

## YHDISTYKSEN JÄSENKIRJE

### Joulukuun 2020 jäsenkirje

Yhdistyksen hallitus haluaa toivottaa tervetulleeksi yhdistyksen uudet jäsenet!

Yhdistyksen hallituksella oli 5.11. tänä syksynä **Eduskunnan nuorten mielenterveyden tukiryhmän** kanssa kokous, jossa keskusteltiin nuorten mielenterveyspalveluista tulevassa sote-uudistuksessa. Suomen nuorisopsykiatrisen yhdistyksen kannanotto on jäsenkirjeen liitteenä.

Viikolla 48 ilmestyneessä **Lääkärilehdessä Näkökulma**-osiossa julkaistaan nuorisopsykiatrisen yhdistyksen hallituksen laatima kirjoitus nuorisopsykiatrian nykytilasta: Nuoren tulisi saada tarvitessaan hyvää nuorisopsykiatrista hoitoa. Kirjoitus on kokonaisuudessaan jäsenkirjeen liitteenä.

Tässä muutama sitaatti kirjoituksesta:

Nuorten häiriöiden oirekuvat eivät ole keventyneet, vaan monet vakavat oireet ovat yleistyneet.

Kun nuorisopsykiatrian erikoisalan potilasmäärät ovat kasvaneet, ovat työntekijäresurssit jääneet tarpeeseen nähden jälkeen.

Nykytilanteessa useiden lääkäreiden eettinen omatunto soimaa ja työn mielekkyydestä on tulossa katoava luonnonvara.

**Kevään koulutuspäivät** (Arki lähtee lapasesta) järjestetään 15.-16.4.2021 mahdollisesti verkkotilaisuutena.

**Vuoden nuorisopsykiatrisen teko** –palkinto julkaistaan perinteiseen tapaan yhdistyksen kevätkoulutuspäivien yhteydessä. Hallitus pyytääkin jäseniltään vinkkejä ja ehdotuksia seuraavasta palkinnon saajasta helmikuun loppuun mennessä, ehdotukset voi lähettää yhdistyksen sihteerille sähköpostiosoitteeseen [sihteer@nuorisopsykiatrisen-yhdistys.org](mailto:sihteer@nuorisopsykiatrisen-yhdistys.org).

Rauhaisaa joulunaikaa ja mukavaa vuodenvaihdetta koronatilanteesta huolimatta!

Yhdistyksen hallitus

## Suomen nuorisopsykiatrisen yhdistyksen hallitus

5.11.2020

### Nuorten mielenterveyspalvelut soteuudistuksessa

Mielenterveyshäiriöt ovat nuorten merkittävin ja suurin sairastavuutta ja toimintakyvyn heikkenemistä aiheuttava sairausryhmä. Vaikka asia on usein julkisuudessa ja yleisesti tiedossa, nuorten hyvinvoinnin parantamiseen ja mielenterveyden häiriöiden hoitamiseen osoitetut resurssit ovat riittämättömät. Puutteita on sekä resurssien määrässä että laadussa. Monet nuoruusikäiset jäävät ilman tarvitsemiaan mielenterveyspalveluja, joihin heillä on oikeus.

Hoidon porrastus ei ole toteutunut tarkoituksenmukaisesti. Merkittävä osa nuorista ohjautuu erikoissairaanhoidon, joka on vakavasti ruuhkautunut.

### Tilanteen korjaamiseksi ehdotamme seuraavaa:

**Osana sosiaali- ja terveyskeskuksia tulee olla perustason moniammatillisia walk-in poliklinikoita, jotta mielenterveyspalvelut olisivat saatavilla kaikille nuoruusikäisille (13-22 v).** Erityishuomiota on kiinnitettävä opinnoista ja työelämästä syrjäytyneiden ryhmään. Tämä edellyttää usean hallinnonalan yhteistyötä. Monialaista yhteistyötä vaativat myös lastensuojelulaitoksiin ohjattujen nuorten ja nuorten päihdeongelmien hoito.

Perustason palveluihin kuuluvat myös **kouluterveydenhuollon** tarjoamat matalan kynnyksen palvelut.

