

# Masennus ja alkoholiriippuvuus x-kunnassa

**M** = masennus

**A** = alkoholiongelma

## **ALUEHOITAJA**

- [Tapaustunnistus](#)
- [Konsultoi lääkäriä](#)

## **ALUELÄÄKÄRI**

- [Diagnoosi](#)
- [Hoidon aloitus](#)
- [Lausunnot](#)
- [Masennuksen hoitokaavio](#)

## **Päivystys**

## **Erityistyöntekijät**

- ▶ [Depressiohoitaja](#)
- ▶ [Päihdehoitaja](#)
- ▶ [Aluepsykologit](#)
- ▶ [Sosiaalityö](#)

## **Työterveyshuolto**

## **Neuvolat**

## **Koulut, oppilaitokset**

## **POTILAS**

### **Omahoito**

### **Potilasohjeet**

### **Hoitosuunnitelma**

### **Hoitoprosessit**

Lapset ja  
nuoret  
<18v

Päihtynyt  
Sekava

Vanhukset  
> 65v

## **MINI-INTERVENTIO**

## **MIELEN POLUT**

## **KOLMAS SEKTORI**



TERVEYSKIRJASTO



## **Tutkimukset, työkalut**

- ▶ [Alkututkimukset](#)
- ▶ [Työkaluja](#) & [Linkejä](#)

▶ [Ajanvaraus](#)

▶ [Ajokortti](#)

## **Sovatek**

- [Pointti](#)
- [Konsultaationumerot](#)
- [Huumevieroitus](#)

## **Erikoissairaanhoito**

- [Päivystys](#)
- [Psykiatrinen päivystystiimi](#)
  - [Pspä ammatilaiskäyttöön](#)
- [Kolikko](#) (nuorten liikkuva työryhmä)
  - [Kolikko ammatilaiskäyttöön](#)
- [Psyva](#) (vanhuspsyk. liikkuva konsultaatioryhmä)
  - [Psyva ammatilaiskäyttöön](#)
- [Tehko](#) (ak. tehostettu kotihoito)
  - [Tehko ammatilaiskäyttöön](#)
- [Kangasvuoren sairaala](#)

## **Alkoholivieroitus**

## **Psykiatrinen avohoito**

## **Käypä Hoito**

**M**

**A**

## **D** Tietokannat

- [Masennus](#)
- [Alkoholiriippuvuus](#)
- [Terveysportti](#)
- [Verkkokurssit](#)

**Hoitoketjut** **M** **A**

**Hoitopolut** **M** **A**

[Testipatteristo](#)

## **Akuutit tilanteet**

Itsetuhoisuus

Delirium

Psykoosi

Sekavuus



# Masennus



Masennus on keskeinen kansanterveysongelma ja painopistealuetta sekä perusterveydenhuollon että psykiatrisen erikoissairaanhoidon työssä

## Jos epäilet sitä, kysy:

- 1) Oletko viimeisen kahden viikon aikana menettänyt kiinnostuksesi tehdä asioita tai kykysi kokea niiden tuomaa mielihyvää?
- 2) Oletko viimeisen kahden viikon aikana ollut alamaissa, masentunut tai tuntenut elämäsi toivottomaksi?

**Jos vastaus on toiseen tai molempiin kyllä, kysy vielä**

Koetko haluavasi tämän johdosta apua?

**Jos vastaus kyllä – tee [masennusseula](#) (BDI-21)! Pisteiden [tulkinta](#).**

## [Depression käypä hoito](#)

- [Depression diagnostiset kriteerit](#)
- [BDI-kysely](#) masennuskysely
- [AUDIT](#) alkoholin käytön kysely
- [Masennus altistaa sydäntaudeille](#)
- **Huom! onko perheessä lapsia – jos on: [katso!](#)**



- [Aluelääkäri](#)
- [Aluehoitaja](#)
- [Depressiohoitaja](#)
- [Aikuispsykiatria](#)
- [Aluepsykologi](#)
- [Sovatek](#)

**Päivystyksellisen  
hoidon tarve**





# Alkoholiongelma

- terveydenhuollon hoitopaikoissa on tärkeää muistaa alkoholiongelman yleisyys ja etsiä sitä aktiivisesti eri potilasryhmistä; ongelman varhainen havaitseminen on tehokkaan hoidon edellytys
- alkoholin kulutukseen on mahdollista vaikuttaa jo lyhyelläkin puuttumisella ([AUDIT](#) + [mini-interventio](#))

- [Aluelääkäri](#)
- [Aluehoitaja](#)
- [Depressiohoitaja](#)
- [Aikuispsykiatria](#)
- [Aluepsykologi](#)
- [Sovatek](#)

- [BDI-21](#) masennuskysely
- [AUDIT](#)
- [AUDIT-C](#) yli 65 v.  
(riittävä ja jos testitulos poikkeava [haastattele](#) juomakäyttäytyminen tarkemmin  
– kts. [ikäntyneen rajat](#))

[Päihteidenkäyttäjän hoitoonohjaus](#)

[Päihdehuollon erityishoidon periaatteet](#)

[Päihdehuollon laitostuntoutuksen periaatteet](#)

- [Päihtyneenä vastaanotolla](#)
- [Alkoholivieroitus](#)
- [Delirium](#)
- [Aggressiivinen potilas](#)
- [Alkoholiriippuvuuden diagnostiset kriteerit](#)
- **Huom! onko perheessä lapsia – jos on: [katso!](#)**



**Päivystyksellisen hoidon tarve**




# Aluehoitaja



- [Tunnistaminen](#), puheeksi otto ja ongelman kartoitus
- **Kysy [mielialasta](#)**
- **Kartoita [päihteiden käyttö](#) ([haastattelu](#) ja [havainnointi](#))**
- **Kysy [elämänhallinnasta](#)**
- **Kysy [läheisväkivallasta](#)**
- **Työterveyden näkökulmasta [huomioitavaa](#)** 
- **Huom! onko perheessä lapsia – jos on: [katso!](#)**
- [konsultoi](#) tarvittaessa lääkäriä
- Seurantakäynneistä sopiminen sairaanhoitajan vastaanotolle, jos potilas on motivoitunut
- Tarvittaessa tilanteen mukaan
  - [Masentunut sh:n vastaanotolla](#)
  - infoa alkoholin vaikutuksista terveyteen
    - asiakkaan jo kokemat haitat
  - vastuullinen seksuaalikäyttäytyminen: info: sukupuolitaudit, ehkäisyn tarve
    - mukaan kondomeja, esitteitä
- Ohjaus
  - [aluelääkärille](#)
  - [depressiohoitajalle](#)
  - [päihdehoitajalle](#) tai
  - [psykiatriseen päivystystiimiin](#)
    - [Psypä ammattilaiskäyttöön](#)

Vinkkejä  
puheeksi  
ottoon

 Päivystyksellisen  
hoidon tarve

- [Mini-interventio](#)
- [Mini-interventio ja masennus](#)

[Päihde- ja mielenterveysongelmien samanaikainen esiintyminen](#)



# Tunnista masennuksen ja alkoholiriippuvuuden riskitekijöitä



MASENNUS	ALKOHOLIRIIPPUVUUS
<ul style="list-style-type: none"><li>• Pitkäaikaissairaudet<ul style="list-style-type: none"><li>• Diabetes</li><li>• Sepelvaltimotauti</li><li>• Syövät</li><li>• Kilpirauhasen liika- tai vajaatoiminta</li><li>• Parkinsonin tauti</li><li>• Sydän- tai aivoinfarktin jälkitila</li></ul></li><li>• Epäselvät somaattiset oireet, kiputilat</li><li>• Terveyspalvelujen runsas käyttö, toistuvat sairauslomat</li><li>• Stressi, univaje, työuupumus</li><li>• Liiallinen alkoholin tai muiden päihteiden käyttö</li><li>• Perhe- ja työongelmat, läheisväkivalta, työttömyys, taloudelliset ongelmat tai usean ongelman kasaantuminen</li><li>• Suru tai menetykset</li><li>• Muut psyyken ongelmat, kuten ahdistuneisuus, syömis- ja persoonallisuushäiriöt</li><li>• Synnytyksen jälkeen</li><li>• Eräät lääkeaineet (kortisoni, e-pillerit, beetasalpaajat, psykoosilääkkeet)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Alkoholin käytön alhainen aloitusikä</li><li>• Varhain alkanut tupakointi</li><li>• Hyvä luontainen alkoholin sietokyky</li><li>• Taipumus ahdistua herkästi</li><li>• Ahdistuneisuushäiriö</li><li>• Masennushäiriö</li><li>• Persoonallisuushäiriö</li><li>• Univaikeudet</li><li>• Toinen tai molemmat vanhemmat alkoholisteja</li><li>• Läheisväkivalta</li><li>• Jos ylipainolle ei löydy muuta selitystä, voi viitata runsaaseen alkoholinkäyttöön</li><li>• Toistuvat tapaturmat</li><li>• Usein toistuvat lyhyet sairauslomat; erityisesti vapaisiin liittyen</li><li>• Usein toistuvat itse ilmoitetut sairauspoissaolot</li><li>• Pitkäaikaistyöttömyys</li></ul>

## Sairaushistoria: mahdolliset aiemmat masennusjaksot ja huumaavien aineiden käyttöhistoria

- Ajankohtainen tilanne, ongelmat
- Aikaisemmat hoitojaksot
- Lääkitys, käytössä olevat huumaavat aineet

[Testipatteristo](#)

[Mini-interventio](#)

[Riskijuomisen luokittelu](#)



**ALUEHOITAJALLE**

**ALUELÄÄKÄRILLE**

# Aluelääkäri



- [Tunnistaminen](#), puheeksi otto, ongelman kartoitus
  - [Depression tunnistaminen ja diagnostiikka](#)
- [Kysy mielialasta](#)
  - tee [masennusseula](#) (BDI-21)! Pisteiden [tulkinta](#).
  - Kliininen tutkimus
    - [Depressio, lääkkeet ja somaattiset sairaudet](#) – kts. myös [VALTIMOTAUDIT](#) hoitokartasta
    - **Huom!** [Synnytyksen jälkeiset psyykkiset häiriöt](#)
  - ohjelmoi [laboratoriotutkimukset](#)
  - [Depression diagnostiset kriteerit](#), [hoidon aloitus](#) ja [hoitokaavio](#)
- [Kartoita päihteiden käyttö \(haastattelu ja havainnointi\)](#)
  - [Päihteiden käytön tunnistaminen](#)
  - Päihdepotilaan taustatietojen kartoitus – *linkki oman kunnan hoitotietolomakkeeseen*
- tarvittaessa tee [AUDIT](#), [AUDIT-C](#) yli 65 v. (riittävä ja jos testitulos poikkeava [haastattele](#) juomakäyttäytymisen tarkemmin – kts. [ikäntyneen rajat](#)), puhalluta alkometrillä
  - ohjelmoi [laboratoriotutkimukset](#)
  - [Alkoholiriippuvuuden diagnostiset kriteerit](#)
  - omaisilta ja naapureilta saatu tieto **Tarkista molemmissa**
- [Kysy läheisväkivallasta](#)
- **Huom! onko perheessä lapsia** – jos on: [katso!](#)
- jos työelämässä, [huomioi](#) ja
  - pyydä potilasta ottamaan yhteys omaan työterveyshoitajaan
  - potilaan suostumuksella lähetä viesti työterveyslääkärille
- erotusdiagnoosiikassa muista muisti – [MMSE-testi](#)



Vinkkejä  
puheeksi  
ottoon

Kysymyksiä  
diagnoosin  
tekemisen  
tueksi

**Päivystyksellisen  
hoidon tarve**

[Päihteidenkäyttäjän  
hoitoonohjaus](#)

- [Mini-interventio](#)
- [Mini-interventio ja masennus](#)





# Hoidon aloitus

## Masennus

- Tutki [somaattinen status](#), ota tarvittavat [laboratoriokokeet](#)
- [Aloituksessa erittäin tärkeää muistaa](#)
- [Hoitokaavio](#)
  - lääkehoidon tarpeen arviointi
- Ohjaa hoidon seurantaan [depressiohoitajalle](#)
  
- **Jos päivystyksellinen hoidon tarve**
  - konsultoi [psykiatrasta tiimiä](#) tarvittaessa
  - arvioi osastohoidon ja [pakkohoidon tarve](#) (Mielenterveyslaki)
  - **kts.**

**Päivystyksellisen  
hoidon tarve**

## Alkoholiongelma

- [Avokatkaisu](#)
- Tutki [somaattinen status](#) – arvioi osastohoidon ja [pakkohoidon tarve](#) (Päihdehuoltolaki)
- **Läkehoidon tarpeen arviointi (vierotus-, mielialalääkitys)**
  - bentsodiatsepiinilääkityksen aloitus harkittava aina tarkkaan, käyttö [vierotushoitona](#)
- **Hoidon suunnittelu:**
  - [päihdehoitaja](#), [nuorten päihdehoito](#)
  - [Sovatek](#)
- [Apteekkisopimus](#) lääkeriippuvuusepäilyissä





# Päivystys

## 1. Tunnistaminen, tilanteen kartoitus

- Kysy mielialasta
- Kartoita päihdeiden käyttö (haastattelu ja havainnointi)
  - tarvittaessa tee AUDIT, AUDIT-C yli 65 v. (riittävä ja jos testitulokset poikkeava haastattele juomakäyttäytymisen tarkemmin – kts. ikäntyneen rajat), puhalluta alkometrillä
  - omaisilta ja naapureilta saatu tieto
- Kysy elämänhallinnasta
- Kysy läheisväkivallasta
- **Huom! onko perheessä lapsia** – jos on: katso!



