JYX JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO UNIVERSITY OF JYVÄSKYLÄ

This is a self-archived version of an original article. This version may differ from the original in pagination and typographic details.

Author(s): Taiminen, Heini; Saraniemi, Saila; Joffe, Grigori; Stenberg, Jan-Henry; Parkinson, Joy

Title: Lääkärien suhtautuminen nettiterapiaan positiivista mutta varovaista

Year: 2019

Version: Accepted version (Final draft)

Copyright: © Suo-men Lää-kä-ri-liit-to, 2019.

Rights: In Copyright

Rights url: http://rightsstatements.org/page/InC/1.0/?language=en

Please cite the original version:

Taiminen, H., Saraniemi, S., Joffe, G., Stenberg, J.-H., & Parkinson, J. (2019). Lääkärien suhtautuminen nettiterapiaan positiivista mutta varovaista. Suomen lääkärilehti, 74(3), 126-128. https://www.laakarilehti.fi/tyossa/raportit-ja-kaytannot/laakarien-suhtautuminen-nettiterapiaan-positiivista-mutta-varovaista/

Lääkärien suhtautuminen nettiterapiaan positiivista mutta varovaista

Heini Taiminen
tutkijatohtori
Jyväskylän yliopisto
heini.taiminen@jyu.fi

Saila Saraniemi
yliopistonlehtori
Oulun yliopisto

Grigori Joffe
psykiatrian dosentti
johtava ylilääkäri, HUS

Jan-Henry Stenberg
linjajohtaja
HYKS, ICT-psykiatria ja psykososiaaliset hoidot

Joy Parkinson
Senior Lecturer
University of Griffith, Australia

Nettiterapiat tarjoavat lääkärien näkökulmasta hyväksytyn tavan tarjota hoitoa. Kyselytutkimuksessa lääkärit katsoivat ne kuitenkin alkuvaiheen hoitoa täydentäväksi lisäksi eikä ainoaksi hoitovaihtoehdoksi. Nettiterapia ei saisi jäädä irralliseksi muusta hoitopolusta.

Digitaaliset etähoitomuodot, kuten nettiterapiat, tarjoavat mahdollisuuden vastata tehokkaasti terveyspalvelujen kasvavaan kysyntään (1), joskin niiden käyttöönotto on kansainvälisestikin ollut melko vähäistä (2). Lääkärit toimivat tärkeinä portinvartijoina digitaalisten etähoitomuotojen käyttöönotossa, mutta heidän suhtautumistaan niihin on tutkittu varsin vähän.

Tähän artikkeliin on koottu löydöksiä vuonna 2016 tehdystä kyselytutkimuksesta, jossa kysyttiin lääkärien näkemyksiä nettiterapioiden käytöstä ja hyväksyttävyydestä sekä lääkäreiden niihin liittämiä hyötyjä ja huolenaiheita. Kyselyyn vastasi 412 Suomessa työskentelevää lääkäriä, joista kolme neljäsosaa toimi pääosin julkisessa terveydenhuollossa (Liitekuvio 1). Osa tuloksista on julkaistu aiemmin kansainvälisissä lehdissä (3,4).

Suhtautuminen positiivista, mutta tietämys heikkoa

Lähes kaikki vastaajat (91,1 %) olivat kuulleet suomalaisista nettiterapiavaihtoehdoista, mutta vain noin kolmannes (35,7 %) oli ohjannut potilaitaan käyttämään niitä. Suhtautumista nettiterapioihin (keskiarvo 5,4 asteikolla 1-7) ja niiden tehokkuuteen mielenterveyspotilaiden hoidossa (ka 5,0) voidaan kuvata positiiviseksi mutta varovaiseksi. Huolimatta suhteellisen positiivisesta asenteesta, vastaajien aikomus ohjata potilaitaan nettiterapioiden käyttöön oli vielä melko vähäistä (ka=3,4). Tietämys niiden sisällöistä ja käytöstä oli myös heikkoa (ka 2,8) (3,4).

Parhaiten nettiterapiat tunnettiin HYKS:n alueella. Positiivisinta suhtautuminen oli kuitenkin OYS:n ja TAYS:n alueella. Pääosin julkisella sektorilla työskentelevien lääkärien asenne nettiterapioita kohtaan oli positiivisempaa kuin yksityissektorin lääkärien, myös arvioitaessa nettiterapioiden tehokkuutta hoitomuotona. Lisäksi julkisella sektorilla työskentelevät näkivät nettiterapiat merkityksellisemmiksi yleisesti mielenterveyspalvelujen tarjoamisessa ja myös oman ammatinharjoittamisen kannalta. (4.)

