

Vanhusten psykiatrinen hoito - käytännön näkökulmia iäkkäiden mielenterveyspalveluihin

Geriatripäivät 2008

Tuula Saarela  
johtajapsykiatri  
Helsingin terveystieteiden keskus

## Mielenterveys

- hyvä mielenterveys on voimavaroja ja elämänlaatua, ei pelkästään mielenterveyden häiriöiden puuttumista
- hyvän mielenterveyden tunnusmerkkejä ovat hyvä toimintakyky ja elämänhallinta, elinvoimaisuus ja kyky selvitä vastoinkäymisistä

Wahlbeck, 2007

## Toipuminen (recovery)

- mielenterveyspalveluja ohjaava periaate
- voi olla spontaani, luonnollinen prosessi, vaikuttavan hoidon seuraamus, mutta myös mahdollisuus kasvuun jatkuvasta toimintakyvyn heikentymisestä huolimatta
- on toivoa, kumppanuutta, valtaistamista (voimaannuttamista –empowering), tiedon vaalimista, rohkaisua ja tukea
- toivon ja innostuksen viriäminen tärkeää työalueella, johon usein liittyy tappion mielialaa ja näköalojen katoamista

## Potilaan tutkiminen

- "alkuhaastattelu on arvokkain arvioinnin tapa"
- ◀ "hidasta vauhtia nopeuttaaksesi prosessia"
- ◀ riittävä elämänhistoria
- ◀ toimintakyky ja arkielvytyminen
- ◀ psyykkinen status
- ◀ som. status
- ◀ lääkehoito, lääkeriippuvuudet, alkoholinkäyttö
- ◀ skaalojen käyttö: GDS, Cornell, MADRS...

◀ potilaan elämästä ja jaksamisesta saa usein vain kapean kuvan, jota on tarpeen laajentaa erityisesti kriisitilanteita ennakoidessa

◀ vaikea depressiivinen ambivalenssi ei ole "vastustelua" tai "acting outia", vaan aitoa kyvyttömyyttä tehdä päätöksiä tai ratkaisuja

◀ iäkkäiden ihmisten tunnekokemusten syvyyttä ei ole aihetta aliarvioida

◀ oma rooli potilaan elämässä voi olla jotain muuta kuin mitä itse luulee

## Suru, murhe, masennus -mitä on tapahtumassa?

Onko kurjuuden ja surullisuuden epidemia pyyhkäisemässä maailman yli, depression aikapommi tikittämässä?

Vai olemmeko radikaalisti muuttamassa tulkintojamme havainnoistamme, fyysisistä ja emotionaalista kokemuksistamme tai jopa ymmärtämystämme ihmisenä olemisesta?

Dowrick, 2005

### Koettu yksinäisyys ja depressio

- koettu yksinäisyys on läheisesti yhteydessä depression iäkkäillä miehillä ja naisilla
- kuolleisuusriski kohonnut hyvin iäkkäillä, joilla on sekä masennusta ja koettua yksinäisyyttä, "luovuttaminen"
- vrt. "kyky olla yksin"

Bergdahl et al, Int Psychooger 2007 ; Stek et al, Am J Psych 2003

### Autonomia ja avun tarve

- itsellisyys, "minä olen minä"
- muuttuva autonomia
- kun ei halua tulla autetuksi
- auttavan ihmisen sietäminen
- kun ei enää saa aikaiseksi niin kuin ennen, kun menee aina huonommaksi eikä ole toivoa tulla paremmaksi

" niin, hoitajan pitäisi olla kuin äiti, niin juuri, äiti"

### Hoitoon liittyen

- "kasvojen säilyttämisen" tärkeys
- kunnialliset perääntymistiet
- rohkaisu kompensaaion käyttöön
- luova luopuminen, adaptaatio

### Psykologinen lähestymistapa ja hoitomahdollisuudet

- ◀ työn taustalla ymmärrys vanhenemisesta ja vanhuuden sosiaalisista konteksteistä
- ◀ vanhenemiseen liittyvien menetysten spesifi merkitys
- ◀ sovitettava kulloisiinkin olosuhteisiin
- ◀ tavoitteena lisätä potilaan itsenäisyyttä, tapaa katsella asioita uudella lailla, ehkä myös etsiä muutosta

### Psykologisia hoitomuotoja: terapiasovellukset

kognitiivis-behavioraalinen terapia, interpersoonallinen psykoterapia, ratkaisukeskeinen terapia:

- ◀ orientaatio ongelmaan
- ◀ ongelman määrittely
- ◀ tavoitteiden määrittely
- ◀ ratkaisuvaihtoehtojen luominen
- ◀ päätöksenteko
- ◀ ratkaisun toteuttaminen
- ◀ ratkaisun arviointi

"Jos potilaamme ovat hyvin sairaita (vaikeasti epävakaista tai psykoottisia), voimme helposti työntekijöinä joutua potilaasta tulevan voimakkaan paineen valtaan ja jossain määrin joutua eksyksiin hoitotehtävässämme. Meidän tehtävämme on aina päättää, reagoimmeko persoonallisella vai standarditavalla kyseiseen tapahtumaan.

Kaikki lääketiede etenee standardien, toimintaohjeiden tai hoito-ohjelmien mukaan. Niitä voidaan pitää ehdotuksina hyödyllisinä referensseinä, ne auttavat meitä orientoitumaan, mutta eivät koskaan täsmällisesti kerro, miten juuri tässä tilanteessa tulisi toimia."

Correale & Pedriali, Therapeutic Comm, 2007

### Triangeli- yms. yhteistyömallit

- yhteistyöverkko hoidon taustarakenteena erityisesti moniongelmaisia iäkkäitä hoidettaessa tuo tukea ja turvallisuutta masentuneen vanhuksen ja yksittäisen työntekijän kohtaamiseen
- perusterveydenhuollon depressiohoitajat/ heillä psykiatrin taustatuki
- konsultaatiosovellukset

### Nykyisiä palvelujärjestelmän haasteita

- vanhuspsykiatrian erikoisala tarvitaan
- yleinen pelko siitä, että hukutaan potilaisiin, ellei potilasohjausta onnistuta tarkasti rajaamaan
- depressio/ahdistuspotilaiden tutkimus, hoito ja seuranta, preventiivinen toiminta
- dementiapotilaiden vaikeiden käytösoireiden ja aggressiotilanteiden hoito? Välinputoajaryhmä
- iäkkäiden psykoosi- ja skitsofreniapotilaiden hoito ja seuranta
- organisaatorajat ylittävä pragmaattinen yhteistyö

**evidence informed (based) practice**

**&**

**kliininen ammattiosaaminen**

**&**

**potilaan yksilöllisen tilanteen huomioon ottaminen**