Vinkkejä  
puheeksi  
ottoon

## 2. Ohjaus hoitopaikkaan

- Terveyskeskus
  - depressiohoitajalle
  - päihdehoitajalle
- Psykiatrinen päivystystiimi
  - Psypä ammattilaiskäyttöön
- Aikuispsykiatria
- Sovatek
- Huom! nuorten erityispalvelut
- Kangasvuoren sairaala – lähettäminen päivystysluonteisesti
  - (huom! perustele, miksi ei pärjää avohoidon keinoin)
  - B1-lähetteellä lähetetään, jos potilas on yhteistyökykyinen eikä vastusta sairaalahoitoa

Päihde- ja mielenterveysongelmien samanaikainen esiintyminen

- Mini-interventio
- Mini-interventio ja masennus

## 3. Huomioitava myös

- onko perheessä lapsia – jos on: katso!
- tarvittaessa lyhytaikainen seuranta
- vieroitushoito
- kriisikeskus Mobile lisätukena tarvittaessa potilaalle tai hänen perheelleen

Päivystyksellisen  
hoidon tarve







# Päihdehoitaja

- *Kirjataan oman kunnan käytäntö / päihdehoitajan työnkuva*
- Yksi esimerkki:
  - Rattijuopumusuusijoiden seurannat ja alkolukkoasiakkaiden neuvontakäynnit
  - Päihdetukikäynnit, omalääkärin interventioon ohjaamat, päihdekartoitukset
  - Huumeseulat mm. koulun, lastensuojelun ja muiden tahojen ohjaamina
  - Lastensuojelun edellyttämät vanhempien interventiiviset käynnit
  - Omaehtoisesti vo:lle päihdeasioissa hakeutuvat
  - [läheisväkivalta](#)





# Depressiohoitaja

- ▶ Depressiopotilaan hoito koostuu n. 1-6 vastaanottokäynnistä
  - ▶ hoitotakuu 2 vuotta: saa ottaa yhteyttä ilman lähetettä
- ▶ Depressiohoitaja ei toteuta mielenterveyspoliikklinioiden tai -sairaaloiden jatkohoitoja
- ▶ Depressiokoulut

## DEPRESSIOHOITAJALLE OHJATTAVIA POTILAITA:

- Aikuiset (ei < 18 v.), akuutit masennuspotilaat – huomioi [päivystyksellisen hoidon tarve!](#)
- Masennuksen hoitoon motivoituneet potilaat
- Masennusepäilypotilaat: diagnoosin varmentaminen ja asianmukaisen hoitopaikan selvittely

kts. [riskitekijät](#)

## DEPRESSIOHOITAJALLE LÄHETTÄMINEN:

- Lääkäri lähettää / ohjaa potilaan – **kunnan mukainen käytäntö!**
- Lähettäjä tekee perusselvittelyn (esim. [BDI](#), [testipatteristo](#)) ja arvioi lääkityksen, sairausloman tarpeen ja lähettää [alkututkimuksiin](#)
- Viesti oman alueen depressiohoitajalle ja kirjaus potilastietojärjestelmään
- Puhelinkontakti mahdollisuus soitto- tai konsultaatioajalla
- Lääkäri on vastuussa potilaan hoidosta

[Depression käypä hoito](#)

## DEPRESSIOHOITAJAT:

- ▶ tähän kirjataan oman kunnan depressiohoitajan nimi ja yhteystiedot
- ▶ jos tehdään avopsyk.verkostokartta – linkki tästä





# Neuvolat

## kaikissa neuvolakontakteissa huomioitava koko perhe

- [Tunnistaminen](#), puheeksi otto ja ongelman kartoitus – Effican perhe-lehden mukaisesti!
- **Kysy [mielialasta](#)**
  - äideille [EPDS](#) n.3kk synnytyksestä
  - isälle alkuseula ja tarvittaessa [BDI-21](#)
- **Kartoita [päihteiden käyttö](#) ([haastattelu](#) ja [havainnointi](#))**
  - tarvittaessa tee [AUDIT](#), puhalluta alkometrillä
  - omaisilta ja naapureilta saatu tieto
  - äitiysneuvolassa molemmille vanhemmille AUDIT AINA raskausaikana ja vauvan ollessa 6 kk
  - huomioi isien alkoholinkäyttö!
- **Kysy [elämänhallinnasta](#)**
- **Kysy [läheisväkivallasta](#)**
  - huomioi, että väkivalta voi kohdistua äitiin, isään tai lapseen!
- **Huom! perheen lapset on huomioitava – [katso!](#)**
- [HAL-toimintamalli](#), [HAL-poliklinikka](#) äitiyspoliklinikalla
- Yhteistyö PPS:n kanssa ([Pointin](#) kautta yhteys)



### Yhteistyötahoja

- **Jkl:ssä sähköinen alusta tulossa – mihin ohjataan, jos EPDS:ssä löydös**
- neuvolalääkäri
- alue-, neuvolapsykologi
- perhetyöntekijä
- perheneuvola
- sosiaalityöntekijä
- *huom! kunnan omat käytännöt*

### Jos epäilet, että [lapsella](#) on masennukseen viittaavia oireita tai lapsi kokee tai näkee väkivaltaa

- keskustelu vanhempien kanssa
- verkostopalaveri – lupa kysyttävä

### [Lapsen masennus](#)

### Akuutissa mielenterveyteen tai väkivaltaan liittyvässä hätätilanteessa

- lähetä lapsi päivystysvastaanotolle
- arvioi lastensuojeluilmoituksen tarve

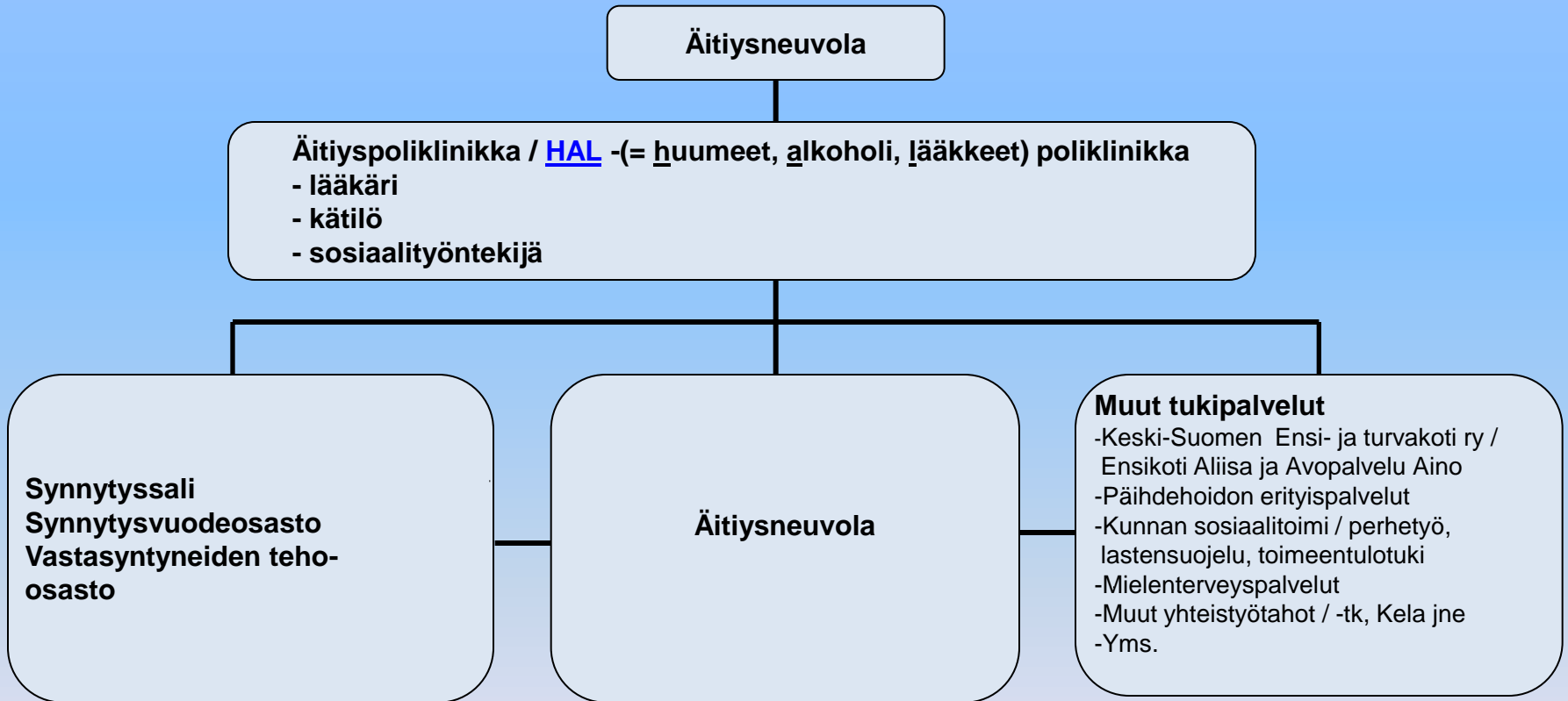
[lastensuojelun käsikirja](#)  
[lastensuojeluilmoitus](#)

[Asetus laajoista terveystarkastuksista](#)





# RASKAANA OLEVA ÄITI + PÄIHTEET -> HOITOKETJU





### Tavoitteena

- raskauden seuranta,
- äidin ohjaus ja neuvonta sekä tukeminen raskauden aikaiseen päihteettömyyteen
- tarvittavan tukiverkoston luominen
- yhteistyö äidin ja tukiverkoston kanssa

KESKI-SUOMEN KESKUSSAIRAALA  
ÄITIYSPOLIKLINIKKA / HAL-POLIKLINIKKA

LÄÄKÄRIN VASTAANOTTO  
- LÄÄKÄRI, KÄTILÖ, SOSIAALITYÖNTEKIJÄ

- kokonaistilanteen kartoitus
- lääkärin tutkimus ja UÄ

### Päihdeanamneesi

- milloin aloittanut
- mitä aineita käyttänyt
- määrä
- raskauden aikainen päihdeiden käyttö
- nykyinen käyttö
- viimeisin käyttökerta jne.

## ÄITI KÄTILÖN JA SOSIAALITYÖNTEKIJÄN YHTEISTAPAAMISESSA - mukana puoliso tai tukihenkilö

### KÄTILÖ

- Keskustelu raskauden kulusta
- Raskauden ohjaus ja neuvonta

- Kätilö ja sosiaalityöntekijä yhteisesti kartoittavat päihdeiden käyttöä

- Tukiverkoston suunnittelu päihteettömyyden tukemiseksi.
- Äidiltä lupa viranomaisyhteistyöhön ja yhteistyöhön tukiverkoston jäsenten kesken

- Kätilö ja sosiaalityöntekijä motivoivat päihteettömyyteen ja tukipalveluiden vastaanottamiseen.

-Huumeseula, laboratoriokeet

-Yhteydenotto neuvolaan

-Seuraava äitipl-aika

-Seuraavilla äitipl-käynneillä kätilö ja sosiaalityöntekijä tapaavat äidin ja puolison / tukihenkilön:

- keskustelu raskauden kulusta, päihteettömyyden seuranta
- kartoitetaan mahdolliset muutokset sosiaalisessa tilanteessa
- päihdetukiverkoston toteutumisen seuranta, yhteydenotot tukiverkoston jäseniin tarvittaessa äidin kanssa sopien
- verkostopalaverihin osallistuminen, raskauden ohjaus ja neuvonta, huumeseula yms

### SOSIAALITYÖNTEKIJÄ

- Sosiaalisen tilanteen kartoitus
- perhe, puoliso, lapset, seurustelusuhteet, läheiset, ystävät
- asuminen, koulutus, työtilanne, toimeentulo
- tukimuodot – sosiaaliturva, -palvelut
- päihdehoidon palvelut
- yhteydet sosiaalitoimeen
- muuta huomioitavaa

- Yhteydenotot tukipalveluihin tai viranomaisiin äidin kanssa sovitusti





# Aluepsykologit

- ***Kuvataan oman kunnan toimintamalli.*** Esimerkki:
- Aluepsykologit suorittavat lievien ja keskivaikeiden psyykkisten ongelmien kartoitusta ja lyhytpainotteista terapiaa
- Aktiivisesti päihteitä käyttävät potilaat eivät sovellu aluepsykologien hoitoon
- Masennuspotilaat ohjataan pääsääntöisesti **depressiohoitajalle** omalääkärin tutkimuksen jälkeen
  - Aluepsykologit hoitavat lapsiperheiden vanhempien masennusta

*Tähän oman kunnan psykologien yhteystiedot*



# Koulu- ja opiskeluterveydenhuolto



- [Tunnistaminen](#), puheeksi otto ja ongelman kartoitus
- [Kysy mielialasta](#)
  - [BDI-13](#) (THL) mielialakysely nuorille
- [Kartoita päihteiden käyttö](#) ([haastattelu](#) ja [havainnointi](#))
  - [nuorten päihdemittari](#)
  - [toimintaohjeita](#)
- [Kysy elämänhallinnasta](#)
- [Kysy läheisväkivallasta](#)
- kts. myös [lapsi ja nuori < 18 v](#)
- [huoli puheeksi](#)



- Yhteistyökumppaneita mielenterveyskysymyksissä**  
koululääkäri, koulukuraattori, koulupsykologi, oppilashuoltoryhmä
- [Lasten- ja nuorten psykiatriset palvelut erikoissairaanhoidossa](#)
  - [Kolikko](#) (nuorten liikkuva työryhmä)
    - [Kolikko ammattilaiskäyttöön](#)
  - [YTHS](#) yliopisto-opiskelijoille
  - opisto-asteen opiskelijoiden psykologipalvelut
- Koululaisten ja opiskelijoiden päihdehoito**
- oman kunnan: nuorten erityispalvelut, aikuisten palvelut
  - *miten on omassa kunnassa?*

**Työkaluja koululaisten hyvinvoinnin tueksi:**

- [Askeleittain](#)
- [Friends](#)
- [KivaKoulu](#)

[Lapsen masennus](#)  
[Nuoren masennus](#)

[Asetus laajoista terveystarkastuksista](#)

Linkki oman kunnan opiskeluterveydenhuollon puhelinluetteloon




# Työterveyshuolto

Vinkkejä puheeksi  
ottoon



- [Tunnista riskipotilas](#)
- [Kysy mielialasta](#)
- [Kartoita päihteiden käyttö](#) ([haastattelu](#) ja [havainnointi](#))
- [Kysy elämänhallinnasta](#)
- [Kysy läheisväkivallasta](#)
- **Huom! onko perheessä lapsia – jos on: [katso!](#)**
- **Arvioi työhön liittyvä kuormitus ja työkyky**
  - TSK, BBI 15, TIKKA
  - [SOFAS](#) – toimintakyvyn arvio ( - Social and Occupational Functioning Scale)
- Hoitoonohjauskäytännöt päihdeongelmassa työpaikan oman päihdeohjelman mukaisesti
- [Masennuksen hoito tiimityönä](#) (psykologit, työterveyshoitajat, työterveyslääkärit, työfysioterapeutit)
- [Terveys ja työkyky](#)
  - [elintavat ja hyvinvointi](#)

 Päivystyksellisen  
hoidon tarve



Varhainen tunnistaminen ja yhteisneuvottelu

Masennuksen  
hoitokaavio

Työterveyshuollon  
tietokannat  
Terveysportissa

- [Mini-interventio](#)
- [Mini-interventio ja masennus](#)

- [Depressio](#) (työterveyden käsikirja)
- [Työuupumus](#) (työterveyden käsikirja)
- [Masentuneen potilaan hoito](#) (sairaanhoitajan käsikirja)

- [Päihdeongelma työterveyshuollossa](#) (työterveyden käsikirja)
- [Alkoholiongelmaisen tunnistaminen ja mini-interventio](#) (työterveyshoitajan käsikirja)

