



Kipupoliklinikan vakituinen väki yhteiskuvassa. Vasemmalta kivunhoitoon erikoistuneet fysiatrian erikoislääkärit Seppo Villanen ja Simo Järvinen, kuntoutuslinjan vastuhenkilö Sarita Aho, osastosihteerit Heli Leskinen ja Riitta Roos. Edessä vasemmallä neurologi-yllilääkäri Maija Haanpää, perushoitaja Eila Soini, sairaanhoitajat Kirsi Halenius, Maarit Leino ja Leena Lakeus. Yllilääkäri Jukka Pekka Kouri puuttuu kuvasta.

Kipupoliklinikalla otetaan

## KIPU HALLINTAAN JA HOITOOON

Kivusta puhuminen on nykypäivänä hyväksyttävämpää kuin vuosikymmen, pari sitten. Silti kivunhoitoa saatetaan yhä laiminlyödä, ja monet kipupotilaat kokevat jopa vähättelyä kertoessaan oireistaan. Kipupotilaan kohtaaminen, tunnistaminen, hoitaminen ja kuntouttaminen vaativat kokemusta ja perehtymistä.

**Teksti:** Kuntoutus ORTON • Leila Timonen **Kuvat:** Sirpa Viljanen

Kuntoutus ORTONin kipupoliklinikka perustettiin kivunhoitoon erikoistuneen fysiatri Jukka Pekka Kourin aloitteesta vuonna 1995. Se toimi alkuun pienimuotoisesti, mutta nyt jo vuosia kivunhoitoon erikoistuneen asiantuntijatiimin voimin. ORTONissa kun ollaan, poliklinikalla on erityisen hyvä asiantuntemus fysiatrien ongelmien ratkaisussa tuki- ja liikuntaelinsairauksissa. Moniammatillisuus on avainsana ja monialaisuus tehokas keino tarttua kipuongelmaan. ”Siitä on myös vahvaa tutkimuksellista vaikuttavuusnäyttöä esimerkiksi selkäpotilaan

kipukuntoutuksessa”, kuntoutuslinjan vastuhenkilö Sarita Aho sanoo.

”Meillä kipupotilaalle voidaan rakentaa yksilöllinen hoitopolku. Tiimiin kootaan tilanteen mukaan sopivat ammattilaiset ratkomaan hänen ongelmiaan. Omien asiantuntijoidemme lisäksi meillä on käytössämme koko ORTONin tule-sairauksien asiantuntemus.”

Potilaan lähtötilanteen huolellinen selvitys on hyödyksi hoitopolun suunnittelussa. Lähetekäytäntöä uudistettiin niin, että potilasasiakirjat käsitellään moniammatillisesti. Tämän

ansiesta jo ensimmäisellä vastaanottokäynnillä on käytössä usean ammattilaisen näkemys hoitopolun suunnasta. Suurimman potilasryhmän muodostavat selkäpotilaat, joista monella kivut säteilevät alaraajaan. Tyypillisiä ovat myös tapaturmien tai leikkausten jälkitilat, monimuotoista paikallista CRPS-kipuoireyhtymää sekä neuroopaattista hermovauriokipua sairastavat.

### LUOTTAMUKSELLISTA YHTEISTYÖTÄ

ORTONin kipupoliklinikan asiakasmäärä on jatkuvassa kasvussa. Viime vuonna lääkärikäyn-tejä oli yli tuhat ja erilaisia kivunhoidollisia toimenpiteitä tehtiin lähes kuusisataa. Potilaita yhdistää usein kivun pitkittyminen niin, että työ- ja toimintakyky ovat vaarassa. Merkittävä tekijä on kivun psyykkiseen toimintakykyyn sekä sosiaali-siin suhteisiin liittyvä haitta.

Kroonista kipua ei aina pystytä kokonaan poistamaan, mutta useimmiten sitä voidaan vä-

hentää ja hallita. Kipupoliklinikalla korostetaan, että hoito ja kuntoutus ovat potilaan ja tiimin välistä luottamukseen perustuvaa yhteistyötä asiakkaan lähtökohdista.

”Kivunhoidon erikoislääkäri laatii hoito- ja kuntoutussuunnitelman potilaan kanssa. Se voi koostua lääkehoidon suunnittelusta ja seurannasta, kivunhoidollisista toimenpiteistä, kuten radiofrekvenssihoidosta tai puudutuksista, tai polikliinisestä fysio- tai toimintaterapiasta”, Sarita Aho sanoo. Kuntoutumisen näkökulma on vahva ja jatkosuunnitelmissa voidaan selvittää myös ammatillisen kuntoutuksen vaihtoehtoja. Fysio- ja toimintaterapiassa suositetaan potilaan omaa aktiivisuutta tukevia ratkaisuja.

#### VAIKUTTAVUUDEN ARVIOINTI TÄRKEÄÄ

Kivunhoidon kysynnän lisääntymiseen Kuntoutus ORTON on vastannut vahvistamalla kipupoliklinikan moniammatillista osaamista. Hoitotiimissä toimii vakinaisina kolme kivunhoitoon erikoistunutta fysiatrria, neurologi sekä kolme sairaanhoitajaa. Kipupolilla konsultoitavat myös monialaiseen kivunhoitoon perehtyneet neurokirurgi, psykiatri ja psykologi.