Psykiatriaan erikoistuneiden lääkärien tietämys nettiterapioista oli suurin, mutta toisaalta työterveyslääkärit aikoivat käyttää nettiterapioita hoitomuotona useimmin. Nuoret lääkärit suhtautuvat nettiterapioihin positiivisimmin, vaikka heillä oli näistä vähiten tietoa. Silti kaikissa ikäryhmissä niitä pidettiin tärkeinä hoitomuotoina. (4.)

Hyvä lisävaihtoehto, mutta ei ainoa hoitomuoto

Vastaajat pitivät nettiterapiaa sopivana hoitomuotona erityisesti lieviin ja keskivaikeisiin ongelmiin tai oireisiin. Sen nähtiin soveltuvan lähinnä muita ensivaiheen hoitomuotoja täydentäväksi hoidoksi, muttei mielellään ainoaksi (kuvio 1).

Nettiterapia nähtiin muita alkuvaiheen hoitoja paremmaksi vaihtoehdoksi hoidon saatavuuden ja kokonaiskustannusten näkökulmasta. Sitä pidettiin myös kilpailukykyisenä, kun lääkäreitä pyydettiin arvioimaan potilaan saamia hyötyjä, hoitomyönteisyyttä, asiakastyytyväisyyttä, hoitoennustetta pitkällä aikavälillä ja hoidon kokonaistehokkuutta (Liitekuvio 2).

Vastaajia pyydettiin sanallisesti kuvailemaan nettiterapioiden tuomia hyötyjä (337 kommenttia) (4) ja niihin liittyviä huolenaiheitaan (240 kommenttia) (3).

Lääkärien kuvailemat hyödyt liittyivät hoitomuodon tehokkuuteen, potilaalle miellyttävään tapaan tuottaa palvelu, parempaan palvelun saatavuuteen sekä hoitomuodon resurssiviisauteen. Vaikka usein näihin hoitomuotoihin liitetään nimenomaan kustannustehokkuus, tämä näkökulma ei korostunut vastauksissa erityisesti. (3.)

Huolta aiheuttivat esimerkiksi kontaktin puuttuminen potilaaseen ja sen mahdolliset seuraukset, tiedon puute nettiterapioista ja niihin ohjaamisesta, vastuukysymykset sekä käytännön kysymykset, kuten kuka maksaisi palvelun. Vastaajat pitivät tärkeänä myös sitä, että nettiterapia ei saa olla vain muun terapian korvike tai liian helppo vaihtoehto. Diagnosoinnin merkitys, nettiterapian potilaskohtaisen sopivuuden arviointi sekä nettiterapian integrointi hoitoketjuun nähtiin tärkeiksi. (3.)

Nettiterapia osaksi hoitopolkua

Tulosten pohjalta haluamme nostaa esiin kaksi tärkeää osa-aluetta, jotka tulisi huomioida, kun nettiterapioita ja muita digitaalisia palveluja tuodaan osaksi terveydenhuollon hoitovalikoimaa.

Ensinnäkin on hyvä miettiä palvelujen asemointia yhteiskunnassa ja arvolupausta lääkärien näkökulmasta. Nettiterapioiden hyötyinä lääkärit korostivat palvelujen asiakaslähtöisyyttä ja tarjoamisen joustavuutta, eivät niinkään kustannustehokkuutta. Nettiterapiat pitäisi nähdä nimenomaan asiakaslähtöisenä, yhdenvertaisuutta lisäävänä ja kulloisellekin potilaalle sopivana vaihtoehtona, ei ainoana tai edullisena vaihtoehtona tarjota hoitoa. Digitaalisten palvelujen leimaamista kustannustehokkaaksi vaihtoehdoksi on yleensäkin syytä välttää. (4.)

Nettiterapiaan, kuten muihinkin uusiin hoitovaihtoehtoihin, liittyy aina vanhojen uskomusten muokkaamista uuden tiedon valossa. Aiempi tutkimus (5) on esimerkiksi osoittanut, että potilaan ja terapeutin välinen suhde (terapeuttinen allianssi) on nettiterapioissa yhtä vahva tai vahvempi kuin perinteisissä terapioissa, vaikka tässäkin tutkimuksessa lääkärit kantoivat huolta asiasta (3). Tämän tyyppisistä palveluista tarvitaan siis lisää tiedon jakamista lääkäreiden suuntaan.

