](mailto:esa.aromaa@vshp.fi)



Myös hoitohenkilökunnan koulutukset käynnistyivät syyskuussa ja tähän mennessä on pidetty 10 koulutustilaisuutta, joihin on osallistunut 339 hoitajaa. Suurin osa hoitajakoulutuksista on vielä tulossa ja tavoitteena on saada ne pidetyksi 3/2006 mennessä. Kouluttajina toimivat projektikoordinaattorit ja psykologi Mikael Stenvall Vaasasta.

Lääkärikoulutuksen toinen **syventävä kierros** on jo käynnistynyt kentältä nousseiden tarpeiden pohjalta. siinä perehdytään mm.hoitoprosessin kriittisiin kohtiin, arviointimittareihin, kuntoutusarvioiden tekemiseen ja masennuspotilaan hoidolliseen kohtaamiseen. Psykoterapeuttisesta hoidosta kiinnostuneille perusterveydenhuollon lääkäreille ja **depressiohoitajille** järjestetään lisäksi tulevana keväänä neljän päivän **IPT**-koulutus. IPT, eli interpersoonallinen psykoterapia, on masennuksen hoitoon kehitetty ja vaikuttavuutensa osoittanut lyhytpsykoterapiamenetelmä. Vaasan koulutusryhmä on ruotsinkielinen ja Seinäjoen koulutusryhmä suomenkielinen. Kumpaankin ryhmään valitaan enintään 20 osallistujaa. Myöhemmin voidaan vielä tarpeen mukaan järjestää lisää koulutusryhmiä.

Myös masennuksen hoitoon perehtyneiden asiantuntijahoitajien, ”**depressiohoitajien**” juurruttamistyö osaksi terveyskeskusten masennuksen hoitokäytäntöä on päässyt vauhtiin. Etelä-Pohjanmaalla on jo aloittanut työnsä 4 depressiohoitajaa ja tammikuussa 2006 aloittaa viides. Näistä 4 todistaa tarpeellisuuttaan sairaanhoitopiirin määräaikaishoiduksella. Lisäksi kahdessa kuntayhtymässä kokeillaan mallia, jossa jotkut terveydenhoitajista työskentelevät osa-aikaisesti depressiohoitajan roolissa. Vaasan sairaanhoitopiirissä on jo kahdessa terveyskeskuskuntayhtymässä tehty päätös psykiatrisen sairaanhoitajan palkkaamisesta tällaiseen tehtävään. Kun sopivaksi väestöpohjaksi yhdelle kokopäiväisesti työskentelevälle depressiohoitajalle on määritelty 15000-20000 asukasta, voidaan lopulliseksi tavoitteeksi asettaa ainakin 20 hoitajan saaminen alueellemme tähän tehtävään.

Keskeistä depressiohoitaja-mallissa on terveyskeskuksessa aloitetun hoidon seurannan tehostuminen ja sitä myöten toipumisen varmistaminen. Hoitaja työskentelee läheisessä yhteistyössä lääkärin kanssa, joka tekee diagnoosin, aloittaa lääkityksen ja lähettää potilaan asiantuntijahoitajalle. Tämä antaa informaatiota, vuorovaikutuksellista tukea ja kulkee potilaan rinnalla toipumisen polulla. Käyntejä on tyypillisesti 5-6 ja niitä täydennetään puhelinkontaktilla. Vantaalla on todettu jo 4 vuoden kokemuksella tällaisen työskentelymallin tehostavan selkeästi lievien ja keskivaikeiden akuuttien masennusten hoitoa. Työskentelymalli tarvitsee konsultatiivista tukea erikoissairaanhoidosta.

Myös **depressiokoulu**-toimintamallista on olemassa näyttöön perustuvaa tietoa. Etelä-Pohjanmaan ja Vaasan alueilla psykiatrisessa erikoissairaanhoidossa on henkilökuntaa, joka on kouluttautunut depressiokoulujen organisoimiseen ja vetämiseen. Hankkeemme aikana on tarkoitus selvittää, missä määrin depressiokoulujen toteuttaminen voisi olla perusterveydenhuollon ja erikoissairaanhoidon rajapinnan yhteistyötä, ja voiko depressiokoulujen vetovastuu siirtyä ajan oloon kokonaan perusterveydenhuollon vastuulle, jolloin ne tukisivat erinomaisesti depressiohoitajien työtä.

