



Mielenterveyspotilaan arviointi ja tukea antava hoito

—

Mielenterveyden työkalupakki Sote-ammattilaisten tukena



PIRKANMAA

Sote-uudistus

Mielenterveyden työkalupakki

- Kehitetty Tampereen vastaanottotoiminnan henkilöstön tarpeisiin keväällä 2019.
- Pilotoitu Tammelakeskuksessa psykiatrinen sairaanhoitaja-terveydenhoitaja – kouluttajaparilla
- Sovittu syksyllä 2020 ESH:n ja kuntien yhteistyötapaamisessa laajennettavaksi koko Pirkanmaan hyvinvointialueen käyttöön.



Mielenterveyden työkalupakki sote ammattilaisen tukena 1/2

- Suunnattu perusterveydenhuollon vastaanottotyötä tekeville terveydenhuollon ammattilaisille.
 - Tarkoituksena varhainen tunnistaminen ja nopea hoidon aloitus perustasolla.
 - Tavoitteena, että ammattilaisella on valmius hoitaa potilas itse, ilman erityistyöntekijälle siirtämistä.
 - Menetelmäohjaus perustason mielenterveys- ja päihdeammattilaisen toimesta sekä sujuvat konsultaatiokäytänteet tukevat työvälineen käyttöönottoa, juurtumista sekä osaamisen kehittymistä.
- Tarjoaa yleisesti välineitä potilaan kohtaamiseen, haastatteluun, tilanteen kartoitukseen ja motivointiin.
- Antaa valmiudet työikäisten lyhyen (1-4krt), tukea antavan hoitojakson toteuttamiselle lyhytterapeuttisella työotteella.
- Tukea antava hoitojakso sopii erityisesti lievien- ja keskivaikeista masennus- ja ahdistusoireista kärsiville potilaille.



Mielenterveyden työkalupakki sote ammattilaisen tukena 2/2

1. Hoidollinen kohtaaminen ja arvioni

- Tavotteiden kartoitus, koulutustarpeet
- Potilaan tilanteen kartoitus ja psyykkiseen tilaan arviointi
- Hyvä kohtaaminen; yhteistyösuhteen luominen, potilaan yksilölliset tarpeet/tavoitteet

2. Lyhytterapeuttinen työote, interventio, motivoinnin välineet

- Alustus aiheeseen
- Tasavertaisuus hoitosuhteessa
- Osallisuuden ja toimijuuden vahvistaminen
- Psykodedukaatio, validointi ja motivaatiotyöskentely
- Loppukeskustelu, työkalupakin käyttöönotto

3. Käyttöönoton työnohjaus, mikä toimii, mikä on haastavaa

- Työnohjaus, tapausesimerkit
- Keinoja työn hallintaan ja rajaamiseen. Välineitä työssä jaksamiseen

4. Seurantakäynti

- Käyttökokemusten jakaminen

- Koulutuksen toteutus kasvotusten 4 kertaa, 3t 15min noin 2-3 viikon välein.
- Koulutuskertojen luonne vuorovaikutteinen ja keskusteleva. Tavoitteena vahvistaa kohtaamisaosaamisen kokemusta, rohkaista vuorovaikutukseen ja hälventää mielenterveys- ja päihdepotilaisiin liittyviä ennakkoluuloja.

Materiaali ladattavissa:

[Mielenterveyspotilaan arviointi ja tukea antava hoito terveysaseman vastaanotolla. Mielenterveyden työkalupakki. \(innokyla.fi\)](https://innokyla.fi)

Mielenterveyden työkalupakki – työskentelymalli pähkinänkuoressa

1. Kartoituskäynti (1krt)

- Esitiedot
- Nykytila
- Hoitotoimet
- Kysely- ja arviointitulokset
- Suunnitelma- miten edetään
- Kirjaus potilastietojärjestelmään

2. Lyhyt tukea antava hoito, lyhytterapeuttinen työtapa – aloituskäynti (1-2krt)

- Yhteenveto kartoituksesta
- Yhteisen ymmärryksen löytäminen
- Potilaan motivaatio keskustelukäynteihin
- Oireet, vaikutus toimintakykyyn
- Vahvuudet ja voimavarat
- Ajankäytön täsmennys, tavoitteiden laadinta
- Kirjaus potilastietojärjestelmään