Toiminnan laajentuessa kipupoliklinikalla koetaan tärkeäksi varmistaa toiminnan laadun kehittäminen. ”Haluaamme selvittää, millaiset toimenpiteet auttavat erilaisia kipupotilaita. Toiminnan laadun kannalta on tärkeä mallintaa poliklinikan hoitokäytäntöjä. Näin varmistetaan yhtenäinen toimintatapa esimerkiksi kipustimulaattori- ja opiaattihoitojen aloituksessa tai moniammatillisissa konsultaatioissa”, Aho sanoo.

Tutkimukseen perustuvan kehitystyön ohella poliklinikan toimintakäytäntöjä kehitetään ja uudistetaan vastaamaan tehokkaammin potilaiden tarpeita. Esimerkiksi puhelinkonsultaatioita parannetaan lisäämällä soittoaikoja ja siirtämällä lääkärin aloittaman lääkehoidon neuvontaa osittain hoitohenkilökunnalle.

#### Miten kipupoliklinikalle pääsee?

ORTON on julkisen terveydenhuollon yhteistyökumppani. Maksusitoumuksia antavat terveyskeskukset ja sairaalat, vakuutusyhtiöt ja työterveyshuollot.

Vastaanotolle voi hakeutua myös itsemaksavana asiakkaana.

#### Ajanvaraus ja palveluneuvonta

ma-pe klo 8-14

(09) 4748 6357 / osastonsihteerit

(09) 4748 6583 ja 4748 6831 / sairaanhoitajat

## Maija Haanpäästä ORTONin ensimmäinen neurologi-ylilääkäri



**Neuropaattisen kivun hoitoon sekä kuntoutukseen erikoistunut LT Maija Haanpää siirtyi vuodenvaihteessa Kuntoutus ORTONin kipupoliklinikalle. Alalla arvostettu huippuosajia on ensimmäinen taloon pestattu vakituinen neurologi-ylilääkäri.**

Kivunhoidon tutkimuksessa ja kehittämisessä Suomessa ja kansainvälisesti aktiivinen neurologi-ylilääkäri kantaa huolta maamme kivunhoidon tasosta. ”Suomalainen kipupotilas on usein hämmäntynyt huonosti koodinoidusta kivunhoidosta. Resurssien lisäksi tarvitaan järjestelmällisyyttä ja yhtenäistä ohjausta, jotka vähentävät kitkaa hoitotilanteissa”, Facultas-hankkeen neurologisen kivun työryhmää johtava Haanpää sanoo.

Vaikea kipu heikentää työ- ja toimintakykyä ja pitkittyneet kivut johtavat monesti ennenaikaiselle eläkkeelle. ”Siinä liikkuu isot rahat, sillä kipupotilaiden eläköitymistä pystyttäisiin lykkäämään hyvällä hoidolla. Vajaakuntoisetkin voivat säilyttää kytköksen työelämään esimerkiksi osasairauspäivärahan ansiosta.”

ORTONissa tieteellinen tutkimus ja käytännön potilastyö kulkevat käsikkäin, samoin kuin Haanpään työuralla. ”Tieteellinen työ ryhdittään ja antaa pohjaa ydintyölle eli potilaiden ongelmien ratkaisemiselle. Kipupoliklinikka täyttää korkean lääketieteellisen yksikön tunnusmerkit”, Haanpää arvioi. Kollegoiden

kanssa on jo virinnyt jokunen tutkimusidea ja suunnitteluvaiheessa on yksi kansainvälisen tason tutkimus, josta vielä odotellaan toteutumispäätöstä.

Tieteellisten ja alaa edistävien toimiensa ohella hän korostaa kliinisen potilastyön merkitystä. Hän haluaa kumota käsityksen, jonka mukaan kipupotilaat ovat hankalia tapauksia. ”Ei se minusta ole näin. Kipu syö ja kyykyttää ihmistä. Varmin tapa pilata kuvio on kyseenalaistaa potilaan kertomus ja kiputuntemus. Hänen kohtaamiseensa tarvitaan aikaa ja siinä tilanteessa lääkäri on asiantuntija ja kivun tulkki. On palkitsevaa, kun hoidon edetessä voi nähdä potilaan tilanteen kohenevan.”

”Ydintyön osalta ORTON ei eroa muista taloista, mutta täällä eri erikoisalojen näkemykset ovat helposti saatavilla ja etenkin ammatillisen kuntoutuksen asiantuntemus lähellä. Samoin erilaisten lisätutkimusten tekeminen sujuu täällä vaivattomasti ja nopeasti. Kaiken kaikkiaan ilmapiiri talossa on positiivinen ja asiakasmyönteinen. On itsellekin antoisaa olla mukana katalysoidussa yleisen palvelukyvyyn kehittämistä”, tuore ylilääkäri iloitsee.