## KUNNALLINEN MONIAMMATILLINEN YHTEISTYÖ

Projektikoordinaattorit ovat tähän mennessä osallistuneet n. 20 seminaariin/työkokoukseen, joissa on suunniteltu/tehty terveyden edistämistyötä yhdessä kunnallisen sosiaali- ja terveyssektorin,

Hankkeen yhteyshenkilöt:

Etelä-Pohjanmaan shp: psykologi Jyrki Tuulari p. 06-4373962 tai 044-4153164, sähköposti: [jyrki.tuulari@epshp.fi](mailto:jyrki.tuulari@epshp.fi)

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



erikoissairaanhoidon ja kunnallisten erityispalveluiden, kolmannen sektorin ja esim. mielenterveysomaisten kanssa. Näissä tilaisuuksissa on ollut 670 henkilöä, joita olemme kouluttaneet tai joiden kanssa olemme keskustelleet masennuksesta, sen tunnistamisesta ja ehkäisystä.

Kutsuimme lokakuussa 2005 Vaasaan koolle n. 100 mielenterveyden edistämisestä kiinnostunutta asiantuntijaa sairaanhoitopiiriemme alueilta. Oman mielenkiintonsa ja erityisosaamisensa perusteella heistä muodostettiin 4 ryhmää laatimaan ehkäisy-, tunnistamis- ja hoitopolkusuunnitelmat seuraaville kohde/riskiryhmille: **Lapset kehitysympäristössään, nuoret kehitysympäristössään, ikäihmiset elinympäristössään ja itsetuhoiset henkilöt.**

Työryhmillä on aikaa kesäkuuhun 2006 laatia suosituksensa esim. seuraavan toimeksiannon pohjalta:

1. Miten voidaan ehkäistä kohderyhmään kuuluvien joutuminen **masennusriskiin**?
2. Ketkä kuuluvat **riskiryhmään**, ja miten voidaan ehkäistä tai hidastaa heidän liukumisensa masennusoireiluun?
3. Miten **tunnistaa** apua/ hoitoa vaativa masennus?
4. Kuinka voidaan turvata nopea ja asiakaslähtöinen **hoitointerventio** ja taataan hoidon **jatkuvuus**?

Näiden suositusten ja kannanottojen kanssa käynnistyy seuraava vaihe syksyllä 2006 kunta- ja työyksikkötasolla niiden siirtämiseksi osaksi arkisia työkäytäntöjä.

## VAKAVIEN/VAIKEAHOITOISTEN DEPRESSIOIDEN HOITO

Projektin alkuvaiheessa vaikeiden ja vaativaa hoitoa vaativien mielialahäiriöiden hoitoa on sivuttu lähinnä mietittäessä työnjakoa perusterveydenhuollon kanssa. Osapuolilla on ollut yhteneväiset käsitykset Käypä hoito-suosituksen ja hoitopääsykriteerien soveltamisesta hoidon porrastuksessa. Mikäli perustaso selviytyy nykyistä paremmin lievistä ja keskivaikeasta depressiosta kärsivien potilaiden hoidosta, pitäisi erikoissairaanhoidon lääkäreiltä ja muulta henkilökunnalta liietä enemmän aikaa sekä perustason konsultointiin ongelmallisissa tapauksissa, että vaativien potilaiden hoitoon erikoissairaanhoidossa. Erityisen haastavia myös erikoissairaanhoidolle ovat mm. monihäiriöiset, itsetuhoiset, lääkeresistentit ja hoitoon ylipäättänsä huonosti sitoutuvat vaikeasta depressiosta kärsivät potilaat. Tässä riittää työmaata erikoissairaanhoidossa vuosina 2006-9/2007, jolloin hankkeemme päättyy.

## KUNTOUTUKSEN KEHITTÄMINEN

Myös kuntoutuksen kehittämisen suhteen olemme vielä talkoissamme lähellä lähtöruutua.