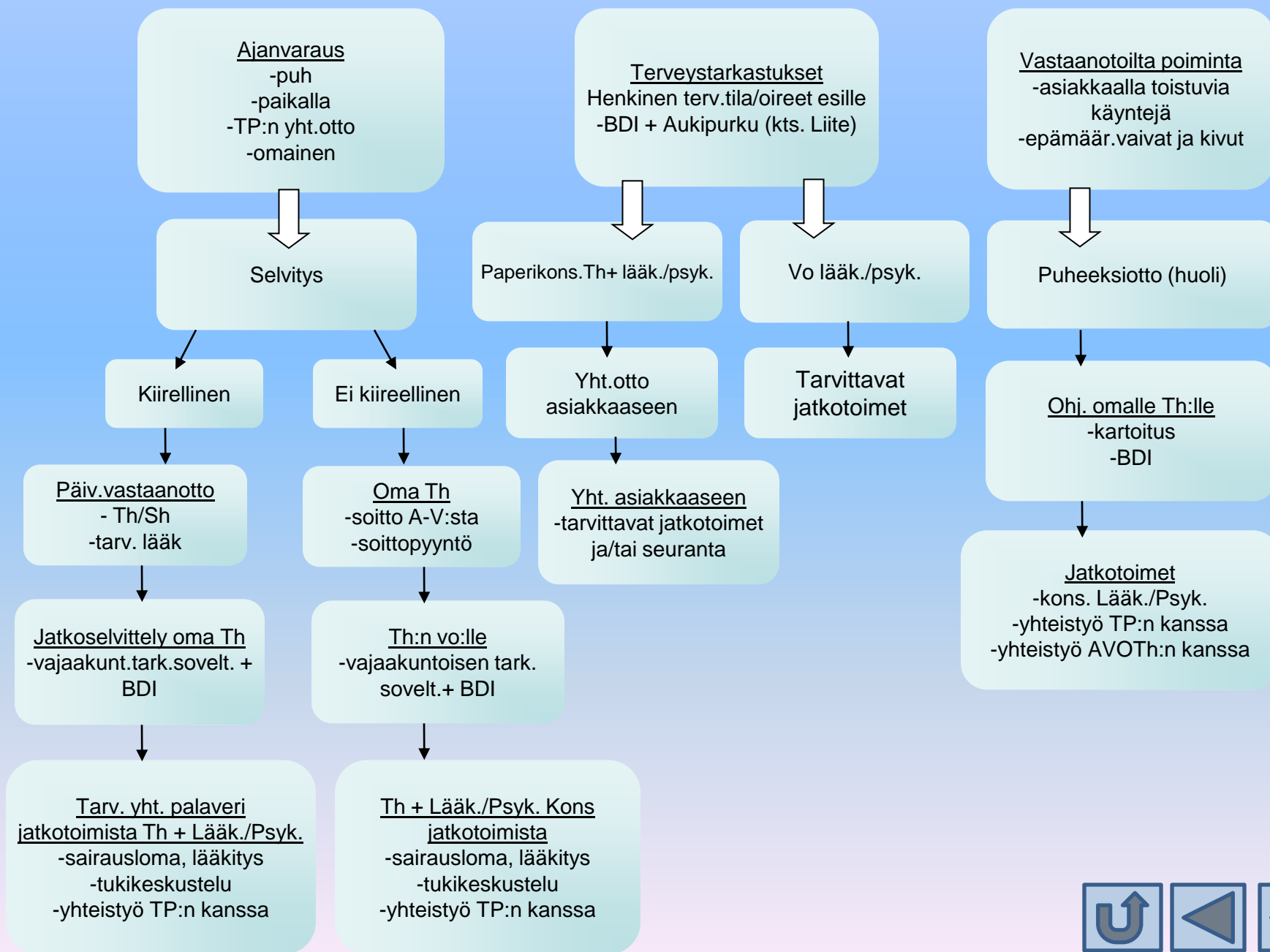
Työkalupakki

Omahoito





# Masennusasiakas työterveyshuollossa/ esimerkkinä Jyväskylän Seudun Työterveys





# Sosiaalityö



- Sonette

- Keski-Suomen sosiaalialan ammattilaisten yhteisöverkko
- vaatii kirjautumisen Medikes:n sivulle, ensimmäisellä kerralla kaksi kertaa
  - [sosiaalipalvelut](#)
  - [päihdepalvelut](#)
  - [kriisitilanteita varten](#)

- Sosiaalipäivystys

- maakunnan [kuntahakemisto](#)
- [sosiaalipäivystyksen ohjeita ja materiaalia](#)  
(esim. virka-apupyynnöt)
- Masennuksen ja alkoholiriippuvuuden kartoitus
  - katso [aluehoitaja](#)
- Lastensuojelun käsikirja
  - [lastensuojeluilmoitus](#)





# Pointti – matalan kynnyksen palveluyksikkö

- **Päihdepäivystys** (puhelin 014-266 0213 ma-to klo 8-15, pe 8-13.30)
  - avoinna arkisin klo 9-12
  - ilman ajanvarausta/lähetettä
  - hoidon tarpeen arviointi
  - hoitoon ohjaus avohoitoon päihdekuntoutusyksikköön, laitospalveluihin A-yhteisöön tai huumevieroitusosastolle
  - terveysneuvontapalvelut suonensisäisiä huumeita käyttäville
  - Pointissa ei toteuteta lääkehoitoa, ei lääkärin palveluja.
    - Poikkeuksena alkoholivieroitusoireiden hoito (avohoitolääkitys max. 3 vuorokaudeksi)

[Pointin nettisivu](#)





# Sovatekin konsultaationumerot

- **Päivystys- ja konsultaatiopuhelin viranomaisille**
  - 014-266 0213 ma - to klo 8 -15, pe 8 -13.30
- **Päihdepsykiatrian erikoislääkärin puhelinkonsultaatiot**
  - lääkäreille *oman kunnan tiedoista*
- **Liikkuva päihdepalvelu**
  - konsultaatio- ja hoidontarpeen arviointikäynnit
  - palvelu tarkoitettu sosiaali- ja terveydenhuollon toimijoille



# Psykiatrinen avohoito



*Tähän kuvataan oman kunnan käytännöt  
aikuispsykiatrian toiminnasta*

- keskivaikeat ja vaikeat masennukset
- toistuvat, kroonistuneet vakavat masennukset
- kaksisuuntaiset mielialahäiriöt
- kaksoisdiagnoosit
- persoonallisuushäiriöt

[Päihde + mielenterveysongelma](#)



# Psykiatrinen avohoito



## Päihdeongelmaisen mielenterveyspotilaan hoito

- yhteistyö päihdehoidon yksikön (esim. Jyväskylän seudun [Sovatek](#)) kanssa tarvittaessa heti hoidon alkuvaiheessa
- huume- / alkoseulat ennen hoidon aloittamista
  - varsinkin ahdistus- ja masennushäiriöiden ollessa kyseessä
  - jos päihteidenkäyttö on jatkuvaa, se on este mielialälääkityksen aloittamiselle
- tarvittaessa hoitajakso päihdehoidon yksikössä ennen psykiatrista hoitoa, tai sen aikana päihdeongelman ollessa hallitseva
- tarvittaessa konsultaatio puolin ja toisin
- pääsääntöisesti uuden masennuspotilaan kohdalla 6 kk hoito ja kahden mielialälääkkeen kokeilu terveyskeskuksessa ennen lähettämistä erikoissairaanhoidon



# Testipatteristo



Mitä mittaa?	Mittari/-t
Ahdistus	<a href="#">BAI</a> , GAD
Alkoholin riskikäyttö	<a href="#">AUDIT</a> , <a href="#">Audit-C</a> (yli 65 v. riittävä pelkästään) <a href="#">Nuorten päihdemittari</a>
Elämäntilanne	<a href="#">SOC- pika</a> , <a href="#">SOC-13</a>
Fyysinen aktiivisuus	Kasarin <a href="#">FIT-testi</a>
Läheisväkivalta	<a href="#">LVV</a> -kartoitus
Masennus	<a href="#">BDI – 21</a> , <a href="#">EPDS</a> , <a href="#">BDI-13</a> , <a href="#">GDS-15</a> , MADRS
Masentuneen työkyky	<a href="#">SOFAS</a>
Mielialahäiriökysely	<a href="#">MDQ</a>
Muisti	<a href="#">MMSE</a>
Nikotiiniriippuvuus	<a href="#">Nikotiiniriippuvuustesti</a> , <a href="#">2 kysymystä</a> (Fagerström)
Psykoosi	PROD
Ravintoon ja ravitsemukseen liittyvät testit	<a href="#">Kuitu</a> <a href="#">MNA-testi</a> (ravitsemustila, aliravitsemus) <a href="#">Rasva</a> <a href="#">Sokeri</a> <a href="#">Suola</a> <a href="#">Syömistottumukset</a>
Riski sairastua 2 tyypin diabetekseen	<a href="#">Diabetesliiton riskitesti</a>
Riski sairastua sydäninfarktiin ja/tai aivohalvaukseen	<a href="#">Finriski-laskuri</a> (korkean riskin raja > 10)



# Vapaa dia





# Kangasvuoren sairaala

[www-sivu](#)



- Kangasvuoren sairaalassa tutkitaan ja hoidetaan pääasiassa vakavista psykiatrisista häiriöistä kärsiviä aikuisia:
  - psykoosi tai sen epäily
  - vakava-asteinen masennus
  - kaksisuuntainen mielialahäiriö
  - akuutti itsemurhavaara
- ➔ jos tehostetutkaan psykiatrisen avohoidon muodot eivät ole riittäviä tai kun tahdosta riippumattoman hoidon edellytyksiä tulee arvioida.
- ennen [lähettämistä](#):
  - tutki potilaan somaattinen tila ja hoida vakavat ongelmat
    - [delirium tremens](#) hoidetaan somaattisessa yksikössä (terveyskeskus tai NOVA)
  - pääsääntöisesti päihtynyttä EI psykiatriseen sairaalahoitoon
  - psykiatrisen tilan arvio tehtävä potilaan ollessa selvin päin paitsi, jos
    - aiempi psykoosisairaus tiedossa
    - potilaalla on harhaluuloja tai -aistimuksia





# Juoppohulluus = delirium tremens


- kehittyä 2–3 vuorokautta pitkään kestäneen ja runsaan alkoholin käytön lopettamisen jälkeen
- oireita:
  - henkilön tajunnan taso, tarkkaavaisuus ja huomiokyky ovat heikentyneet
  - ajan ja paikan taju on hämartynt
  - eri asteiset muistihäiriöt sekä näkö-, kuulo- tai kosketusharha-aistimukset
  - hikoilu, nopeutunut pulssi ja voimakas kiihtymys tai pelokkuus.
- kehittyä lyhyessä ajassa, muutamasta tunnista yhteen vuorokauteen
- juoppohulluus on hengenvaarallinen tila
- pääsääntöisesti tutkimukset keskussairaalan päivystysalueella
  - tärkeää sulkea pois muut kuin päihteen aiheuttamat sekavuudet
- seuranta ja hoito keskussairaalan päivystysosastolla
- hoito erikoissairaanhoidossa syyn mukaisella erikoisalalla
- [Aggressiivinen potilas](#)

- [Päihteiden käyttäjän hoitoonohjaus LTK](#)
- [Alkoholin vieroitusoireiden hoito LTK](#)
- [Alkoholiriippuvuuden lääkehoito LTK](#)
- [Alkoholiongelman hoito Käypä hoito](#)





# Päihtynyt potilas

 Päivystyksellisen hoidon tarve

## Seurannan toteutus

- *kuvaa oman kunnan käytäntö*
- Keskussairaalassa PTH-päivystyksessä
- **esimerkkinä: Kanktien ensisuoja**
- poliisiputkassa silloin kun päihtynyt käyttäytyy aggressiivisesti
  - Yhteys poliisiin: 112





# Alkoholivieroitus

- ***Kuvaa oman kunnan käytäntö. Eräs esimerkki:***
- **Pääsääntöisesti päihdesäätiön A-yhteisö**
  - A-yhteisö on 17-paikkainen alkoholi- ja lääkeaineiden vieroitushoitoyksikkö
  - hoitoajat keskimäärin:
    - Vieroitushoito 3-7 vuorokautta
    - Arviointi- ja tutkimusjakso 5-14 vuorokautta
  - **hoitoon hakeutuminen** tapahtuu **Pointin päihdepäivystyksen** (matalankynnyksen palveluyksikkö) kautta
  - hoitoon mahdollista päästä myös päivystyksellisesti
- terveysasemat voivat toteuttaa vieroitushoitoa avohoitona
  - Tavallisesti **lääkitys** annetaan vuorokauden ajaksi kerrallaan
- poikkeustapauksissa terveyskeskusten osastoilla voidaan vieroitushoitoa toteuttaa huonokuntoisille potilaille
- **Lääkityisperiaatteet**
- **CIWA-Ar –asteikko** vieroitusoireiden arvioimiseksi

**Päivystyksellisen hoidon tarve**

- [Päihteiden käyttäjän hoitonoitus LTK](#)
- [Alkoholin vieroitusoireiden hoito LTK](#)
- [Alkoholiriippuvuuden lääkehoito LTK](#)
- [Alkoholiongelmaisen hoito Käypä hoito](#)





# A-POLIKLINIKKA

## AVOKATKAISULÄÄKEHOITO

### Lääkityisperiaatteet

- [vieroituslääkitystä](#) annetaan todettuihin selviin vieroitusoireisiin
- lääkkeitten ja alkoholin yhteisvaikutuksien vuoksi lääkityksen aloittamisen peruseriaatteena on alkometrillä mitattuna 0 promillea
  - Vakavammissa vieroitusoireissa (kramppivaara!) tästä voidaan tehdä yksilöllisesti harkittu poikkeava hoitosuunnitelma
- mukaan voidaan antaa 1-3 vrk:n lääkkeet määräytyen sen mukaan, kuinka luotettavasti lääkkeitten väärinkäyttö voidaan pois sulkea ja toisaalta sen mukaan, millainen vointikontrollin tarve on
  - tarvittaessa ad 5 vrk





# Käytettävät lääkkeet vieroitusoireiden hallintaan

## Lääkitysperiaatteet

### Lievissä tai keskivaikeissa vieroitusoireissa

- **Risolid** 25 mg x 2-4/vrk ensimmäisenä päivänä, sitten alenevin annoksin, jos vielä tarpeen.
- **Stesolid** ad 15 - 30 mg/vrk ja sitten alenevin annoksin jos tarpeen – purku 5 – 7 vrk!

### Vaikeissa vieroitusoireissa ohjataan osastokatkolle.

- Osastokatkolla [diatsepaamikyllästys](#) 10 – 20 mg Diapam-mikstuuraa 1½ - 2 tunnin välein (ad 200 mg) kunnes potilas nukkuu (yleensä 80 mg riittää)
- Mikäli osastokatkosta kieltäytyy, jos delirium epäily – päivystyksessä pakkohoidon tarpeen arvio
- Riehuvalle / aggressiiviselle voi antaa **Serenase 5 mg im.**  
Annos voidaan toistaa tunnin välein tarvittaessa max 60 mg (jos joutuu toistamaan paria kertaa enemmän, harkittava M1)

### Unihäiriön hoito

- **ketiapiini (Seroquel, Ketipinor)** 25- 50 mg, **hydroksitsiinihydrokloridi (Atarax)** 100- 200 mg kumpaakin alenevin annoksin.
- Lievemmissä tapauksissa unihäiriötä hoitava mielialalääke **amitriptyliini (Triptyl)** 25 – 50 mg ilt. tai **mirtatsapiini** 7,5 – 30 mg ilt.
- Vaikeammissa tapauksissa lisälääkkeeksi **ketiapiini 25 mg (Seroquel, Ketipinor)** ad 200 -300 mg 3-5 pv ajan tai **levomepromatsiini (Nozinan, Levozin)** 25 mg/ yö 3-5 pv.
- Lyhytvaikutteisia nukahtamislääkkeitä pyritään välttämään

### Pahoinvointi / Närästys

- **Primperan (Metopram)** 10 mg 1 x 1-2.
- happosalpaaja 20 – 40 mg / vrk

### B-vitamiinin puutostilaan

- b-vitamiinivalmiste **Trineurin (Neurovitan)** 3 pv

### Korkea verenpaine / nopea syke

- **propranololi (Propral)** 20 – 40 mg x 3 tarv.

