

Mielenterveys- ja päihdepalvelut Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen tilannekatsaus

Johanna Suvanto, ylilääkäri, palvelupäällikkö

Erja Kortelainen, palvelusuunnittelija

Taustaa

THL:n tutkimukset

- Etenkin työikäisten psyykinen kuormittuneisuus alkoi yleistyä vuosien 2018 ja 2020 välillä, ja tämä kielteinen kehitys on jatkunut vuodesta 2020 vuoteen 2022.
- Yleisintä 20–39-vuotiailla, joista yli viidesosa miehistä ja yli neljäsosa naisista on merkittävästi psyykkisesti kuormittuneita.
- Itsemurha-ajatukset ovat viime vuosina yleistyneet 20–64-vuotiailla, ja tämä muutos on ollut miehillä suurempi kuin naisilla.
- Vuosina 2022 ja 2023 itsemurhakuolemien määrä on edelleen pienentynyt
- Palvelujen käyttö on yleisintä 20–39-vuotiailla. Tässä ikäryhmässä lähes viidesosa miehistä ja lähes kolmasosa naisista on käyttänyt palveluja mielenterveyteen liittyvän ongelman vuoksi.

Miepään asiakkaat, käynnit ja suoritteet vuosina 2017-2023

Vuosi Tarkennin	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
Asiakasmäärä käyntien mukaan	8838	9227	10261	10002	10331	10241	10478
Asiakasmäärä suoritteen mukaan	9008	9461	10292	10041	10452	10337	10534
Käyntien määrä	89932	88709	104728	108513	102331	99551	99606
Suoritemäärä	91420	91333	105217	109043	104037	100886	100615
Etäkontaktien asiakasmäärä	3831	4498	7389	8788	8596	8585	8728
Etäkontaktien määrä	10502	12112	20003	48553	38693	37509	34703
Etäkontaktien % osuus	11,7%	13,7%	26,7%	44,7%	37,8%	37,7%	34,8%

Mitä on mielenterveystyö

- Mielenterveystyön tavoitteena on vahvistaa mielenterveyttä ja vähentää mielenterveyteen kohdistuvia uhkia.
- Mielenterveystyöhön kuuluvat mielenterveyttä edistävä työ, mielenterveyden häiriöiden ehkäisy ja hoito sekä sosiaalihuollon mielenterveystyö.
- Ehkäisevä mielenterveystyö on toimintaa, jonka tavoitteena on vahvistaa yksilön mielenterveyttä suojaavia tekijöitä ja rakenteita sekä vähentää yksilön tai yhteisöjen mielenterveyttä vaarantavia tekijöitä ja rakenteita.
- Keskeisintä ehkäisevässä mielenterveystyössä on estää ongelmiin johtava kehityskulku puuttamalla osatekijöihin mahdollisimman pian **laaja-alaisella yhteistyöllä**
 - Te + so, somaattisen + psyykkisen, kuntien, julkisen, yksityisen, kolmannen sektorin ja muun kansalaistoiminnan on toimittava yhdessä ja samaan suuntaan.
 - **Miepä kuuluu kaikille!**

Hyte-kerroin-indikaattorit

- Mielensterveyshäiriöiden vuoksi työkyvyttömyyseläkettä saavat 18–34-vuotiaat (pois lukien elimelliset aivo-oireyhtymät ja älyllinen kehitysvammaisuus), prosenttia vastaavan ikäisestä väestöstä
- Toimeentulotukea pitkäaikaisesti saaneet 25–64-vuotiaat, prosenttia ikäluokasta
- Ei työssä, koulutuksessa eikä asevelvollisuutta suorittamassa olevat 18–24-vuotiaat, prosenttia ikäluokasta
- Alkoholinkäytön mini-intervention toteutuminen, kun juomiseen liittyy haitta tai haittariski
- Koulupsykologin/koulukuraattorin työpanoksen määrä viikossa jaettuna 100 oppilaalla

Mitä on jo tehty?

Miepään Hyte-toimenpiteitä/teemoja

- Nopea hoitoon pääsy ja hyvä hoito ovat tärkeä osa hyteä
 - Hyvä hoito ennaltaehkäisee lisähaittoja myös ylisukupolvisesti!
 - Riittävä resurssointi!
- Hoito- ja palveluketjutyö
 - Aikuisten adhd (valmis), ahdistuneisuus (valmis) ja päihde (jatkuu syksyllä 2024).
 - Elintapaohjaus, lähisuhdeväkivallan ehkäisy ja EPT kytketty valmistuneisiin ja suunniteltuihin hoito- ja palveluketjuihin.
 - Läheisten ja omaisten huomioiminen hoito- ja palveluketjuissa.
- Digisotekeskukseen osallistuminen ja hoitokoordinaattorityön laajentuminen.
 - Miepään digitaalisten palvelujen chatin ja puhelinpalvelun jatkuva kehittäminen.
 - Laadukas hoidon tarpeen arviointi .
 - Mahdollistaa matalan kynnyksen ja anonyymin ohjauksen ja neuvonnan.
- Ryhmämuotoisen hoidon kehittäminen ja lisääminen ensilinjan työhön.
- Terapiat etulinjaan toimintamallin näyttöön perustuvien psykososiaalisten menetelmien käyttöön ottaminen
 - terapianavigaattori, ohjattu omahoito ja kognitiivinen lyhytterapia