- oppimisvaikeudet tulisi tutkia ajoissa, jo alakoulussa (psykologit, erityisopettajat)
- erityishuomiota tarvitsevat nuoret, jotka ovat tarvinneet psykiatrista hoitoa. Heille on järjestettävä tarpeenmukainen intensiivinen ja kuntouttava tuki kouluihin
- on tartuttava oppilaiden runsaisiin poissaoloihin ja selvitettävä, mistä on kyse
- lievien ja keskivaikeiden mielenterveyshäiriöiden hoito (ahdistus, jännittäminen, masennus)
- tarvittaessa tiivis yhteistyö ja konsultaatiomahdollisuus erikoissairaanhoidon palveluihin

Kouluissa oppilashuollon työntekijöiden, psykologien, kuraattoreiden, terveydenhoitajien, sairaanhoitajien ja koulu/nuorisolääkäreiden yhteistyö on oleellista.

Perustason mielenterveyspalvelujen henkilöstöresurssit tulee saada asianmukaisiksi, ja riittävän osaamisen takaamiseksi työntekijöille tulee taata **lisäkoulutusta** mm lyhytterapeuttisiin menetelmiin.

**Nuorisopsykiatrisen erikoissairaanhoidon** tarvitsee riittävät resurssit vaikeista psykiatrisista häiriöistä kärsivien nuorten hoitamiseen. Nykyisellään ruuhkautuneissa palveluissa hyvää hoitoa ei kyetä tarjoamaan. **On oltava mahdollisuus saada koulutusta, jotta olisi erityisosaamista.**

**Täydentäviä mielenterveyspalveluja** hankitaan **järjestöiltä, yhdistyksiltä ja yksityisiltä palvelujen tuottajilta.**

**Psykoterapiakoulutuksen opetus ja rahoitus** on organisoitava niin, että psykoterapiaa olisi saatavissa eri puolilla maata.

## **Nuoren tulisi saada tarvitessaan hyvää nuorisopsykiatrista hoitoa**

*Nuorten häiriöiden oirekuvat eivät ole keventyneet, vaan monet vakavat oireet ovat yleistyneet.*

Parhaimmillaan nuorisopsykiatrinen hoito ja kuntoutus ovat tuloksellisia (1). Nuoren toimintakyky ja arjen hallinta paranevat, ja nuori saa valmiuksia aikuiselämään (2). Nuorisopsykiatrin toimivuudesta eivät hyödy vain nuoret potilaat, vaan myös nuoren lähipiiri, omaiset ja laajasti katsoen koko väestö ja tuleva sukupolvi. Nuorten psykiatrinen hoito on aikuisiän psykiatristen häiriöiden ennaltaehkäisyä.

## **Luotiin upea palvelujärjestelmä**

Suomen luotiin 1980-luvulta alkaen julkiseen terveydenhuoltoon nuorille oma, koko maan kattava psykiatrinen palvelujärjestelmä (3). Hoidon sisällöissä ja palvelutarjonnassa on huomioitu nuoruusiän omaleimaisuus, nuorten tarpeet ja nuoruusiän erityinen arvo ihmisen kehityskaareissa.

Erikoissairaanhoidon palvelujärjestelmä alkoi ylikuormittua jo 90-luvulla (4). Nuorisopsykiatristen palvelujen tarve on jatkanut kasvamistaan koko 2000-luvun (5). Hoitoon hakeutuvien nuorten määrä on kasvanut. Näiden nuorten häiriöiden oirekuvat eivät ole keventyneet, vaan monet vakavat oireet ovat yleistyneet.

Nuorisopsykiatrisia sairaansijoja on avohoitokeskeisyyden nimissä viime vuosina vähennetty, mutta huomattavaa lisäystä avohoittoon ei ole toteutettu. Nykytilanteessa varsinkaan pidempiaikaista nuorisopsykiatrista kuntouttavaa osastohoitoa ei ole tarjolla. Lastensuojelulaitoksiin on sijoitettu vakavista psyykkisistä ongelmista kärsiviä nuoria, jotka luultavimmin hyötyisivät enemmän nuorisopsykiatrisesta osastohoidosta. Lastensuojelun toimenpiteinä nuoria sijoitetaan sattumanvaraisesti eri puolille maata ilman, että varmistetaan, onko paikallisesti resursseja tarjota nuorelle hänen tarvitsemansa hoito. Kotipaikkakunnalla aloitetut hoitosuhteet katkeavat ja nuoret turhautuvat.