### Lisätoimenpiteet

- Mikäli edellä mainitut lääkehoidot tuntuvat riittämättömiltä tai syntyy epäselvyyttä, tulee ottaa yhteyttä lääkäriin.
- Mikäli potilas saa vastaanotolla kouristuskohtauksen, ensiapuna annetaan promilleista riippumatta Stesolid 10 mg per rectum (annoksen voi uusia 10 – 15 min välein). Jos kyseessä on ensimmäinen kouristuskohtaus, neurologin konsultaatio aiheellinen. Jos kramppitaipumus tiedossa ja toistettukaan ensiapulääkitys ei tehoa – ohjataan tarvittaessa neurologian ensiapuun.





# Huumevieroitusosasto

- Huumevieroitusosasto on tarkoitettu vieroitus-oireissa hoitoon hakeutuville huumausaineiden käyttäjille sekä päihteiden sekakäyttäjille.
- Hoidon tavoitteena on akuuttien vieroitusoireiden hoito, sitoutuminen päihdeongelman käsittelyyn sekä motivointi jatkokuntoutukseen.
- Huumeiden käyttäjien laitosvieroitushoidon lisäksi osastolla toteutetaan opioidiriippuvaisten vieroitus,- korvaus- ja ylläpitohoidon tarpeen arviointi- ja aloitusjaksoja.
- Osastolla on 6 vuodepaikkaa ja hoitoaika on 2 – 4 viikkoa.
- Vieroitushoitoon hakeutuminen tapahtuu Matalankynnyksen palveluyksikkö [Pointin päihdepäivystyksen](#) kautta.
- Huumevieroitusosastolle pääsy suunnitelmallista, ei päivystyksellistä palvelua.





## Terveysportti:

- [Masennuksen tietokanta](#)  
– kts. Lasten ja nuorten masennustilat!
- [Alkoholiriippuvuuden tietokanta](#)  
– kts. Nuorten alkoholin käyttö

# Lapsi ja nuori < 18 vuotta

Vinkkejä  
puheeksi  
ottoon

## Lapsi tai nuori perheessä , jossa on masennusta tai päihdeongelmaa

- [Ota puheeksi](#)
- [Läheisväkivalta](#)
- [Vavu – varhaista vuorovaikutusta tukeva haastattelu](#)
- Akuutissa tilanteessa yhteys tarvittaessa [Mobile](#) tai 112
- [Lastensuojelun käsikirja](#)
  - [lastensuojeluilmoitus](#)

## Tarvittaessa yhteys – lupa kysyttävä!

- [Neuvolat](#)
- [Koulu- ja opiskeluterveydenhuolto](#)
- Linkkisivulta [lisää](#)



## Mielenterveys- ja päihdeongelmien hoito, jos lapsella tai nuorella ongelma on

- [Huoli puheeksi](#)
- [Läheisväkivalta](#)
- [BDI-13](#)
- [Nuorten päihdemittari](#)
- [Neuvolat](#)
- [Koulu- ja opiskeluterveydenhoito](#)
- Koulupsykologit
- Koulukuraattorit
- Terveyskeskuksen [sairaanhoitajat](#) ja [lääkärit](#)
- Läheteellä erikoissairaanhoito:
  - [Lasten- ja nuorten psykiatriset palvelut](#)
- [Nuorten päihdehoito](#)
- [Kolikko](#) (nuorten liikkuva työryhmä)
  - [Kolikko ammattilaiskäyttöön](#)
- Nuorten erityispalvelut
- kts. myös [NUSKA](#) (nuorten seksuaalisen kaltoinkohtelun kohtaamisprojekti)



**Perheneuvola**  
**linkitetään oman kunnan sivulle**  
**tukena ja ennalta ehkäisemässä**

- lapsella ongelmia
- vanhemmuuden tuki
- kotona ristiriitoja
- erouhka ym.







# Nuorten päihdehoito

- *tähän kuvaus, miten nuorten päihdehoito toteutetaan omassa kunnassa*
- [Kolikko](#)

Esimerkki:

- Nuorten erityispalvelujen päihde- ja huumetyön työryhmä tekee nuoren elämän tilanteen arviointia, sosiaali- ja hoitotyötä nuorten itsensä, heidän perheidensä ja muiden verkostojen kanssa
  - Tarvittaessa suunnitellaan ja ohjataan nuorten jatkohoitoja.
- Päihde- ja huumetyön asiakkaat ovat alle 21 -vuotiaita nuoria, jotka ovat huolissaan päihteiden / huumeiden käytöstään
  - Yhteyttä voivat ottaa myös vanhemmat, jotka miettivät käyttääkö lapsi / nuori päihteitä
  - Tietoa ja tukea voivat hakea myös työntekijät, joka kohtaavat työssään nuoria päihteiden / huumeiden käyttäjiä
- Yhteydenoton voi tehdä ilman lähetettä joko puhelimitse, sähköpostitse (etunimi.sukunimi@jkl.fi) tai tulemalla suoraan yksikköön

**THL:**

- Päihdetyö
  - Neuvoa-antavat
  - [Työvälineet](#)





# Kolmannen sektorin palvelutarjonta

- ◆ [AA](#)
- ◆ [A-kilta](#)
- ◆ [Päihdehuollon erityislaitokset](#)
- ◆ [Jyväskylän katulähetys](#)
  - ◆ [Ensisuoja](#)
- ◆ [Vaajakosken Suvanto ry, päiväkeskus](#)
- ◆ [Ääneseudun Ilona ry](#)
- ◆ [Mieli Maasta ry, vertaistukea masentuneille](#)
- ◆ [Turvanen](#)
- ◆ [Mielenterveysyhdistys Kello ry](#)
- ◆ [Omaiset Mielenterveystyön Tukena Keski-Suomi ry](#)
- ◆ [Psykiatrinen päiväkeskus jyväskyläläisille mielenterveyskuntoutujille](#)
- ◆ [Suvimäen Klubitalo](#)
- ◆ [Perheasiainneuvottelukeskus](#)
- ◆ [Mobile](#)



- ◆ [Terveystalo](#)
- ◆ [Mehiläinen](#)



  **014-266 7150 / Avoinna 24h**  
Asemakatu 2 (2.krs), 40100 Jyväskylä

Ammattitaitoista apua luottamuksellisesti  
**KRIISIKESKUS MOBILE**

Etusivu | Ajankohtaista | Toimintamuodot | Ryhmät | Palvelukunnat | Sijainti | Taustayhteisö | In English | Anna palautetta





# Ensisuoja

Kankitie 9 40320 Jyväskylä

- Ensisuojasta vastaava sairaanhoitaja Susanna Kujanpää
  - arkisin klo 8-16 p. 040 749 0350 [susanna.kujanpaa@jyvaskylankatulahetys.fi](mailto:susanna.kujanpaa@jyvaskylankatulahetys.fi)
  - Muina aikoina vuorosta vastaava ohjaaja p. 040 779 0490
- Ensisuoja ottaa vastaan ympäri vuorokauden myös päihtyneet asiakkaat.
- Lähettävää tahoaa pyydetään ottamaan yhteys työntekijöihin, ennen asiakkaan ohjaamista ensisuojaan.
- Ensisuojalla ei ole mahdollisuutta noutaa asiakkaita.
- Asiakkaan on oltava omatoiminen; terveyden tila ei saa olla liian heikko.
- Asiakkaan vastaanottamisen yhteydessä suoritetaan tulohaastattelu, jossa tarkastetaan asiakkaan terveydentila sekä arvioidaan hoidon tarve. Näiden pohjalta toteutetaan tarvittaessa hoitoon ohjaus. Mikäli tulohaastattelua ei pystytä asiakkaan päihtymistilan suorittamaan, haastattelu siirretään seuraavaan aamuun.
- Asiakkaan vointia seurataan.
- Mahdollinen lääkehoito toteutetaan ainoastaan asiakkaan omilla lääkkeillä.





# Aggressiivinen potilas

Päivystyksellisen  
hoidon tarve

- [Väkivaltainen autettava](#)
- Päihteiden vaikutuksen takia aggressiivisen potilaan taltuttamiseksi ja hoidon mahdollistamiseksi pyydetään poliisin virka-apua.
  - tee virka-apupyyntö – *linkki oman kunnan sähköiseen lomakkeeseen*
- Jos esitiedoissa on aggressiivista käytöstä, mutta tällä hetkellä potilas on rauhallinen voidaan vastaanoton turvaamiseksi käyttää vartijaa.
  - Vartija on yleensä syytä ottaa vastaanottohuoneeseen sisälle vastaanoton ajaksi.
- Psyykkisesti sairaan aggressiivisesti käyttäytyvän potilaan hoidon aloittamiseksi ja hoitoon saattamiseksi voidaan myös joutua käyttämään poliisin apua. Tuolloin tehdään virka-apupyyntö.





# Työkaluja

## Motivointi

- [Motivoiva haastattelu](#)
- [Muutosvaihemallin](#) hyväksi käyttö
- [Mini-interventio](#)
- [Mini-interventio ja masennus](#)

**HUUGO**  
AUTTAA  
TYÖPAIKOILLA

Vinkkejä  
puheeksi  
ottoon

## Työvälineitä

- ▶ [AUDIT](#) alkoholin käytön mittari
- ▶ [Apukortti](#) auditin tulkintaan ja motivoinnin tueksi
- ▶ [CIWA-Ar –asteikko](#) vieroitusoireiden arvioimiseksi
- ▶ [BDI-21](#) mielialamittari
- ▶ [SOC-13](#) elämänhallinnan mittari
- ▶ [FINRISKI-laskuri](#)
- ▶ [Nikotiiniriippuvuustesti](#)
- ▶ YTHS: [alkoholi aiheiset tiedostot](#)

*Linkit oman kunnan lomakkeisiin*

- ▶ Elintapakysely
- ▶ Päihdepotilaan hoitotietolomake
- ▶ Virka-apupyyntölomake

- [Mitä hyötyä on alkoholin vähentämisestä](#)
- [Alkoholin suurkulutuksen rajat](#)



# Mini-interventio ja masennus



Vinkkejä  
puheeksi  
ottoon

## 1. Kysy mielialasta:

- 1) Oletko viimeisen kahden viikon aikana menettänyt kiinnostuksesi tehdä asioita tai kykysi kokea niiden tuomaa mielihyvää?
- 2) Oletko viimeisen kahden viikon aikana ollut alamaissa, masentunut tai tuntenut elämäsi toivottomaksi?

**Jos vastaus on toiseen tai molempiin kyllä, kysy vielä**

Koetko haluavasi tämän johdosta apua?

**Jos vastaus kyllä – tee masennusseula (BDI-21)! Pisteiden tulkinta**

– Kysy myös päihteiden käytöstä ja tee tarvittaessa

- AUDIT
- AUDIT-C yli 65 v.
  - riittävä ja jos testitulokset poikkeava haastattele juomakäyttäytyminen tarkemmin
  - kts. ikäntyneen rajat

## 2. Jos epäilyä alakulosta tai masennuksesta:

- Anna suullista ja kirjallista tietoa masennustilan oireista ja hoitomahdollisuuksista  
Suunnista hyvinvointisi rasteille,  
jokin masennus-opas
- Ole empaattinen
- Jäsennä potilaan ongelma-alueita ja ohjaa keskeisen ongelma-alueen mukaisesti jatkohoitoon (esim. A-klinikka, sosiaalitoimisto, depressiohoitaja)

## 3. Kirjaa tiedot

## 4. Sovi 1-3 kontrollikäyntiä tai ohjaa aluelääkärin vastaanotolle



# Alkoholien käytön alkuseula

## Kysy:

1. Kuinka paljon yleensä käytätte alkoholia?
2. Kuinka usein yleensä juotte?
3. Kuinka usein olet juonut kerralla kuusi tai useampia annoksia?
  - 0 pist. en koskaan
  - 1 pist. harvemmin kuin kerran kuussa
  - 2 pist. kerran kuussa
  - 3 pist. kerran viikossa
  - 4 pist. päivittäin tai lähes päivittäin

Jos huolesi herää em. perusteella tai  
**3. kysymyksestä  $\geq 3$  pistettä,  
tee tarkempi testi**

- ▶ [AUDIT](#) (10 kysymystä, pisteytys 0-4, maksimi 40 pistettä)
- ▶ [AUDIT C](#) riittävä testaus yli 65 v.

tai tee [mini-interventio!!](#)

# AUDIT-C:n ja AUDITin tulkinta



Pisteet	Tulkinta
<a href="#">Audit-C</a>	
<ul style="list-style-type: none"><li>• miehillä <math>\geq 5</math> pistettä</li><li>• naisilla <math>\geq 4</math> pistettä</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Jos alle 65 v. – tee koko <a href="#">AUDIT</a></li><li>• Jos yli 65 v. <a href="#">haastattele</a> juomakäyttäytyminen tarkemmin – kts. <a href="#">ikäntyneen rajat</a></li><li>• Arvioi riittääkö <a href="#">mini-interventio</a> vai onko syytä ohjata päihdehoitoon!</li></ul>
<a href="#">Audit</a>	
8 - 19	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kyseessä suurkulutus – <a href="#">mini-interventio</a></li></ul>
$\geq 20$	<ul style="list-style-type: none"><li>• Viittaa alkoholiriippuvuuteen – ohjataan päihdehoitoon</li></ul>
<b>Huom!</b> Kysely käytävä läpi henkilön kanssa ja kiinnitettävä huomiota ristiriitoihin!	<ul style="list-style-type: none"><li>• Esim. &lt; 8 pist. vaikka käynyt toistuvasti vahvasti päihtyneenä jne.</li></ul>

[Riskijuomisen luokittelu](#)

- [Alkoholien suurkulutus ja annokset](#)
- [Tiedätkö, paljonko juot? - kortti](#)





# Laboratoriotutkimukset

## Perustutkimukset päihteiden käyttäjälle:

Pvk (kohonnut MCV viittaa alkoholinkäyttöön)  
CDT (niukkahiilihydraattinen transferrini, alkoholispesifinen testi)  
GT (maksan toimintakoe)  
ALAT (maksan toimintakoe)

## Tarvittaessa päihteiden käyttäjälle lisäksi:

U-Huum1-O (virtsasta tehtävä huume testi, buprenorfiini pyydetty erikseen)  
S-HBsAg (B-hepatiitti –testi)  
S-HCVAb (C-hepatiitti –testi)  
S –HIVAgAb (HIV 1- ja HIV 2-infektioiden seulonta ja seurantatutkimus)

## Masennuspotilaalle:

Pvk (kohonnut MCV viittaa alkoholinkäyttöön)  
TSH (kilpirauhasen toimintakoe, kohonnut arvo viittaa vajaatoimintaan)  
ALAT (maksan toimintakoe)  
Gluk (veren sokeri)  
Krea (munuaisen toimintakoe)  
S-Ca (kalsiumin määrä)

[Laboratoriotutkimusten ohjekirja](#)