**Psykoterapeuttisen kuntoutuksen** näkökulmasta keskeistä on erikoissairaanhoidon tarjoaman hoidon järkevä porrastus ja koordinointi yksityisten palveluntuottajien tarjoamien palveluiden kanssa. Tällä hetkellä pitemmän psykoterapeuttisen hoidon saamisessa on suuria alueellisia puutteita ja hoitoon pääsyä saa kohtuuttomasti odottaa. Perusterveydenhoidossa saatavan akuutin hoidon jälkeen niille potilaille, joilla on sekä selkeä tarve, että edellytykset hyötyä psykoterapiasta, tulisi tällainen hoito viiveettä taata. Ja ellei erikoissairaanhoido siihen kykene, voisi joko perusterveyden tai erikoissairaanhoidon kuntayhtymä ostaa

Hankkeen yhteyshenkilöt:

Etelä-Pohjanmaan shp: psykologi Jyrki Tuulari p. 06-4373962 tai 044-4153164, sähköposti: [jyrki.tuulari@epshp.fi](mailto:jyrki.tuulari@epshp.fi)  
 Vaasan shp: psykologi Esa Aromaa p.06-3231026, 040-5433026, sähköposti: [esa.aromaa@vshp.fi](mailto:esa.aromaa@vshp.fi)



terapian yksityiseltä. Tässä tarvitaan myös nykyistä selkeämpää koordinoitua Kelan harkinnanvaraisesti myöntämien kuntoutusterapioiden kanssa.

**Ammatillisen kuntoutuksen** osalta hankkeemme on yhteistyössä Vaasassa toimivan työvalmennuskeskus Jupiterin kanssa suunnitellut ryhmämuotoista kuntoutusprosessia sellaisille henkilöille, joilla on työssään sairauslomaan johtaneita uupumusoireita ja jotka ovat selvässä riskissä masentua. Tätä Jupiterin hallinnoimaa hanketta viedään eteen päin yhdessä Kelan, vakuutusyhtiöiden ja yritysten työterveyspalveluiden kanssa. Ensimmäiset pilottikurssit voidaan toteuttaa aikaisintaan syksyllä 2006. Mikäli malli saadaan toimivaksi, voidaan sitä hyödyntää myös Seinäjoen Tähtiportissa ja muissa vastaavissa työvalmennuskeskuksissa.

## EUROOPPALAINEN YHTEISTYÖ

Masennustalkoot on alusta lähtien ollut Suomen edustajana masennuksen voittamiseen tähtäävässä Eurooppalaisessa yhteistyöverkostossa (EAAD, European Alliance Against Depression). Tähän Euroopan komission rahoittamaan hankkeeseen kuuluu tällä hetkellä 17 maata, joissa kaikissa on meneillään alueellinen tai kansallinen masennushanke. Toiminta on käynnistynyt alkuvuodesta 2004 ja jatkuu tuoreella päätöksellä 6/2008 asti. Toimintaa hallinnoi Munchenin yliopiston psykiatrian klinikka.

Tarkoituksena on koota yhteen hyviä, vaikuttaviksi todennettuja käytäntöjä masennuksen tunnistamiseen, hoitoon ja kuntoutukseen joita osallistujamaat voivat jakaa ja hyödyntää paikallisiin tarpeisiin soveltaen. EAAD:n toimintaan on liitetty näyttöön perustuva arviointi; mukana olijojen toiminnan tuloksellisuutta arvioidaan kaksi kertaa vuodessa yhteisissä kokouksissa sekä tieteellisen tutkimuksen avulla. Osallistujat voivat seurata hankkeiden etenemistä sisäisillä internet-sivuilla läpinäkyvyyden periaatteella.

Projektikoordinaattorimme ovat osallistuneet EAAD:n työkokouksiin tammikuussa 2005 Munchenissä ja lokakuussa 2005 Ljubljanassa. Eurooppalaiset vaikutteet näkyvätkin monin tavoin hankkeemme alkutaipaleella. Olemme mm. voineet hyödyntää yhteistä tiedotusmateriaalia ja Nürnbergissä toteutetun pilottihankkeen kokemuksia oman hankkeemme rakenteen luomisessa.

## HANKKEEN ARVIOINTI

Hankkeemme tuloksellisuuden arviointi on jo käynnistynyt eri tavoin. Olemme systemaattisesti keränneet kirjallista palautetta työkokouksistamme sidosryhmien kanssa sekä koulutusilaisuuksissamme. Myös internet-keskustelupalstamme antaa arvokasta palautetta. Käsitksemme mukaan tällainen alhaalta ylöspäin vaikuttaminen on edellytyksenä uusien toimintamallien juurtumiselle.