## **Lääkärin työolot paremmiksi**

Kun nuorisopsykiatrin erikoisalan potilasmäärät ovat kasvaneet, ovat työntekijäresurssit jääneet tarpeeseen nähden jälkeen.

Nuoria voidaan joutua hoitamaan tavoilla, jossa työn laatu ja tuloksellisuus kärsivät. Kun on paine ottaa uusia nuoria hoitoon hoitotakuun määrittelemissä rajoissa, jo hoidossa olevien nuorten hoitokäynnit toteutetaan tarpeeseen nähden liian harvoin, tai nuoria ohjataan ryhmähoitoihin epätarkoituksenmukaisesti. Karrikoidusti ilmaistuna ”kipsausta vaativa murtuma hoidetaan lastalla” (6). Nuorelle voidaan tarjota manuaalin mukainen hoito, jonka jälkeen hoitajakso loppuu ilman että huomioidaan hoidon tulos ja nuoren kyky selvittää aikuisiän haasteista. Yksilöllistä hoidontarvetta ei aina kyetä ottamaan huomioon. Voi kysyä, luodaanko pyörövisyndrooma (7)?

Nuorisopsykiatrin erikoisalalla on valtakunnallisesti merkittävä erikoislääkärivaje (8, 9). Alan vetovoimaisuutta lisäisi se, että lääkäri, aloitteleva tai alan konkari, voisi kokea tekevänsä työnsä hyvin.

Nykytilanteessa useiden lääkäreiden eettinen omatunto soimaa ja työn mielekkyydestä on tulossa katoava luonnonvara.

On houkutus hakea työtä paikasta, missä lääkäri pystyy erikoissairaanhoidon paremmin säätämään työmääräänsä ja ottamaan huomioon nuoren yksilöllisen hoidontarpeen. Suomessa on lakisääteisiä veloitteita erikoissairaanhoidon koskien, eikä siten lääkäripako erikoissairaanhoidosta ole nuorten etujen mukaista.

Parasta olisi, että hoitoon pääsy olisi helppoa varhaisessa vaiheessa. Peruspalveluissa, kuten esimerkiksi terveyskeskuksissa, opiskeluterveydenhuollossa ja sosiaalitoimissa tulisi olla riittävästi sekä osaamista että resursseja nuoren psyykkisten häiriöiden hoitoon. Nyt näin ei ole (10). Paremmat perustason resurssit vähentäisivät painetta erikoissairaanhoidon. Toimiva työnjako ja yhteistyö mahdollistaisivat oikea-aikaisen hoidon.

### **Halvinta on hoitaa hyvin**

Nuorison syrjäytyminen, päihde- ja mielenterveysongelmat aiheuttavat valtavasti inhimillistä hätää. Koulutusta ja resursseja tulisi ohjata nuorten mielenterveyden vaalimiseen, tutkimukseen ja hoitoon. Se paitsi lievittäisi monen ihmisen kärsimystä, olisi myös erittäin kustannustehokasta.

Lisäpanostuksia tarvitaan sekä perustason palveluihin että ruuhkautuneeseen erikoissairaanhoidon. On toivottavaa, että painopiste siirtyisi perustasolle ja erikoissairaanhoidon hoitaisi laadukkaasti ne nuoret, jotka tarvitsevat niiden palveluja.

Psykoterapian saatavuusongelmat liittyvät koulutettujen psykoterapeuttien vähyyteen, millään taholla ei ole veloitetta kouluttaa, vaikka kyseessä on vaikuttavaksi todettu hoito.

Nykypäivään soveltuvat, hyvän nuorisopsykiatrisen hoidon kriteerit ja suositukset olisi hyvä vihdoin saada käytäntöön (11,12). Satsaus nuoriin on kannattava sijoitus.