# Linkkejä

## MASENNUS

- ◆ [www.tukinet.net](http://www.tukinet.net)
- ◆ [www.kriisikeskusmobile.fi](http://www.kriisikeskusmobile.fi)
- ◆ [www.apua.info](http://www.apua.info)
- ◆ [omaiset mielenterveystyön tukena](http://omaiset.mielenterveystyön.tuena.fi)
- ◆ [www.mielix.fi](http://www.mielix.fi)
- ◆ [www.mll.fi](http://www.mll.fi)
- ◆ [www.mll.fi/nuortennetti](http://www.mll.fi/nuortennetti)
- ◆ [www.vaestoliitto.fi](http://www.vaestoliitto.fi)
- ◆ [Elämä haltuun](http://www.elama.haltuun.fi)
- ◆ [MASTO-hanke](#) (materiaalia työn tueksi)

Linkit oman kunnan ohjeisiin

- Masennuspotilaan hoitopolku
  - ▶ [masennustesti](#) (BDI-21)

- [Lapsen depressio LTK](#)
- [Nuoren depressio LTK](#)
- [Vanhuksen depressio LTK](#)
- [Masennuksen lääkehoito LTK](#)
- [Depression käypä hoito](#)

[Työterveyshuoltolaki](#)  
[Työturvallisuuslaki](#)  
[Työterveys 2015](#)  
–työterveyshuollon kehittämisohjelma

[Psykiatriset palvelut](#)  
(Medikes)

## ALKOHOLI

- ◆ [Alkoholi ja terveys](#)
- ◆ [www.paihdelinkki.fi](http://www.paihdelinkki.fi)
- ◆ [www.a-klinikka.fi](http://www.a-klinikka.fi)
- ◆ [www.apua.info](http://www.apua.info)
- ◆ [www.a-klinikka.fi/tiimi](http://www.a-klinikka.fi/tiimi)
- ◆ [www.lasinenlapsuus.fi](http://www.lasinenlapsuus.fi)
- ◆ [AA](#)
- ◆ [A-kilta](#)

[Päihde-  
palvelut](#)  
(Medikes)

Linkit oman kunnan ohjeisiin

- Päihdepotilaan hoitopolku
- Ajokorttiseuranta 3kk
- Päihdeuusijoiden 6 kk:n arviointi
- Vieroituslääkeohje
  - ▶ [AUDIT](#)

- [Päihteiden käyttäjän hoitoonohjaus LTK](#)
- [Alkoholin vieroitusoireiden hoito LTK](#)
- [Alkoholiriippuvuuden lääkehoito LTK](#)
- [Alkoholiongelmaisen hoito Käypä hoito](#)

- THL:**
- Päihdetyö
    - Neuvoa-antavat
    - [Työvälineet](#)

[Työterveyslaitos](#)  
[Työsuojelupiirit](#)  
[Työturvallisuuskeskus](#)  
[Sosiaali- ja terveysministeriö](#) - työsuojelu  
[Euroopan työterveys- ja turvallisuusvirasto](#)



# Periaatteet ja ohjeet aikuisten (yli 18 v.) lähettämisestä päihdehuollon erityispalveluihin

*Tähän kootaan oman kunnan ohjeistus*



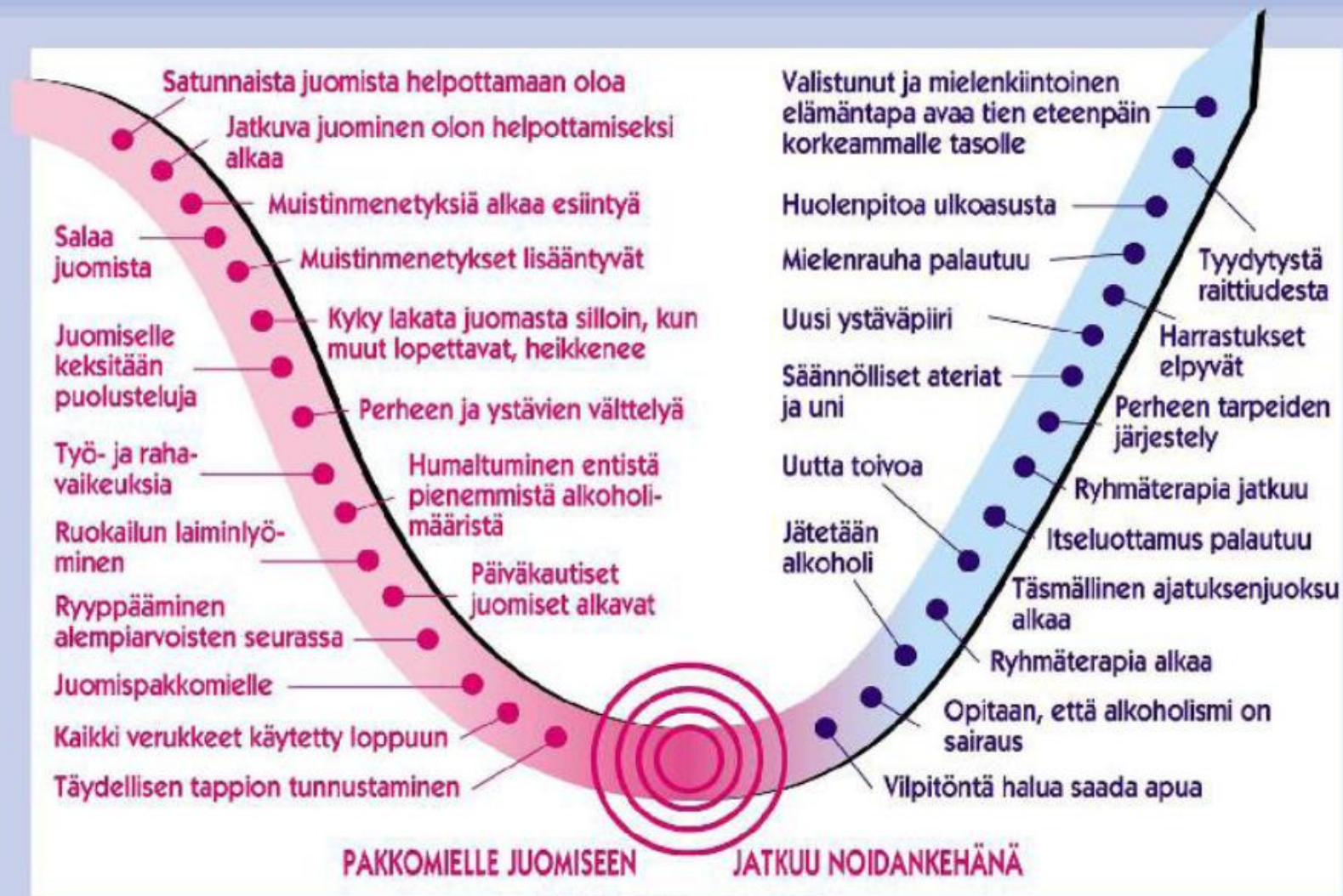
# Päihdeongelmaisten laitospääntoutuksen periaatteita



*Tähän kootaan oman kunnan ohjeistus*



# SAIRASTUMINEN - TOIPUMINEN



MYLLYHOITOYHDISTYS



# Masennuksen alkuseula

# BDI -21 tuloksen tulkinta



## Kysy:

- 1) Oletko viimeisen kahden viikon aikana menettänyt kiinnostuksesi tehdä asioita tai kykysi kokea niiden tuomaa mielihyvää?
- 2) Oletko viimeisen kahden viikon aikana ollut alamaissa, masentunut tai tuntenut elämäsi toivottomaksi?

**Jos vastaus on toiseen tai molempiin  
kyllä, kysy vielä**

Koetko haluavasi tämän johdosta apua?

**Jos vastaus kyllä –**

tee aikuisille

[BDI-21](#)

äideille 1 v synnytyksestä

[EPDS!](#)

nuorille

[BDI-13](#)

vanhuksille

[GDS-15](#)

Pisteet	Tulkinta
0 – 9	<ul style="list-style-type: none"><li>• ei viitteitä masennuksesta</li></ul>
10 – 16	<ul style="list-style-type: none"><li>• voi viitata lievään masennukseen, keskustele tarkemmin vastauksista</li></ul>
17 – 29	<ul style="list-style-type: none"><li>• suositellaan tilanteen tarkempaa selvittelyä lääkärin toimesta ja tarvittaessa <a href="#">hoidon aloitusta</a></li></ul>
30 – 63	<ul style="list-style-type: none"><li>• hoito aloitettava / hoitoa jatkettava</li><li>• varmista hoitoon kuuluvat <a href="#">tärkeät huomioitavat!</a></li></ul>

**ALUEHOITAJALLE**

**ALUELÄÄKÄRILLE**





# ELÄMÄNHALLINTA

## Kysy

1. Koetko, että päivittäisten tehtäviesi hoitaminen on suuren mielihyvän ja tyydytyksen lähde?  
usein = 0 p.                                      joskus = 1 p.                                      ei koskaan = 2 p.
2. Näetkö ratkaisuja ongelmiin ja vaikeuksiin, jotka toisten mielestä ovat toivottomia?  
usein = 0 p.                                      joskus = 1 p.                                      ei koskaan = 2 p.
3. Tunnetko, että asiat, jotka tapahtuvat sinulle jokapäiväisessä elämässäsi ovat vaikeita ymmärtää?  
usein = 2 p.                                      joskus = 1 p.                                      ei koskaan = 0 p.

## Jos vastausten **pistemäärä**

- **0** = olet saavuttanut tunteen hyvästä elämänhallinnasta. Onnea eteenpäin!
- **1 – 2** = elämänhallinnan tunteesi on keskinkertainen, halutessasi voit tutkia sitä tarkemmin lisäkysymyksillä
- **3 – 6** suosittelen, että teet [SOC-13](#)!





# POTILASOHJEITA

## Potilaalle

[Tietoa potilaalle: masennus](#)

[Tietoa potilaalle: masentuneisuus](#)

[Masennuksen käypä hoito](#)

[Stressi ja depressio](#)

[Kaamosmasennus](#)

[Työperäinen stressi](#)

[Liikunta ja mielenterveys-opas](#)

[Tietoa potilaalle: alkoholipäihtymys](#)

[Tietoa potilaalle: alkoholin ja huumeiden väärinkäyttö](#)

[Tietoa potilaalle: alkoholiriippuvuus \(alkoholismi\)](#)

**YTHS:** [alkoholi aiheisia tiedostoja](#)

[Mitä hyötyä on alkoholin vähentämisestä](#)

[Alkoholin suurkulutuksen rajat](#)

[Alkoholiongelman hoito](#)

[Tiedätkö paljon juot? –kortti](#)

## Omaiselle

[Omaiset ja sairastunut](#)

[Läheisten rooli ja jaksaminen](#)

[Kun läheisenä on masentunut vanhus](#)

[Omaisten rooli masentuneen vanhuksen hoidossa](#)

[Perheen ja yhteisöjen rooli nuorten alkoholin käytössä](#)

[Alkoholi ja perhe](#)



# Alkoholin käyttö



- Päihdepotilaan taustatietojen kartoitus – *linkki oman kunnan hoitotietolomakkeeseen*
- **alkoholiongelman toteaminen:**
  - ensin aina [haastattelu](#) ja [havainnointi](#)
  - tarvittaessa tee [AUDIT](#), [AUDIT-C](#) yli 65 v. (riittävä ja jos testitulokset poikkeavat tarkemmin – kts. [ikäntyneen rajat](#))
  - alkometri (jos reilusti humalassa, varataan uusi aika)
  - lähete [laboratoriotutkimuksiin](#)
  - [Juomatapatesti](#)
- kts. [käypä hoito](#)
- [sairastuminen ja toipuminen](#)



[Tiedätkö paljon juot? –kortti](#)

[Alkoholin suurkulutus ja annokset](#)

[ALUEHOITAJALLE](#)

[ALUELÄÄKÄRILLE](#)







# Itsetuhoisuus



## Tunnista itsemurhavaara:

- kysy itsemurha-ajatuksista
- ota huomioon aiempi itsetuhokäyttäytyminen
- huomioi vaaran merkit
  - toivoton mieliala, levottomuus, ahdistuneisuus
  - itsemurhapuheet, -päätös, itsemurhasuunnitelma, jäähyväiskirje
  - itsemurhamenetelmien saatavuus (ampuma-aseet, lääkkeet)
  - samanaikainen päihdeongelma
  - omaisen, muun sukulaisen tai läheisen aiempi itsemurha
  - potilas on masentunut (huom! erityisesti vakava ja psykoottinen masennus)

## Lääkärin arvio ja tarvittava hoitoon ohjaus

- [sairaala](#) – tai tk-vuodeosasto
- [psykologi](#)
- [depressiohoitaja](#)
- [päihdehoitaja](#)

### **Katso myös!!**

[Itsemurhavaarassa oleva potilas LTK](#)

[Itsemurhavaarassa olevan potilaan tunnistaminen SHK](#)

[Itsemurhavaara nuoruusiässä LTK](#)

[Itsetuhokäytös lapsuusiässä LTK](#)

[Itsemurhakriisissä olevan potilaan hoito SHK](#)


[Itsetuhoisen potilaan tukitoimet SHK](#)





# Konsultoi lääkäriä

- diagnoosin varmentaminen
  - [BDI-testin tulkinta](#)
  - [Auditin tulkinta](#)
- kiireellisyyden arvio
- lääkityksen aloitus, tarkistus ja/tai lisäys
- sairausloman tarve

 Päivystyksellisen  
hoidon tarve





# Psykoosi

## Psykoosiin sairastumisen riskin tunnistamisen avuksi

- [Nuoren henkilön psykoosiriskin tunnistuslista](#)  
**Tulkinta lomakkeen lopussa**
- [PROD5-mielenterveyskysely](#)

### Tulkinta

#### C-osan kysymyksistä

- **kolme kyllä** -kohtaa kysymyksistä:  
**5, 7, 8, 10, 14, 15, 16,17, 18, 19, 20 ja 21**
- tällöin syytä lähettää tarkempaan arvioon mielenterveystoimistoon

## Mikäli ilmenee psykoottisia oireita:

- harhaluuloina
  - aistiharhoina
  - puheen huomattavana hajanaisuutena
  - voimakkaasti poikkeavana, eriskummallisena ja tilanteeseen sopimattomana käyttäytymisenä
  - todellisuudentajun sekä aikaan ja paikkaan orientoitumisen katoamisena
  - voimakkaana ahdistuneisuutena
  - pelkotilana
  - sekavuustilana
- [valitse hoitopaikka](#)
  - [TOIMI KUTEN AKUUTEISSA TILANTEISSA MIELENTERVEYSHÄIRIÖISSÄ](#)



# Alkoholiriippuvaisen haastattelu



## Määrä-tiheys -kysymykset

- Kuinka paljon yleensä juotte?
- Kuinka usein yleensä juotte?
- Tarkkuutta voidaan lisätä sillä, että kysytään käyttömäärät juomalajeista erikseen (olut, siideri, viini ja väkevät)

Kun potilas ei pysty vastaamaan määrä-tiheys -kyselyyn, voidaan kysyä:

## Viimeisen 2-4 viikon alkoholin käyttö

- Aloitetaan kysymällä koska viimeksi potilas on juonut ja kuinka paljon, jonka jälkeen takautuvasti käydään läpi jokainen juomakerta.
- Lisäksi voidaan käyttää [juomapäiväkirjaa](#), jossa potilas kirjaa käyttämänsä alkoholin tulevan 2-4 viikon aikana.

