

VAIHDEVUOSIOIREISEN POTILAAN HOITOPOLKU NOKIALLA
Maija Repo, terveyskeskuslääkäri Satu Järvinen, sairaanhoitaja
Johdanto
Vaihdevuosioireiden tunnistaminen, hoito ja seuranta ovat olleet runsaasti esillä sekä yhteiskunnallisessa että poliittisessa keskustelussa viime vuosina. Tasavertaisesta hoidon saatavuudesta perusterveydenhuollossa ja työterveyshuollossa on tehty myös kansalaisaloite. Tabukulttuuri vaihdevuosioireiden ympärillä on hälventynyt runsaasti ja aiheesta on tarjolla suorempaa puhetta. Vaihdevuodet koskettavat väestöstä noin puolta ja oireista kärsii suuri osa työikäisistä ihmisistä. Oireiden tunnistamattomuus ja hoitamattomuus aiheuttavat kustannuksia mm. sairauspoissaolojen ja heikentyneen työtehon kautta. Nokian hyvinvointikeskuksessa on kirjavia toimintakäytänteitä vaihdevuosioireisen potilaan tunnistamisessa, hoitamisessa ja seuraamisessa. Kehittämistyömme tavoitteena oli suunnitella yhtenäisempiä toimintaohjeita, selkeää hoitopolkua ja oikein kohdennettua hoidon jatkuvuutta.
Aineisto ja menetelmät
Kehittämistyötä varten osallistuimme SOTEKE-valmennukseen. Tämän lisäksi paikalliseen kehittämistyöhön osallistettiin hyvinvointikeskuksen vastaanottopalveluiden sekä ehkäisyneuvolan työntekijöitä. Järjestimme kaksi työpajaa, joista ensimmäisessä tarkennettiin kehittämistyön tavoitteita. Toisessa työpajassa suunniteltiin ratkaisuehdotuksia ensimmäisessä pajassa nousseiden kehittämiskohteiden hoitamiseksi. Muutoksen mittaamista varten teetimme alkuvuodesta 2025 ennen toista pajaa Forms-kyselyn vastaanottopalveluiden ja ehkäisyneuvolan työntekijöille. Kyselyllä kartoitimme ammattilaisten koettua käsitystä nykyisestä hoitopolusta, tuon selkeydestä sekä koetusta osaamisesta vaihdevuosien tunnistamiseen, omahoitoon, lääkehoitoon ja seurantaan liittyen. Kysely toistettiin 4/25.
Tulokset
Toisen työpajan jälkeen korjasimme aikaisempaa hoitopolkua työpajassa nousseiden korjausehdotusten mukaiseksi. Lisäksi varmistimme epäselvien hoitokäytänteiden virallisia suosituksia erikoissairaanhoidon puolelta. Hoitopolku päivitettiin työntekijöiden aktiivisesti käyttämään Hoituki-palveluun, josta polku on helposti tarkistettavissa. Esittelimme hoitopolun sekä lääkäreiden että sairaanhoitajien kokouksissa ja vastaanotimme tuolla myös mahdolliset korjausehdotukset. Ensimmäiseen Forms-kyselyyn saatiin 16 vastausta, 7 sairaanhoitajalta ja 9 lääkäriltä. Kyselyssä oli nähtävissä suurta vaihtelua koetussa osaamisessa sekä oireiden tunnistamisessa, nykyisen hoitopolun selkeydessä ja toimivuudessa sekä hoitomuotojen ja seurannan tuntemisessa. Vapaissa kommentteissa aihe koettiin tärkeäksi ja tärkeäksi koettiin myös se, että selkeä hoitopolku löytyisi Hoituesta.

Toiseen Forms kyselyyn saatiin myös 16 vastausta, niistä 1 lähihoitajan, 12 sairaanhoitajan ja 3 lääkärin. Seurantakyselyssä oli nähtävissä selkeää parannusta nykyisen hoitopolun tuntemisessa, selkeydessä ja toimivuudessa. Lisäksi koettu kyky tunnistaa vaihdevuosisoireita oli parantunut. Sen sijaan vaihdevuosisien hoitokeinojen ja seurannan koetussa osaamisessa ei ollut suurta parannusta. Kehittämistyö oli koettu onnistuneeksi ja hyödylliseksi.
Pohdinta
Hoitopolun selkiyttämisen myötä odotamme, että vaihdevuosisoireisten potilaiden hoito Nokialla tehostuu. Lisäksi toivomme, että muutosten myötä hoito yhdenmukaistuu eikä hoitopolun eteneminen vaihtelee riippuen siitä, mitä kanavaa pitkin tai kenen ammattilaisen kautta yhteydenotto tapahtuu. Kehittämistyön myötä arvioimme myös, että Nokialle luotu hoitopolku sopii kanssamme samanlaiseen työyhteisöön, josta löytyy gynekologista erityisosaamista omaava sairaanhoitaja. Jotta hoitopolkumme ei nojaisi vahvasti yhteen henkilöön, on toimipaikassamme tarkoitus järjestää jatkossa lisäkoulutusta sairaanhoitajille, joilla voisi olla kiinnostusta vastaavaan työnkuvaan. Syksyn 2025 aikana on tarkoitus järjestää toimipaikkakoulutusta aiheesta myös vastaanottopalveluiden lääkäreille. Nyt tehdyssä seurantakyselyssä oli jo nähtävissä selkeää parannusta, vaikka seurantaväli oli lyhyt. Nokialla oli jo luotuna entuudestaan hoitopolku, mutta se oli varsin huonosti työntekijöiden tiedossa. Kehittämistyön aikana aihe sai runsaasti näkyvyyttä, joka paransi hoitopolun käyttöönottoa. Ilmeni myös selkeä tarve käytännön koulutuksen tarpeesta aiheeseen liittyen. Suunnitelmanamme on seurata kehittämistyön etenemistä toistamalla kysely vielä vuodenvaihteen 2025–2026 aikaan. Tavoitteenamme on, että hoitopolku muovautuu vielä jatkossa vuosien myötä entistä toimivammaksi.
Maija Repo, maija.repo@pirha.fi Satu Järvinen, satu.k.jarvinen@pirha.fi