

DIGITAALISET MIELENTERVEYS- JA PÄIHDEPALVELUTASOT ENNALTAEHKÄISYSTÄ ERIKOISSAIRAANHOITOON

Mielen hyvin voinnin haasteet kuormittavat väestöämme ikäryhmää katsomatta. Lasten huostaanotot kasvavat ja taustasyynä on yleisimmin vanhempien päihteiden käyttäminen. Jonot erikoissairaanhoidon kasvat ja pula erityisammattilaisista alkaa näkyä siinä, että avoinna oleviin paikkoihin ei ole hakijoita.

Yhteiskunnallisesti meidän pitää pystyä parempaan, ja muokata palvelutuotantoamme niin, että tuemme ihmisten hyvinvointi ja terveyttä ennakoiden ja ennaltaehkäisevästi. Lähtökohtaisesti meidän ammattilaisten pitäisi enemmän ja useissa erilaisissa tilanteissa osata kysyä asiakkaalta:

”Hei, mitä sinulle kuuluu?” Ja kuunnella se vastaus.

Mielenterveys- ja päihdeasiakkaiden digitaalista tieto- ja hoitopolkujen arkkitehtuuria kuvaa kolme erilaista tasoa, joista jokaisella tasolla on kolme kohtaa. Näin palvelutuotannossa on yhteensä yhdeksän erilaista digitaalista tasoa, miten lähestyä mielenterveys- ja päihdeasioita ja asiakkuuksia. Tasot rakentuvat kevyimmästä raskaimpaan. Tärkein kehittämisen kohta on vasteaika. Mitä nopeammin pieneenkin signaaliin pystytään reagoimaan ja aloittamaan tuki, sitä suurempi on mahdollisuus, että tilanne ei pääse etenemään ja pahentumaan.

TASO 1.

eEnnaltaehkäisy:

Mielenterveys- ja päihdeasioiden ennaltaehkäisy on yksi tärkeimmistä tavoitteista. Meidän pitää tuoda turvallista, tutkittua tietoa ihmisille, kouluttaa ja luennoida. Ammattilaisina teemme paljon erilaisia kyselyjä. Näiden kyselyiden tuottamiin vastauksiin, meidän pitää oppia reagoimaan nopeasti. Esimerkkinä kouluterveyskysely, joissa huolestuttavasti on nähtävissä kehitys, jonka mukaan alakoululaiset käyttävät enenemissä määrin nuuskaa ja juovat energiajuomia.

eltse- ja Omahoito:

ltse- ja omahoitopoluista esimerkkinä OmaOlosta löytyvät hyvinvointivalmennukset.

- Alkoholinkäytön vähentäminen
- Tupakoinnin lopettamisen valmennusohjelma
- Arjen harmistuksen vähentäminen
- Lapsiperheiden valmennusohjelma
- Positiivinen vuorovaikutus parisuhteessa –valmennusohjelma
- Ristiriitojen ratkaisu parisuhteessa –valmennusohjelma
- Terveyttä edistävä ravinto –valmennus
- Univalmennus

eAmmattilaiset:

Tarvitaan kaikkien sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten osaamisen vahvistamista niin, että opimme tunnistamaan mielenterveys- ja päihdeongelmien mahdollisia herätteitä, kaikissa palveluissa. Esimerkiksi suun terveydenhuollossa päihdeidenkäyttäminen näkyy suun hyvinvoinnissa, vastaanotoilla asiakkaiden tapaturmat, sairauspoissaolot jne. Ammattilaisten tulisi oppia tunnistamaan näitä herätteitä ja heillä tulee olla rohkeutta ottaa asia puheeksi. Rohkeus puheeksi ottamiseen on osa ammatillisuutta. Kentien jossain vaiheessa saadaan digitaalisia signaaleja luotua esimerkiksi tekoälyn avulla niin, että tulee sähköinen heräte.