3. Työskentelyvaihe (1-4krt)

- Seurataan yhdessä potilaan vointia ja toimintakykyä
- Etsitään yhdessä ratkaisuja haastaviin tilanteisiin
- Tunteiden, mielialojen hallinnan keinot
- Tuetaan voimavarojen käyttöönnotossa
- Työkaluina mm. rentoutumisharjoitukset, ongelmanratkaisuharjoitukset, priorisointiharjoitukset
- Käyntien rakenne kuvattu työkalupakin materiaalissa
- Kirjaus potilastietojärjestelmään

4. Päätöskäynti (1krt)

- Arvioidaan vointia ja siinä tapahtuneita muutoksia
- Tarvittaessa toistetaan oireiden kyselyt- arvioinnit.
- Suunnitellaan tulevaa, miten toimia jos oireet palaavat, lääkehoidon seuranta, mahdollinen seurantatapaaminen.
- Käydään läpi alussa tehty hoitosuunnitelma ja arvioidaan saavutettua hyötyä yhdessä potilaan kanssa
- Kirjaus potilastietojärjestelmään

Mielenterveyden työkalupakki muistilistat

Muistilista kartoituskäyntiin

- Työtilanne, ammatti
- Perhetilanne, huomio lapset
- Taloustilanne, mahdollinen sosiaalipalveluiden tarve
- Sairaudet
- Lääkitykset
- Aiemmat hoidot: ajankohta, kesto, hoidon teho
- Nykyvointi, toimintakyky
- Nykyiset oireet, kesto ja mahdollinen laukaiseva tapahtuma
- Oireseulontalomakkeet tarvittaessa

Muistilista aloituskäyntiin

- Yhteenveto edellisestä käynnistä
- Yhteinen käsitys potilaan tilanteesta ja voinnista
- Tämänhetkiset ”kärkioireet” tai ongelmat
- Tarve lääkärin seurantaan
- Vahvuudet ja voimavarat, harrastukset, mielenkiinnon kohteet, ihmissuhteet
- Tarvittaessa elämäntarinaa, eri ikäkausia ja niihin sisältyviä merkittäviä elämäntapahtumia
- Kiinnitä tavoite nykyhetkeen, vointiin, oireisiin, elämäntilanteeseen
- ”Mikä sinulle olisi nyt tärkeintä?” /
- ”Mikä on tällä hetkellä keskeisin ongelma?” /
- ”Mistä asioista olisi hyödyllisintä keskustella käynneillä?” /
- ”Mihin toivoisit muutosta?”

Muistilista työskentelyvaiheen käynneille

- Yhteenveto edellisestä tapaamisesta
- Voimavarat, onnistumiset

Avoimia kysymyksiä työskentelyvaiheen tueksi

Kysymyksiä ongelman hahmottamiseen:

- Kerro tilanteestasi omin sanoin
- Mikä mielestäsi aiheutti/johti tilanteeseen
- Kuvaile tämänhetkistä tilannettasi
- Kuinka toivoisit asioiden olevan
- Mitä olet ajatellut tehdä
- Mitä muita vaihtoehtoja olisi
- Mitä vaikeuksia tilanne aiheuttaa
- Mitä olet aiemmin kokeillut
- Miten arvelet tilanteen kehittyvän

(Lähde: Arkeen voimaa -toimintamallin materiaali)

Kysymyksiä päätöksen teon helpottamiseksi:

- Mitkä ovat mielestäsi vaihtoehdot
- Mitkä eri vaihtoehtojen hyvät ja huonot puolet
- Mitkä ovat seuraukset
- Mikä olisi ihanne ratkaisusi
- Minkä vaihtoehdon valitset
- Mitkä ovat tämän vaihtoehdon seuraukset

(Lähde: Arkeen voimaa -toimintamallin materiaali)

Kiitos!

*Miksi hymyllä on niin valtava voima?
Siksikö, että se osuu sinne,
missä on ihmisyyden syvin
tarve: Yhteydessä toiseen ihmiseen.
(Tommy Hellsten)*



Senja Vänskä
Suunnittelija
Mielenterveys- ja päihdepalvelut, PirSOTE
senja.vanska@pshp.fi

Materiaali ladattavissa:

[Mielenterveyspotilaan arviointi ja tukea antava hoito terveysaseman vastaanotolla.](#)
[Mielenterveyden työkalupakki. \(innokyla.fi\)](#)

Lisätietoja:

Senja Vänskä

Suunnittelija

Mielenterveys- ja päihdepalvelut, PirSOTE

senja.vanska@pshp.fi



PIRKANMAA

Sote-uudistus