On myös tärkeää erottaa ns. omahoito-ohjelmat kliiniseksi hoitomuodoksi tarjottavista vaihtoehdoista. Vaikka molemmille on varmasti tarvetta, olisi hyvä muodostaa selkeä ohjeisto siitä, minkä tyyppinen ja kenen tarjoama nettiterapia voi olla osa lääkärin kliinistä hoitotyötä.

Toiseksi on tärkeää kehittää digitaalisia palveluja integroituna osana terveydenhuollon kokonaisuutta ja hoitoprosesseja. Potilaan näkökulmasta on tärkeää, että kyseessä ei ole hoidon siirtyminen irralliseen digitaalisen palvelun piiriin ja sieltä pois, vaan vaikuttavien lisäpalvelujen, kuten nettiterapian, saumaton lisääminen hoitopolun kokonaisuuteen

Digitaalisia palveluja on myös tärkeää kehittää vastaamaan paremmin lähettävien lääkärien tarpeisiin, niin että he saisivat tukea nettiterapiasta hyötyvien potilasryhmien tunnistamiseen ja pääsisivät paremmin seuraamaan potilaansa edistymistä hoidon aikana. Lisäksi on syytä selkeyttää toimijoiden rooleja ja vastuita ja varmistaa riittävä potilaan seuranta (3).

Kirjallisuutta

1 Du E, Quayle E, Macleod H. Service providers perceptions on the uptake of computerised cognitive behavioural therapy (CCBT). Psychology J 2013;11:213–33.

2 Topooco N, Riper H, Araya R ym. Attitudes towards digital treatment for depression: A European stakeholder survey. Internet Interventions 2017;8:1–9.

3 Taiminen H, Saraniemi S, Parkinson J. Incorporating digital self-services into integrated mental health care: A physician's perspective. European Journal of Marketing 2018;52:2234–50.

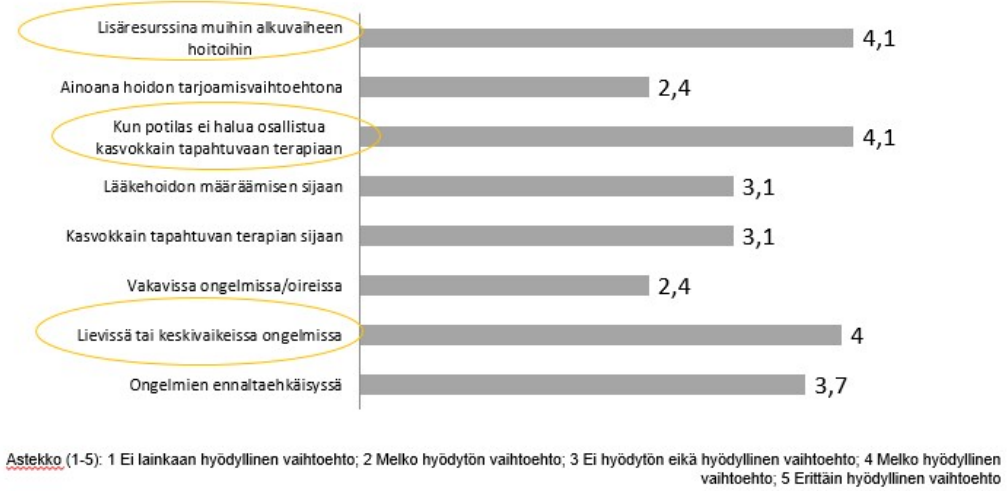
4 Taiminen H, Saraniemi S, Parkinson J, Joffe G, Stenberg J-H. Unlocking and realising the potential of cCBTs to reduce inequalities in mental health: A physician's perspective. Health Marketing Quarterly 2019 (painossa).

5 Pihlaja S, Stenberg J-H, Joutsenniemi K, Mehik H, Ritola V, Joffe G. Therapeutic alliance in guided internet therapy programs for depression and anxiety disorders – A systematic review. 2018;11;1-10.