TASO 2.

ePsykiatriset ammattilaiset:

Mielenterveys- ja päihdeammattilaisten tuki pitäisi saada nopealla vasteajalla. Nopeaan vasteaikaan päästään, kun ammattilaisten ajanvarauskirjoille luodaan viikoittaisia akuuttiaikoja, joita voidaan nopeasti antaa asiakkaiden käyttöön. Näiden ammattilaisten tavoitettavuus voidaan nostaa esimerkiksi Chat -kautta, mikä toimii hyvin mm. nuorten kanssa tapahtuvassa asiointissa. Etänä tapahtuvat käynnit ja vastaanotot. Jos asiakas on jollain digihoitopolulla, ovat nämä ammattilaiset heidän tukena ja kysyvät kuulumisia ja tukevat edistymistä. Etäryhmät voivat tarjota myös vertaistukiryhmäistä tukea mielenterveys- ja päihdeasiakkaille. Näiden kautta voidaan pitää monia ohjaus- ja tukitapaamisia.

eDigihoitopolut:

Digihoitopolkuja on aika vähän saatavilla. Mielenterveystalosta löytyy nettiterapioita yleisimpiin mielenterveys- ja päihdehaasteisiin. Näitä ovat masennus, yleistynyt ahdistuneisuus, unettomuus, sosiaalisten tilanteiden pelko, pakko-oireet, paniikki, lasten- ja nuorten sosiaalinen ahdistuneisuus, kaksisuuntainen mielialahäiriö, bulimia, pitkäaikaisten ja haittaavien kehollisten oireiden kuntoutusohjelma ja alkoholin liikakäyttö. Nettiterapiassa hoitoon pääsyn vasteaika on jopa 3 vuorokautta. Alkoholin käytön lopettamista tukemaan löytyy A-klinikalta verkkoterapia. Suurimmassa osassa lasten huostaanottoja taustalla on vanhemman tai vanhempien päihdeongelmat.

eVerkosto

Tarvitaan vahvistusta yhteisistä toimintamalleista. Ja tarvitaan valmiiksi etukäteen synkronoituja ajanvarauskirjoja eri ammattilaisten kesken, niin että asiakkaalle saadaan nopeasti järjestymään verkostotapaaminen lyhyellä vasteajalla esim. Lapset puheeksi verkostotapaaminen.

TASO 3.

eKonsultaatio

Sovitussa raamissa esim. erikoissairaanhoidon erityisammattilaiselle. Vaihtoehtona ns. matalankynnyksen konsultaatio, jossa lähetettä ei käytetä. Konsultaatio voidaan tehdä asiakkaan kanssa tai anonyymisti ilman asiakasta. Tähän konsultaation käyttämiseen liittyy myös uudenlainen toimintamalli, jossa kuntien psykiatrian osaamista voidaan vahvistaa koulutuksen keinoin. Pirkanmaalla on noussut esiin, että erityisesti päihdepsykiatrista ja syömishäiriöihin liittyvää osaamista

pitää vahvistaa kunnissa. Verkostokouluttamisen aikana psykiatri voi vahvistaa kunnissa työskentelevien ammattilaisten osaamista.

eKäynti

Erikoissairaanhoidonkäynti voidaan toteuttaa niin, että asiakas tulee käynnille oman kunnan sotekeskukseen tai hän on vastaanotolla kotonaan. Käynti voidaan toteuttaa myös verkostokäyntinä, niin, että sotekeskukselta ollaan asiakkaan käynnillä mukana.

eHoitoneuvottelu

Asiakas, joka on erikoissairaanhoidon palveluiden parissa esim. poliklinikalla tai osastolla, tällöin hoitoneuvottelut, hoidonsiirto neuvottelut ym. voidaan järjestää etänä.

Loppusanat: Palveluiden digitalisaatio ei sovi kaikille. Ihmisten kanssa tarvitaan ehdottomasti myös kivijalkakäyntejä ja fyysisiä tapaamisia. Tärkeää on, että ammattilaiset tunnistavat kenelle digitaalinen vaihtoehto voisi sopia. Digitalisaatio on erinomainen palveluiden tuottamismuoto siinä mielessä, että vasteaikaa palveluiden saatavuuteen ja saavutettavuuteen voidaan sen avulla pienentää. Nopealla vasteajalla voimme vaikuttaa siihen, että asiakas saa palvelunsa oikea-aikaisesti.