Lähde:

[Teoriasta käytäntöön. Mini-intervention jalkauttaminen terveyskeskuksiin ja työterveyshuoltoon](#)





# Havainnointi

## Muutokset ulkoisessa olemuksessa

- väsyneisyys
- hoitamattomuus
- haju
- turvotus
- punoitus

## Muutokset arvomaailmassa, ystäväpiirissä, harrastuksissa

- epäluuloisuus, pinnallisuus, kyynisyys

## Muutokset mielentilassa

- ärtyneisyys
- kielteisyys
- masentuneisuus
- syyllisyys
- häpeily
- välttely

## Muutokset työkäyttäytymisessä

- työtehon vaihtelut ja työn laadun heikkeneminen
- jatkuvat myöhästelyt
- poissaolot
- työvuorojen vaihtamiset
- virheet, vahingot ja tapaturmat



**MUISTA kuitenkin: MasA ei aina näy päälle päin!**

[Työterveyshuollossa](#) opastettava työyhteisöt havainnoimaan





- elä terveellisesti
  - [liiku](#) kohtalaisesti ja säännöllisesti
  - nuku riittävästi
  - vähennä työstressiä ja työkuormitusta  
– [tunnista työuupumus](#)
  - vältä humalajuomista ja alkoholin liikkäyttöä
  - pidä kiinni päivärutiineista (syö säännöllisesti) ja harrastuksista
    - [sopeutuminen epätyypillisiin työaikoihin](#)
- tee asioita, joista nautit ja yritä olla optimisti
- vältä sosiaalista eristäytymistä
- varmista läheisten ja ystävien tuki
- muista, että terve itsekkyys ja omien oikeuksien puolustaminen on hyväksi
- jatka masennuslääkitystä noin puoli vuotta masennustilan korjaantumisen jälkeen (käypä hoitosuositus), ellei lääkäri ole antanut muuta ohjetta
- [vertaistukitoiminta, terveyttä ja kuntoutusta edistävät ryhmät](#)
- katso lisää omahoitovinkejä [valtimotautikartasta](#) – ja huomioi myös suun hoito

Esimerkki  
liikunta-  
kalenterista

Potilasohjeet

Lisäapua  
alkoholiriippuvuuden  
omahoitoon

Lisäapua  
masennuksen  
omahoitoon



# Työhyvinvointi

## Mistä koostuu työhyvinvointi?

- töihin on kiva tulla
- kokee osaavansa ja onnistuvansa töissään
- tuntee kehittyvänsä työssään
- ihmissuhteet työpaikalla ovat kunnossa
- työ- ja yksityiselämä ovat tasapainossa
- tuntee työnsä arvokkaaksi
- tuntee saavansa arvostusta työssään
- ihmiset pysyvät työelämässä entistä kauemmin
- työpaikan sairauspoissaolot pysyvät kurissa
- työpaikan johtaminen on kunnossa

- [Työajat, terveys ja hyvinvointi](#)
- [Työperäinen stressi](#)

## Lisävinkkejä

- [duunitalkoot](#): esimiehen onnenpyörä
- [duunitalkoot](#): minä ja työkaverit
- [duunitalkoot](#): johtaja työhyvinvoinnin mahdollistajana




# SOFAS (toimintakyvyn arvio)

Toimintakykyä arvioitaessa kukin osa-alue arvioidaan ja pisteutetään erikseen. Välipisteitäkin voidaan käyttää. Osa-alueiden pisteistä ei lasketa keskiarvoa vaan tulokset sopeutetaan varsinaiselle sofas-asteikolle. Alhainen pistemäärä yhdellä osa-alueella ei automaattisesti tarkoita heikkoa toimintakykyä.

Piste-  
taulukko



SOFAS pistemäärä	VAPAA-AIKA	TYÖ TAI OPISKELU	PERHE-ELÄMÄ JA IHMISSUHTEET	ITSESTÄ HUOLEHTIMINEN
100	Harrastaa aktiivisesti ja hakee uusia harrastuskohteita.	Selviytyy erinomaisesti työstään tai opiskelustaan.	Perhe-elämä sujuu erinomaisesti. Perheetön tapaa ystäviään ja solmii uusia ystävyyssuhteita aktiivisesti.	Huolehtii itsestään esimerkillisen hyvin.
90	Harrastaa aktiivisesti itselleen mieluisia asioita.	Selviytyy hyvin työstään tai opiskelustaan.	Perhe-elämä sujuu hyvin. Perheetön tapaa aktiivisesti ystäviään.	Huolehtii itsestään erinomaisesti.
80	Harrastaa itselleen mieluisia asioita jaksamisensa mukaan.	Vain vähäistä tai tilapäistä heikentymistä työssä tai opiskelussa.	Vähäisiä vaikeuksia perhe- elämään osallistumisessa, mutta yleensä jaksaa olla kaikessa mukana. Perheetön tapaa usein ystäviään.	Huolehtii itsestään hyvin.
70	Jättää toisinaan harrastuskertoja pois.	Lieviä vaikeuksia työssä tai opiskelussa. Yleensä selviytyy tehtävistään hyvin.	Perhe-elämään osallistuminen on ajoittain rasittavaa. Perheetön tapaa ystäviään mutta ajoittain ei jaksaa osallistua kaikkiin tapaamisiin.	Itsestä huolehtiminen raskasta, mutta suoriutuu siitä.
60	Jättää toistuvasti harrastuskertoja pois.	Työn tai opiskelun edellyttämä toimintakyky heikentynyt kohtalaisesti.	Perhe-elämään osallistuminen on rasittavaa; riitoja ajoittain. Perheetön ei useimmiten jaksata tavata ystäviään.	Itsestä huolehtimisessa harvoin puutteita.
50	Ei jaksaa harrastaa mitään.	Vakavia vaikeuksia selvitä työstä tai opiskelusta	Perhe-elämä on hyvin rasittavaa tai riitoja esiintyy usein. Perheetön välttelee ystäviään.	Itsestä huolehtimisessa ajoittaisia puutteita.
40		Useimmiten työkyvytön.	Vaikeuksia olla perheen kanssa tai riitoja tulee päivittäin. Perheetön välttelee ystäviään.	Itsestä huolehtimisessa toistuvia puutteita.
30			Eristäytyy perheestä tai ystävistään.	Itsestä huolehtimisessa jatkuvasti puutteita. Pysyttelee vuoteessa.
20				Itsestä huolehtiminen ylivoimaista.
10				Ei pysty huolehtimaan henkilökohtaisesta hygieniastaan lainkaan.



# SOFAS (toimintakyvyn arvio)

Sosiaalista ja ammatillista toimintakykyä arvioidaan erikseen. Vain suoraan henkisistä tai fyysisistä terveysongelmista johtuvat rajoitteet otetaan huomioon, ei esimerkiksi mahdollisuuksien puutteista tai ympäristötekijöistä johtuvia seikkoja.

Määrittely-  
taulukko



Pisteet	Merkitys
91 – 100	Erinomainen toimintakyky useilla elämänalueilla
81 – 90	Hyvä toimintakyky kaikilla elämänalueilla; ammatillisesti ja sosiaalisesti tehokas
71 – 80	Vain vähäinen heikentyneisyys sosiaalisessa, ammatillisessa tai opiskelun edellyttämässä toimintakyvyssä (esimerkiksi harvinainen ihmissuhderistiriita tai tilapäinen jälkeen jääminen koulutyössä)
61 – 70	Lieviä vaikeuksia sosiaalisessa, ammatillisessa tai opiskelun edellyttämässä toimintakyvyssä, mutta yleisesti hyvä toimintakyky; joitakin mielekkäitä ihmissuhteita
51 – 60	Kohtalaisia vaikeuksia sosiaalisessa, ammatillisessa tai opiskelun edellyttämässä toimintakyvyssä (esimerkiksi vain vähän ystäviä tai esiintyy ristiriitoja ikä- tai työtovereiden kanssa)
41 – 50	Vakava heikentyneisyys sosiaalisessa, ammatillisessa tai opiskelun edellyttämässä toimintakyvyssä (esimerkiksi ei ystäviä tai ei pysty säilyttämään työpaikkaa)
31 – 40	Merkittävä heikentyneisyys useilla elämänalueilla, kuten työssä, koulussa tai perhesuhteissa (esimerkiksi masentunut mies, joka välttelee ystäviään, laiminlyö perhettään eikä pysty työhön tai lapsi, joka pahoinpitelee usein nuorempiaan, on uhmakas kotona eikä menesty koulussa)
21 – 30	Toimintakyvyttömyys lähes kaikilla elämänalueilla (esimerkiksi pysyttelee vuoteessa koko päivän; ei työpaikkaa, kotia tai ystäviä)
11 – 20	Laiminlyö ajoittain henkilökohtaisen hygienian vähimmäistason; kyvytön toimimaan itsenäisesti
1 – 10	Laiminlyö jatkuvasti henkilökohtaisen hygienian vähimmäistason; kyvytön toimimaan vahingoittamatta itseään tai muita taikka ilman huomattavaa ulkopuolista tukea (esimerkiksi hoitoa tai valvontaa)
0	Riittämättömät tiedot





# Masentuneen toimintakyvyn arviointi B- ja C-lausunnoissa ja kuntoutussuunnitelmissa

- esitietona lyhyt elämänhistoria koulutus- ja työtietoineen, yleinen sairaushistoria ja nyky sairauden kehitys
- kirjataan potilaan subjektiiviset oireet
- kirjataan lääkärin objektiiviset havainnot, [BDI](#) / [DEPS](#) ja [SOFAS](#)-pisteet, kliinisen tutkimuksen tulokset, mahdolliset laboratoriotulokset ja sairauden toimintakyvylle aiheuttama haitta ja jäljellä oleva työkyky lääketieteen menetelmin arvioituna
- Hoito- tai kuntoutussuunnitelman teko ja johtopäätökset tuloksista, sairauden ennuste
- [lausunnon laatiminen](#)





# Masentuneen toimintakyvyn arviointi B- ja C-lausunnoissa ja kuntoutussuunnitelmissa

Toimintakyvyn arviointi	<b>Pyydä potilasta kuvaamaan</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Nukkumista</li><li>• Syömistä</li><li>• Päihteiden käyttöä</li><li>• Kotitöiden tekoa</li><li>• Työskentelyä kodin ulkopuolella</li><li>• Kykyä huolehtia muista ihmisistä tai eläimistä</li><li>• Kykyä pitää yhteyttä muihin ihmisiin</li><li>• Liikkumista kotona ja kodin ulkopuolella</li><li>• Asiointia virastoissa, lääkärissä, laskuista huolehtimista</li><li>• Kiinnostusta harrastuksiin kotona ja kodin ulkopuolella</li><li>• Päiväohjelmaa yleensä</li><li>• Mitä ei ole jaksanut tehdä viimeisen 2 viikon aikana mielialaongelman takia</li></ul>
Vammaistuki	Em. lisäksi määriteltävä myös tapaturmavakuutuksen mukainen haittaluokka, vaikka kyse psyykkisestä sairaudesta
Hoitotuki	Em. lisäksi sairauden aiheuttama avun, ohjauksen ja valvonnan tarve päivittäistoimissa, liitteeksi potilaan oma hakemus
Kuntoutussuunnitelma	Em. lisäksi haitan ohella jäljellä oleva työ- ja toimintakyky, jotta kuntoutustoimet voitaisiin räätälöidä potilaalle sopivaksi

## Ennen eläkkeen hakemista

- lääketieteellisen hoidon ja kuntoutuksen keinot käytettävä
- ammatillisen kuntoutuksen mahdollisuudet kartoitettava ja kokeiltava
  - työjärjestelyjen avulla
  - työkokeilun
  - uudelleen koulutuksen

työterveyden, työnantajan, KELAn tai työeläkelaitosten kanssa yhteistyössä



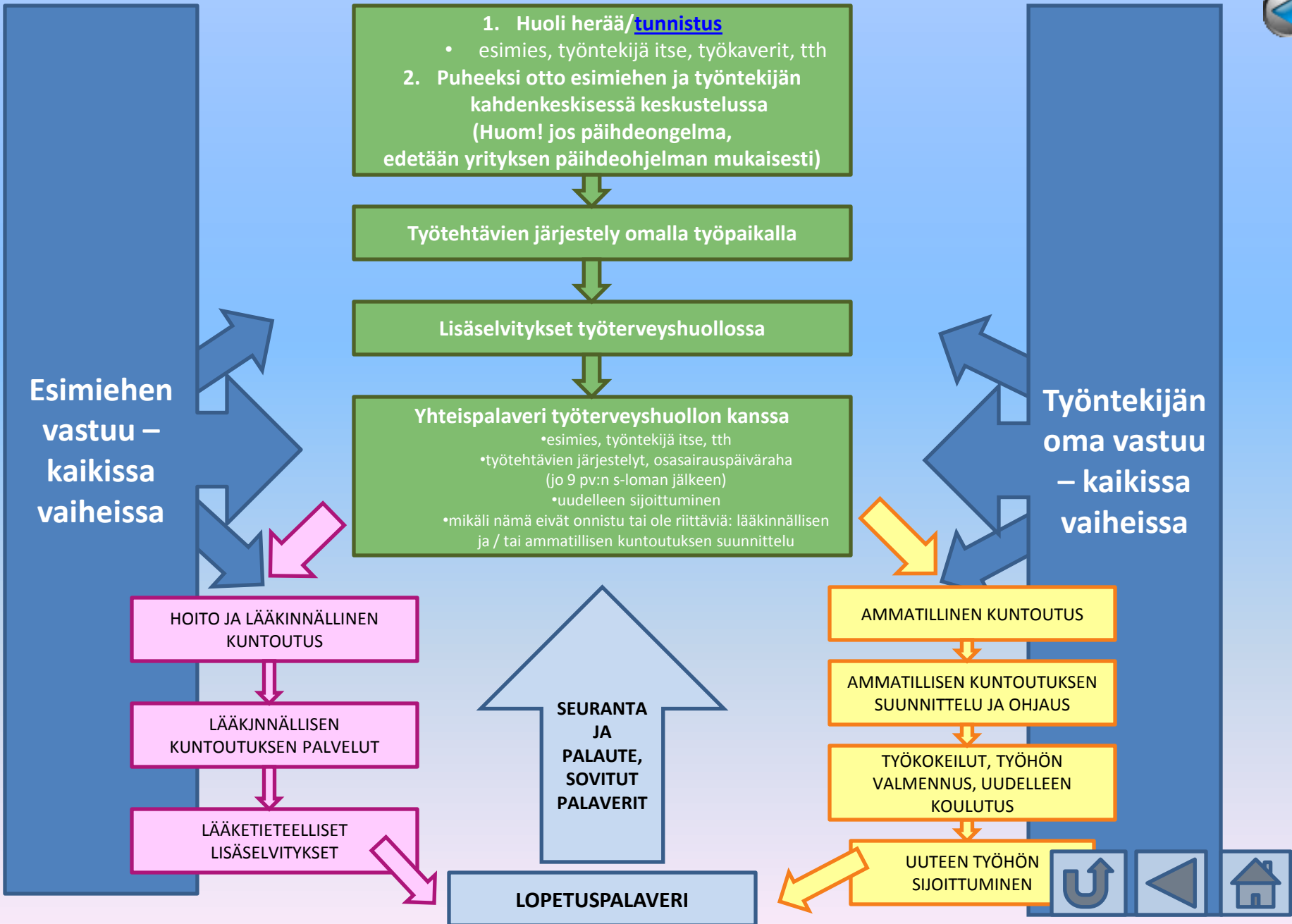


# Prosessit

- masennuspotilaan hoitoprosessi
- hoito- ja kuntoutumisprosessi  
työterveyshuollossa