Miepään Hyte-toimenpiteitä/teemoja

- Miepä Pohjois-Karjala – projekti: lisätään sekä soteammattilaisten että väestön tietoa, osaamista ja ymmärrystä mielenterveys- ja päihdehäiriöistä.
 - Mieli kuuluu kaikille!
 - Mielenterveystaidot kansalaistaidoiksi
 - Viestintä
 - Viestintäsuunnitelma ja vuosikello
 - Miepä-asiat kuuluvat kaikille -koulutukset ja muu kouluttaminen aiheista
- Laaja-alainen yhteistyö järjestöjen, kuntien ja seurakuntien kanssa
 - AA, Pohjois-Karjalan mielenterveyden tuen matalan kynnyksen hanke kohtaamispaikoista
 - Pohjois-Karjalan mielenterveysomaiset FinFamin kanssa esim. Lasinen lapsuus
 - YTY-toiminta, asiakasraati ja kokemusasiantuntijat
- Perhekeskusverkostotyö
- Osallisuus- ja Hyte-työryhmä osallistuminen

Miepään Hyte-toimenpiteitä/teemoja

- Ohjaamo
 - sairaanhoitajatoiminta (TEM-hanke)
 - Walk-in-toiminta
- HAL-pkl:n moniammatillinen tiimi ja Päihteet raskausaikana ja vauvaperheessä hoito- ja palveluketjun osallisuus (Vauras ja Suojaa-hanke).
- Vinkki toiminnan laajeneminen ja siinä oleva ajanvaraukseton vastaanotto.
- Hep-C-hoitojen aloitus ja Twinrix-rokotteet päihdepalvelukeskuksella.
- IPS- työvalmennuksen käyttöönotto ja laajentaminen maakuntaan
- Kohti vaikuttavaa asukasosallisuutta -hanke
 - Mielensterveys- ja päihdeteemainen Polis-kysely

Mihin vielä tarvitaan satsausta

Miepän Hyte-toimenpiteitä/teemoja

- Ehkäisevän päihdetyön toimintamallin tehokkaampi käyttöönotto.
 - Hyte-indikaattorien seuranta.
 - Osaamisen vahvistaminen: EPT-toimintamalli osana miepän toimintaa ja sen seuranta sovittujen mittareiden kautta (tunnistaminen, puheeksi ottaminen ja lyhytneuvonta jokaiselle asiakkaalle sekä kirjaaminen/tilastointi).
 - Yhteistyö EPT asiantuntijan kanssa.
- Elintapaohjauksen toimintasuunnitelman laatiminen ja käyttöön otto.
 - Elintapaohjaus kuuluu miepäen hoito- ja kuntoutusprosesseihin, myös osana ryhmämuotoista hoitoa.
 - Elintapaohjaus voi olla kertaluontoista tai pidempään kestävä prosessi.
 - Menetelminä esim. motivoiva haastattelu/keskustelu, ohjattu omahoito.

Miepään Hyte-toimenpiteitä/teemoja

- Meijän Polku-päihdetyöparimalli
 - Yhteistyö koulujen ja oppilaitosten sekä perheneuvoloiden kanssa alaikäisten päihde- ja pelaamiseen liittyvissä asioissa.
 - Ota huoli puheeksi – opas
- Itsemurhien ehkäisy
 - Osana hoidon tarpeen arviointia, hoitoa- ja kuntoutusta
 - Tunnistaminen, riskin arviointi, puheeksi ottaminen
 - Hyvä hoito ehkäisee itsemurhia.
 - Toimenpide ja toimeenpanosuunnitelma
- Lähisuhdeväkivallan ehkäisy
 - materiaalien, toimintatavan ja koulutuksien hyödyntäminen
- Yksinäisyyden ja syrjäytymisen ehkäisy
 - kuuluu miepään toimintaan, hoitoon ja kuntoutukseen
 - Asiakasohjaus eri toimintoihin, ryhmämuotoinen hoito

Mitä suunnitelmia tulevaan

- Edellä mainitut hyte- toimenpiteet ja teemat jatkuvat
 - Resurssointi: hyte-työ tarvitsee aikaa!
- Tahtotilana, että olisi mahdollista laajentaa hyte-toimintaa ja teemoja
 - Hyvän mielenterveyden edistäminen kuuluu meille kaikille!
- Hoito- ja palveluketjujen kehittäminen jatkuu. Tavoitteena esim.
 - itsemurhaa yrittäneelle ja hänen läheisilleen
 - omaisen polku omaisjärjestö FinFamin kanssa
- Miellä-palvelut Hyte-palvelutarjottimella
- HYTE-mittareiden ja indikaattorien seuranta jatkuu
- IPS-työvalmennuksen vakiinnuttaminen
- Mielenterveyden edistämisen koordinaattorin työtehtävä