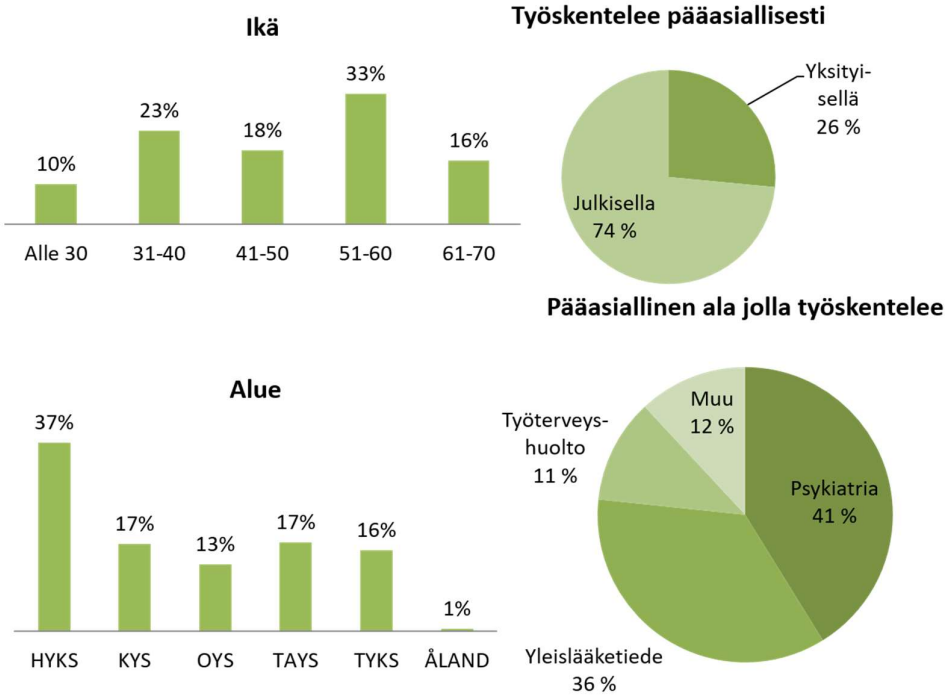
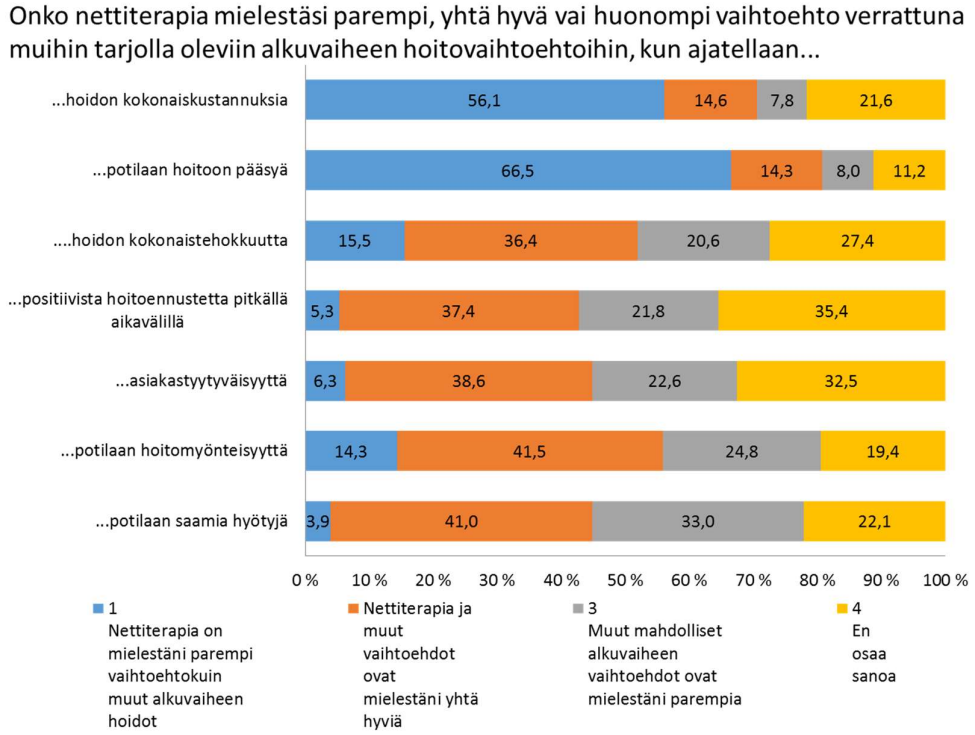
Kuvio 1.

Millaisissa tilanteissa nettiterapiat ovat mielestäsi hyödyllinen vaihtoehto?

1 = Ei lainkaan hyödyllinen vaihtoehto; 2 = Melko hyödytön vaihtoehto; 3 = Ei hyödytön eikä hyödyllinen vaihtoehto; 4 = Melko hyödyllinen vaihtoehto; 5 = Erittäin hyödyllinen vaihtoehto



Liitekuvio 1. Vastaajien taustatiedot



Liitekuvio 3. Nettiterapia vs. muut alkuvaiheen vaihtoehdot