# Hoito- ja kuntoutumisprosessi työterveyshuollossa



# Masennuspotilaan hoitoprosessi



TUNNISTA RISKI  
JATAI  
SEULO

**EPÄILY MASENNUKSESTA**

- mieliala laskenut
- asiat eivät kiinnosta kuten ennen
- väsyneisyys
- em. oireiden kesto vähintään 2 viikkoa

TODENNA

**TODENNA MASENNUS JA SULJE POIS**  
stressi, työuupumus, suru, ihmissuhdeongelmat, elimelliset sairaudet, lääkkeet ja päihteet

- labrat: PVK, TSH, Alat, Gluk, Krea, (tarv. S-Ca)
- mittarit: BDI-21, AUDIT, MDQ

**AKUUTTIHOIDON TARVE / PÄIVYSTYS**  
Itsemurhavaara      Psykoosi

**ALUSTAVA  
DIAGNOOSI**

HOITO-  
SUUNNITELMA  
JATAI  
OHJAA  
asianmukaiseen  
hoitopaikkaan

**Aluelääkäri**  
• lievät ja keskivaikeat

**Työterveyshuolto**  
• lievät ja keskivaikeat

**Opiskeluterveyden-  
huolto ja neuvolat**

**Depressiohoitaja**

**Aluepsykologi**

**Psykiatrinen avohoito**  
• lähete tarvitaan

**Päihdehoito**  
• oman kunnan käytännön mukaisesti

**Sairaalahoito**  
(KVS, JNS, KSKS os.7, Haukkalan)  
• vaikeat psykoottiset masennukset  
• itsemurhavaarassa olevat  
• hoitoresistentit

**Psykiatrinen erikoissairaanhoito**

**Avohoito**  
• psykiatrinen päivystystiimi  
• akuutit  
• TEHKO - tehostettu kotihoito  
• psykoottiset

HOIDA

Masennuksen  
hoitokaavio

**Terapeuttinen hoitosuhde**  
• tukea antavat keskustelut ja psykoedukaatio  
• elämäntilanteen parantaminen  
• jatkoterapian tarpeen arviointi

**Lääkitys**  
• kts. hoitokaaviosta

**Omahoito**

**TAVOITTEENA TÄYDELLINEN REMISSIO**  
• ylläpito- ja seurannan tarpeen arviointi



# Diagnoosin tekemisen tueksi



## YLEISTÄ

- Millainen on unenne?
- Miten työnteko sujuu?
- Millainen on keskittymiskykyne?
- Miten on muistinne laita?
- Onko teillä kipuja?
- Miten on ruokahalun laita?
- Entä alkoholi?
- Minkälainen on ruumiillinen kuntonne?
- Tuleeko itku herkästi?
- Huolestuttaako Teitä mikään?
- Entä minkälaiseksi koette itsenne?
- Minkälaista elämänne on ollut?
- Miten toiset ihmiset suhtautuvat Teihin?
- Onko Teihin kohdistunut ikävää vihjailua tai kuisketta?
- Kuuletteko syyttäviä ääniä?

## LÄHEISET IHMISSUHTEET

- Miten elämä sujuu puolison kanssa?
- Entä sukupuoliasiat?
- Miten perhe-elämä muuten sujuu?
- Miten tulette toimeen työkavereittenne kanssa?
- Entä ystävien / tuttujen?

## ITSETUHOISET AJATUKSET

- Tuleeko mieleenne synkkiä ajatuksia?
- Tuntuuko, että ette jaksaisi elää?
- Oletteko miettinyt keinoja päästä pois?
- Miltä elämä nykyään tuntuu?
- Entä minkälainen on mielialanne?
- Miltä tulevaisuus tuntuu?

## ETIOLOGISIA TEKIJÖITÄ

- Onko Teille viimeaikoina sattunut jotain ikävää?
- Onko viime aikoina elämässänne sattunut muutoksia?
- Miten lähimmäisenne jaksavat?
- Onko kenellekään heistä sattunut mitään ikävää?
- Onko Teillä murhetta lapsistanne?
- Onko yleensä ennen masennusta ilmennyt hankalia tapahtumia?
- Onko käyttämiänne lääkkeitä muutettu viime aikoina?

## MASENNUSJAKSON AJOITTUMINEN JA USEUS

- Onko Teillä aikaisemmin todettu masennusta? jos on, Miten Teitä on hoidettu?
- Onko nuoruudessa ollut mitään ongelmia?

## KAKSISUUNTAISEN MIELIALAHÄIRIÖN MAHDOLLISUUS

- Oletteko koskaan ollut ylienerginen ja/tai tarvinnut normaalia vähemmän unta?
- Onko ylienergisien jaksojen aikana tullut tehtyä asioita, joita olette myöhemmin katunut?

## PITKÄAIKAINEN MASENNUS

- Oletteko ollut pidempiä jaksoja alavireinen ja aikaan saamaton tai oletteko masennukseen taipuvainen?

## SUVUN MASENNUKSET

- Onko lähisuvussa ollut masennusta, runsasta alkoholinkäyttöä, psykiatrista sairautta tai kukaan tehnyt itsemurhaa?

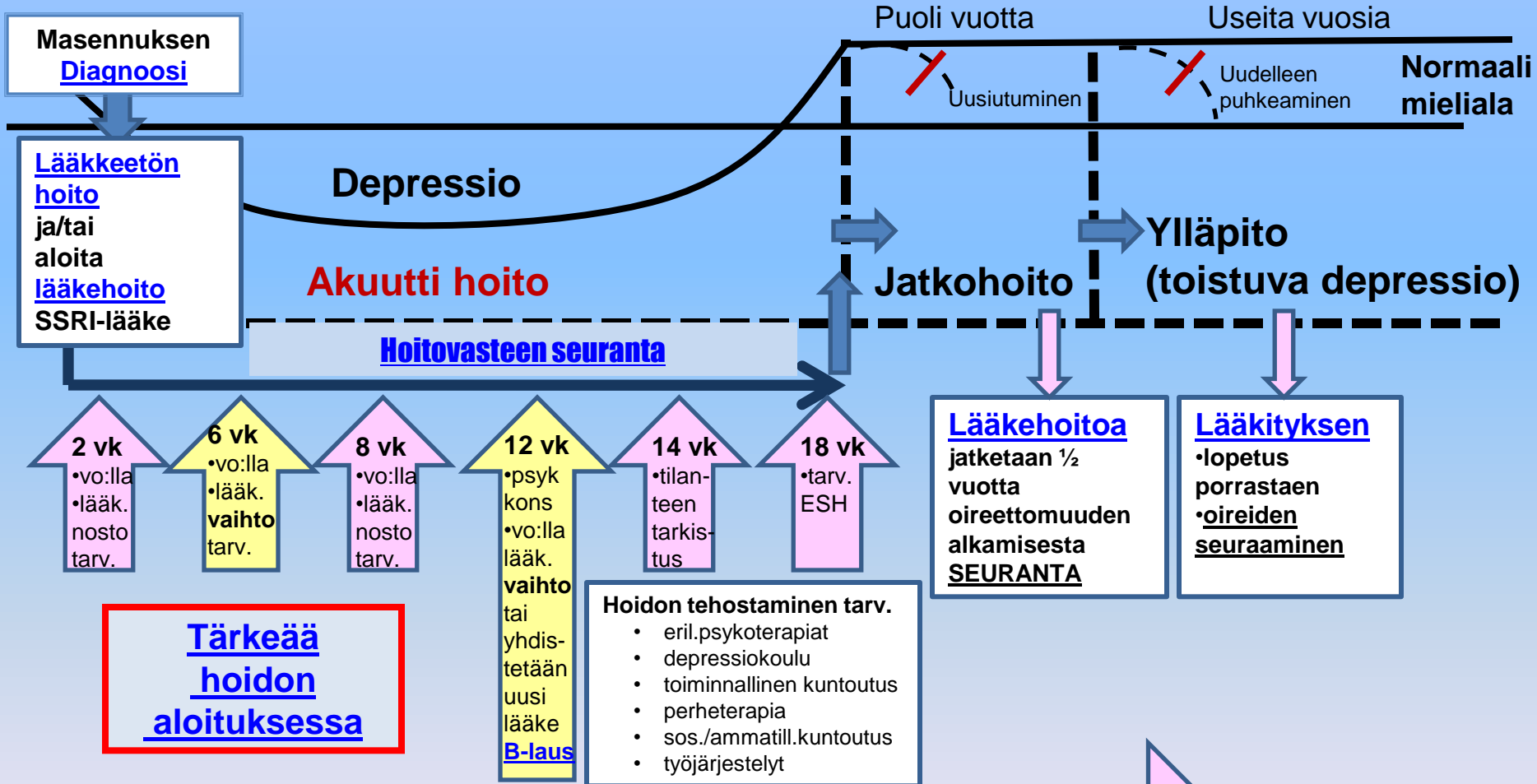


# Masennuksen hoitokaavio



Ennalta ehkäisy

## Elintapaohjaus



## Depressiohoitaja

- Psykoedukatiivinen (=potilasopastus) ja lyhytterapeuttinen keskusteluapu

ARVIOI ITSETUHOVAARA  
KONSULTOI TARVITTAESSA!







# Hoitosuunnitelma

Kirjataan oman kunnan mukaisesti potilastietojärjestelmään:

- ◆ **Lääkärin ja hoitajan nimi**, yhteystiedot, (puhelinaika)
- ◆ **Sairaudet** (+erityiskorvausoikeudet)
- ◆ **Nykyinen lääkitys** (+ lääkityksen tehostussuunnitelma ja sopimattomat lääkkeet)
- ◆ **Tavoitetaso**
- ◆ **Seurantaohjelma** (+seuraavan kontrollin ajankohta, kenelle)
- ◆ **Potilaan asettamat elämäntapojen tavoitteet**  
(liikunta, alkoholin käyttö, paino, ravinto, tupakoimattomuus)

- ✓ Hoitosuunnitelma rakennetaan potilaan, hoitajan ja lääkärin yhteistyönä.
- ✓ Hoitosuunnitelmaa päivitetään vähintään kerran vuodessa, tarvittaessa useammin.
- ✓ Valmis hoitosuunnitelma annetaan printattuna potilaalle mukaan.





# Lääkkeetön hoito

- ylläpidetään toivoa paranemisesta
- psykoterapia (tehokas yhdistettynä lääkkeeseen)
- liikunta yksin tai ryhmässä (osana kokonaishoitoa)
- potilasopastus (psykoedukaatio)
- säännöllinen seuranta
- kartoitetaan potilaan elämäntilannetta ja kuormittavia tekijöitä
- tuetaan rakentavia selviytymiskeinoja ja varoitetaan tekemästä suuria ratkaisuja elämässä akuutissa vaiheessa
- kehoitetaan välttämään alkoholinkäyttöä
- muistutetaan säännöllisen vuorokausirytmien tärkeydestä
- kannusta pitämään yhteyttä läheisiin sairauden oireista huolimatta
- kts. myös [masennuksen ennaltaehkäisy](#)





# Masennuksen ennalta ehkäisy

- elä terveellisesti
  - [liiku](#) kohtalaisesti ja säännöllisesti
  - nuku riittävästi
  - vähennä työstressiä ja työkuormitusta - [tunnista työuupumus](#)
  - vältä humalajuomista ja alkoholin liikakäyttöä
  - pidä kiinni päivärutiineista (syö säännöllisesti) ja harrastuksista
    - [elämäntapaneuvontaa vuorotyöntekijöille](#)
- tee asioita, joista nautit ja yritä olla optimisti
- vältä sosiaalista eristäytymistä
- hoida parisuhdetta sekä pidä yhteyttä ystäviin ja läheisiin
- muista, että terve itsekkyys ja omien oikeuksien puolustaminen on hyväksi
- [työhyvinvointi](#)
- kts. myös [lääkkeetön hoito](#)





# Hoidon aloituksessa tärkeää muistaa

- jos potilas vakavasti masentunut (itsetuhoinen tai psykoottisesti masentunut), potilas syytä lähettää [psykiatrisen päivystystiimin](#) arvioon tai [Kangasvuoren sairaalaan](#)

## Muussa tapauksessa muista!

- järjestä hoitosuhde (esim. lähete [depressiohoitajalle](#))
- aloita ja motivoi [lääkehoitoon](#), kannusta jatkamaan riittävän pitkään – ainakin ½ vuotta oireettomuuden alkamisesta
- aloita tarv. muutama päivä ½ annoksella
- varoita sivuvaikutuksista
- [lääkkeetön hoito](#)
- tarkista [itsetuhoajatukset](#)
  - LYHYTAIKAISESTI tarv. bentsodiatsepiinit, jos ahdistusta tai nukahtamislääkettä, jos huonounisuutta
- kirjoita sairausloma tarvittaessa
- kerro yhteydenottomahdollisuudesta myös suunniteltujen käyntien välillä
- arvioi aina seurantakäynneillä hoitovaste (kts. [hoitokaavio](#));
  - hyvä, jos 50%:n alenema [BDI:ssä](#) 6 viikon kohdalla

[Masennuksen  
hoitokaavio](#)



# Lähetäminen Kangasvuoren sairaalaan



## Päivystyslähete

### M1- tai B1-lähete

- **Huom!** tutki potilas, täytä lähetteen kaikki kohdat ja perustelee hyvin

### Yhteys Kangasvuoren sairaalaan:

- virka-aikana 0400 250 080
- päivystysaikana 014 269 1811/ päivystävä psykiatri

**Vastaanotto-  
osasto 37**

## Hoidonvaraus- lähete

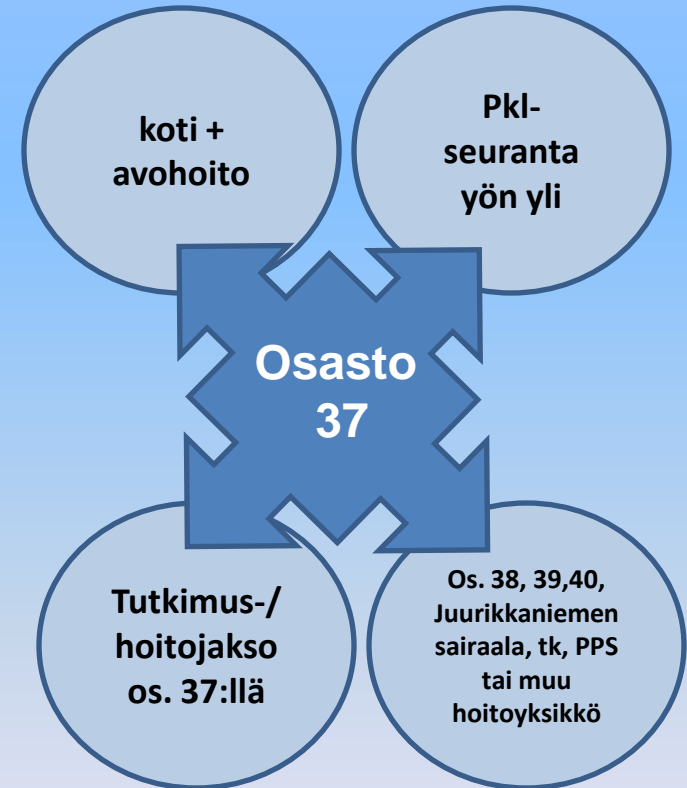
B1-lähete  
(kiireellisyys yli 24 h,  
täytä kaikki kohdat ja  
perustelee hyvin)

Lähetteen käsittely:  
ylilääkäri tai osastonlääkäri

Kutsu hoidonarvioon  
osastolle 38, 39 tai 40  
(tai lähetteen palautus  
ohjeineen)

Sairaalahoidon  
arvio:  
kuten os. 37

## Hoidon arvio





# Lapset puheeksi

## Kysy:

- "Oletko jaksanut huolehtia/huomioida lapset?"
- "Ajatteletko että masennuksesi/alkoholin käyttösi olisi vaikuttanut lasten hyvinvointiin?"