Väestötason vaikutusten arvioinnille on tehty pohjatyö. Maaliskuussa 2005 lähetettiin 5000 tuhannelle satunnaisotannalla valitulle Etelä-Pohjanmaan, Pohjanmaan ja Keskipohjanmaan 15-80- vuotiaalle asukkaalle 8-sivuinen kyselylomake. Lomake sisältää sekä Euroopassa standardoituja osioita, että hankkeen tavoitteisiin räätälöityjä kysymyksiä. Tietoa kerättiin tavallisten taustamuuttujien lisäksi mm. yhteiskunnallisesta osallistumisesta, psykososiaalisista resursseista, elämäntilanteesta, psykologisesta

Hankkeen yhteyshenkilöt:

Etelä-Pohjanmaan shp: psykologi Jyrki Tuulari p. 06-4373962 tai 044-4153164, sähköposti: [jyrki.tuulari@epshp.fi](mailto:jyrki.tuulari@epshp.fi)  
 Vaasan shp: psykologi Esa Aromaa p.06-3231026, 040-5433026, sähköposti: [esa.aromaa@vshp.fi](mailto:esa.aromaa@vshp.fi)



toimintakyvystä ja psyykkisestä terveydestä, psyykkisestä pahoinvoinnista ja masennuksesta, terveys-, mielenterveys- ja päihdepalveluiden käytöstä sekä mielenterveystietämyksestä ja asenteista mielen oireiluun.

Toukokuussa 2005 kysely tehtiin myös kontrollialueena toimivassa Varsinais-Suomessa yhtä suurelle otokselle. Kysely tehdään uudelleen molemmilla alueilla joko keväällä 2007 tai 2008. Tämä asetelma antaa meille mahdollisuuden tieteellisesti luotettavasti tutkia väestötason interventioiden vaikutusta.

Tutkimusta johtaa professori Kristian Wahlbeck (Vshp ja Stakes) ja tutkijaryhmään kuuluvat Kjell Herberts (ÅA) sekä projektikoordinaattorit Jyrki Tuulari ja Esa Aromaa. Lomakkeella kerättyä tiedostoa hyödynnetään myös Pohjanmaa-hankkeessa vielä laajemman tutkimusryhmän toimesta. Tätä varten kysely toistetaan vielä useampaan kertaan seuraavan kymmenen vuoden aikana.

Ensimmäiset artikkelit lähtömittauksen tuloksista julkaistaan Suomen Lääkärilehdessä keväällä 2006. Tuulari ja Aromaa jatkavat tutkimusta väitöskirjatöissään Jyväskylän Yliopistolle.

Hankkeen arvioinnissa tullaan käyttämään myös rekisteritietoja kuten: Sairauspäivärahakausia, myönnettyjä kuntoutustukia, korvattuja masennuslääkkeitä, itsemurhatilastoja, sairaalahoitovuorokausia, polklinikakäyntejä, vastaanotettuja läheteitä jne.

Vaasassa 30.12.2005

Irja Rantanen-Lakka  
Ylilääkäri, Vaasan Mielenterveyskeskus,  
Vaasan sairaanhoitopiiri

Antero Lassila  
Ylilääkäri, Psykiatrian toiminta-aluejohtaja,  
Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri

Esa Aromaa  
Psykologi, Projektikoordinaattori  
Vaasan sairaanhoitopiiri

Jyrki Tuulari  
Psykologi, Projektikoordinaattori  
Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri

Hankkeen yhteyshenkilöt:

Etelä-Pohjanmaan shp: psykologi Jyrki Tuulari p. 06-4373962 tai 044-4153164, sähköposti: [jyrki.tuulari@epshp.fi](mailto:jyrki.tuulari@epshp.fi)

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



Hankkeen yhteyshenkilöt:

Etelä-Pohjanmaan shp: psykologi Jyrki Tuulari p. 06-4373962 tai 044-4153164, sähköposti: [jyrki.tuulari@epshp.fi](mailto:jyrki.tuulari@epshp.fi)

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