## Huoli lasten hyvinvoinnista

- Ota huolesi puheeksi
- Tarjoa "[Lapset puheeksi](#)" –työmenetelmää – *lähetä oman kuntasi menetelmän osaajalle*
- Anna opaskirjanen
  - tilattavissa
    - [Miten huolehdin lapsistani?](#)
    - [Miten autan lastani?](#)
    - [Mikä meidän vanhempia vaivaa?](#)
- Kysy moniammatillisen yhteistyön lupa, selvitys käytännöstä
- Tiedota niitä tahoja, jotka potilas näkee tarpeelliseksi
- Selvitä lastensuojelun tarve ([lastensuojelun käsikirja](#))
  - [lastensuojeluilmoitus](#)

## Jos ei huolta tai vanhemmat eivät koe tarpeelliseksi ammatillista lisätukea lasten huomioinnista

- Anna opaskirjanen "Kuinka autan lastani"



### →OTA PUHEEKSI LASTA SUOJAAVAT TEKIJÄT:

- tieto siitä, mistä on kysymys
- ymmärrys sairauden vaikutuksesta perheen elämään
- hyvä suhde vanhempiin ja sisaruksiin
- arjen sujuminen
- omat kaverit ja harrastukset
- lupa kokea ja ilmaista vaikeitakin tunteita
- perheen ulkopuoliset tukea ja huomiota antavat aikuiset
- lapsen omat ominaisuudet ja kyvyt





# Riskijuomisen luokittelu

## – varhainen suurkulutus, varhainen riskikulutus (hazardous drinking)

- riskirajat ylittävä alkoholin kulutus
- juomatapa tai juomamäärä, joka todennäköisesti aiheuttaa haittoja, jos kyseinen juomatapa jatkuu. Merkittäviä alkoholihaittoja tai riippuvuutta ei vielä ole.

## – haitallinen käyttö (harmful drinking)

- merkittäviä alkoholinkäytön aiheuttamia haittoja, mutta ei riippuvuutta

## – alkoholiriippuvuus

- oireyhtymä, jonka tyypillisiä piirteitä ovat juomishimo, vieroitusoireet, toleranssi ja juomisen jatkuminen haitoista huolimatta



# Elintapaohjaus



## ◆ Elämäntapakartoitus

### ▶ [Alkoholin käyttö](#)

#### ▶ [AUDIT](#)

▶ [Audit-C](#) yli 65 v. (tämä riittää ja jos testitulokset poikkeava haastattele juomakäyttäytyminen tarkemmin – kts. [ikäntyneen rajat!](#))

### ▶ [Tupakoinnin lopettaminen](#)

▶ *Elintapakysely – linkki oman kunnan lomakkeeseen*

▶ *Ravintokysely → kyselyn tulkinta – linkki oman kunnan lomakkeeseen*

▶ [Ravinto ja painonhallinta, ruokapäiväkirja](#)

▶ [Mielen hyvinvointi, BDI-21](#) mielialakysely

## ◆ [Riskitekijöiden kartoitus](#)

## ◆ [Lääkkeettömän hoidon](#) ohjaus

## ◆ Tavoitteiden asettaminen

◆ **Kirjaus** potilastietojärjestelmään oman kunnan ohjeen mukaisesti ja hoitosuunnitelman täydennys

## ◆ [Omahoito](#)

*Linkki  
Ryhmä-  
toimintaan*

## Motivointi

- ◆ [Motivoiva haastattelu](#)
- ◆ **Muutosvaihemallin** hyväksi käyttö
  - ◆ kts [esimerkki](#)
- ◆ Jaettava materiaali
- ◆ Seuranta-ajan sopiminen







# Ajanvaraus

1. Masennus on keskeinen kansanterveysongelma ja painopistealuetta sekä perusterveydenhuollon että psykiatrisen erikoissairaanhoidon työssä
2. Terveystenhuollon hoitopaikoissa on tärkeää muistaa myös alkoholiongelman yleisyys ja etsiä sitä aktiivisesti eri potilasryhmistä - ongelman varhainen havaitseminen on tehokkaan hoidon edellytys

Tunnista [riskitekijät](#)!!

*Tähän kootaan oman kunnan ohjeistus sovituista ajanvarauskäytännöistä*



# Ajokorttiin liittyvät asiat



Ajokelpoisuus  
Ohje lääkäreille

Ajoterveys-  
vaatimukset

Lääkärin-  
todistus  
ajokyvystä

## Seurantapyyntö poliisilta


- poliisin lupapalvelu (X-kunta)
- [alkolukkoajokortti](#)

Rattiseuranta ja alkolukkoasioissa  
keneen yhteys?



# Huoli puheeksi

- tapa ottaa hankala asia puheeksi kunnioittavasti ja tukea tarjoten
- väline, jolla työntekijä pystyy jäsentämään työskentelysuhteitaan ja niihin liittyvää huolta
- mahdollistaa asiakassuhteen rakentumista arvailuista avoimemmaksi suhteeksi
- varhaistaa huolten esille tuloa ja kehittää yhteistoimintaa perheiden kanssa
- kuka tahansa, jolla huoli herää, voi ottaa asian puheeksi
- huolen **puheeksiottamisen ennakointilomake** [THL:n sivulta](#)
- huolen vyöhykkeistö (Arnkil & Eriksson, THL):

Ei huolta 1	Pieni huoli 2	Tuntuva huoli 3	Suuri huoli 4
<p>Ei huolta lainkaan</p> 	<p>Pieni huoli tai ihmettely käynyt mielessä.</p> <p>Luottamus omiin mahdollisuuksiin hyvä.</p> <p>Ajatuksia lisävoimavarojen tarpeesta.</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>Tarvittaessa yhteys vanhempiin.</p>	<p>Huoli kasvaa ja on tuntuva.</p> <p>Luottamus omiin mahdollisuuksiin heikkenee.</p> <p>Omat voimavarat ehtymässä. Selvästi koettu lisävoimavarojen ja kontrollin *) lisäämisen tarve.</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>Ota yhteys vanhempiin Verkostopalaverin kutsuminen koolle aiheellista – kysy lupa (lupalomake?)</p>	<p>Huolta on paljon ja jatkuvasti, huoli on erittäin suuri.</p> <p>Omat keinot loppumassa tai lopussa.</p> <p>Lisävoimavaroja, kontrollia ja muutos tilanteeseen saatava heti.</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>Ota yhteys vanhempiin ja arvioi lastensuojeluilmoituksen tekemisen tarve - <a href="#">lastensuojelun käsikirja</a> – <a href="#">lastensuojeluilmoitus</a> Järjestä lapsi/nuori päivystysvastaanotolle.</p>
<p>* Kontrollilla tarkoitetaan tilanteen hallinnan lisäämistä rajoittamalla jotakin epätoivottavaa asiaa esim. päihteiden käyttöä</p>			



# Vapaa dia



# Vapaa dia





# **Alkoholinkäytön riskirajat\***

## **65 vuotta täyttäneille**

- päivittäin enintään 1 annos
- kerralla enintään 2 annosta
- viikossa enintään 7 annosta
  
- koskevat sekä miehiä että naisia

\*Yhdysvaltain geriatrian seuran ohjeet 65 vuotta täyttäneiden alkoholiongelmien ennaltaehkäisyksi  
(American Geriatrics Society 2003)





# Päivystyksellisen hoidon tarve

## Päivystyksellistä hoitoa tarvitaan, kun

- voimakas ahdistuneisuus tai pelkotila
- voimakas masentuneisuus
- [itsetuhoinen](#) tai ympäristöön kohdistuva uhkaavuus tai vaara
- [psykoosi](#)oireet: äkillisten aistiharhojen tai harhaluulojen ilmaantuminen tai pitkään jatkuneiden oireiden pahentuminen
- [sekavuustilat](#)
- väkivaltainen käyttäytyminen

## Hoitopaikan valinta

- uudet, akuutit potilaat ohjataan erikoissairaanhoidon piiriin:
  - [TEHKO](#)
  - [psykiatrinen päivystystiimi](#)
    - [Psypä ammattilaiskäyttöön](#)
- jo mielenterveyspalvelujen piirissä olevat ohjataan omaan hoitopisteeseensä, jos pärjäävät avohoidossa siihen asti:
  - [TEHKO](#) tukena
  - huom! arvioi [sairaalahoidon](#) tarve
- [sairaalahoidon](#) tarve välttämätön



# Sekavuustila = delirium



## Mikä voi aiheuttaa?

- [psykoosi](#)
- [delirium tremens](#) = juoppohulluus
- [pään vammat](#)
- intoksikaatio
  - [myrkytyspotilaan hoito](#)  
(lääkkeet, huumeet, alkoholi)
  - [alkoholin käytön aiheuttamat myrkytystilat](#)
- [muistihäiriöt](#)
- muut
  - infektiot
  - endokrinologiset syyt (alhainen verensokeri)
  - lääkitys
  - verenkiertoon ja hengitykseen liittyvät hätätilanteet (infarkti, keuhkoembolia, suuret vuodot)





# Läheisväkivalta

**TUNNISTA!!**



- **Mitä on?**

- toisen ihmisen oikeuksien kunnioittamattomuutta
- se voi ilmetä usealla tavalla: alistamista, kontrollointia, satuttamista, seksuaalista pakottamista, hyväksikäyttöä, taloudellista riistoa jne.
- ns. kolmijako: henkinen, fyysinen ja seksuaalinen

- **Jos epäilet, kysy ensin:**

1. Onko Sinuun kohdistunut lähisuhteissasi jossakin elämänvaiheessa fyysistä, henkistä tai seksuaalista väkivaltaa tai kaltoinkohtelua?
2. Vaikuttaako kokemasi väkivalta edelleen hyvinvointiisi tai elämänhallintaasi?
3. Onko lähisuhteissasi tällä hetkellä fyysistä, henkistä tai seksuaalista väkivaltaa tai kaltoinkohtelua?

Jos potilaan vastaus on ”kyllä” kysymykseen 2 tai 3, kartoita tarkemmin :

[läheisväkivaltakartoituslomake](#)

Ohjaa potilas VISH-tiimin hoiviin toimiessasi ksk-s-päivystyksessä tai muuhun asianmukaiseen jatkohoitopaikkaan

Jos potilas ei halua juuri nyt lisää apua tai kyseessä on orastava ongelma:

kerro, että väkivalta on iso terveysriski ja anna esite sekä palveluitten yhteystiedot

- [RAISEK](#) - Medikesin aineistokansio
- [RAP-kansio](#): [www.tukinainen.fi-sivuston](http://www.tukinainen.fi-sivuston) kautta
- [Käypä hoito: traumaperäiset stressireaktiot ja –häiriöt](#)

## Tietoa

- [PUUTTUA VAI PUUTUA? VIRANOMAISYHTEISTYÖLLÄ VÄKIVALTTAA VASTAAN](#)

## Linkejä avunsaantiin

- [LVV-verkosto](#)

## Lomakkeita / KSKS:

- [toiminta- ja hoito-ohje](#)
- [turvallisuusriskin arviointi](#)
- [turvasuunnitelma](#)
- [lvv-kartoituslomake](#)
- [pahoitpitely- ja kehonkartta](#) (E-S:n lääninhall.) fyys
- [kirjaamisohjeet](#)
- [uhrin kohtaaminen](#)
- [lupalomake](#)

**LÄHEISVÄKIVALTAPALVELU  
-VERKOSTO**

**KOLMAS SEKTORI**





# Läheisväkivallan tunnistamiskriteerit

## Puheeksiottamiskriteerit

eli potilaalla on jokin seuraavista tulostyistä tai havaitset hänellä:

- Intoksikaatio, suidaalisuus, depressio, fyysinen trauma, neurologisia oireita, muistikatkoksia, päänsärkyä, vatsan, lantion tai selän alueen epämääräisiä kipuja, veristä vuotoa, eri-ikäisiä mustelmia, ruhjeita, vanhoja palovammoja tms., naisasiakas, jolla päihteiden ongelmakäyttöä tai psykoottisuutta.
- Asiakas käyttäytyy levottomasti, aggressiivisesti, torjuvasti, vetäytyvästi tai hänen käytöksensä vaihtelee riippuen saattajan läsnäolosta.
- Hänen saattajansa käyttäytyy kontrolloivasti, ylikuolehtivasti tai aggressiivisesti.
- Hoitoon hakeutuminen on tapahtunut huomattavalla viiveellä.
- Asiakkaan kertomus esim. tapaturman kulusta muuttuu tai kertomuksessa on epäloogisuutta vammajälkiin nähden.
- Asiakkaalla on ollut toistuvia päivystyskäyntejä em. syillä (esim. toistuvat tapaturmat).
- Huomioi, että naisten ajatellaan useimmin olevan väkivallan uhreja, mutta **myös mies tai lapsi voi olla uhri ja että nuorilla väkivaltaa voi esiintyä nettiyhteyksissä**

### Muista,

että läheisväkivaltaa esiintyy ihmisillä uhrin ja tekijän sosiaalisesta asemasta, koulutuksesta, sukupuolesta, iästä tai seksuaalisesta suuntautumisesta riippumatta





# Vanhukset > 65 v.

- Ikääntyneiden palvelut
  - *linkki oman kunnan palveluihin*
- [Ikääntyneen hallittu lääkehoito](#)
- [Vanhuksen depressio](#)
- [Psyva](#)
- [Kysy alkoholin käytöstä!](#)
- [Alkoholinkäytön riskirajat](#)
- [Omaisten rooli masentuneen vanhuksen hoidossa](#)

## Terveysportti:

- [Masennuksen tietokanta](#)
  - kts. Vanhusten masennustilat!
- [Alkoholiriippuvuuden tietokanta](#)
  - kts. läkkäiden alkoholin käyttö

## Alkoholinkäytön riskirajat yli 65 v

- päivittäin enintään 1 annos
- kerralla enintään 2 annosta
- viikossa enintään 7 annosta
  
- koskevat sekä miehiä että naisia

