



Kristiina Toivola
Työterveyshuollon
erikoislääkäri
psykoterapeutti,
työnohjaaja
luottamuslääkäri
vuodesta 1997 alkaen
Työyhteisöpalvelu
Työnilo

Luottamuslääkäritoiminta maailmalla

Erikoislääkärilehden edellisessä numerossa (2/2023) kerrottiin 25 vuotta Suomessa toimineen Luottamuslääkärijärjestelmän pääpiirteistä ja toiminnasta. Tässä kirjoituksen 2. osassa esitellään Luottamuslääkärien toimintaa USA:ssa, Norjassa ja Iso-Britanniassa.

USA:ssa on osavaltioissa ollut käytössä toimilupaa haettaessa ja uusittaessa velvoite kertoa kaikista aiemmistakin sairauksista. Jos siinä mainitsee joskus saaneensa hoitoa psykiatriisiin oireisiin tai on käynyt psykoterapiassa, ei aina saa lupaansa tai sen saamisessa on vaikeuksia. Seurauksena on ollut hoitoon hakeutuminen myöhään tai ei ollenkaan, hoidon hakeminen väärällä identiteetillä tai itsehoito. Toimilupaprosessia onkin uudistettu koskemaan vain hakemuksen hetkellä ilmenevää terveydentilaa. USA:ssa on myös PHP-ohjelmia, joissa hoidetaan päihdeongelmia ja niihin liittyy tiukka seuranta, ei niinkään hoitoa. Tulokset lääkärin päihdekuntoutuksesta ovat siellä erittäin hyviä, koska lääkärin ovat motivoituneita pysymään työssään.

Norjassa pitkäkestoista tutkimusta ja yksilöllistä tukea

LEFO – Legeforsknings-institut toimii Norjan lääkäriliiton yhteydessä. Se tutkii lääkäreiden terveyttä, työtä ja elämänlaatua, ammatillisen työn yhteiskunnallisia ja organisatorisia edellytyksiä, etiikkaa, ammatillisia arvoja ja priorisointia sekä lääkäreiden muuttuvia rooleja. Norjassa on pitkään tehty seurantatutkimusta lääkärin hyvinvoinnista ja korkeatasoisia julkaisuja on paljon. Instituutin johtaja Karen Isaksson-Ro vieraili luottamuslääkärien koulutustilaisuudessa v. 2017. Hän kertoi tutkimuksestaan, jonka tulosten mukaan lääkärin käyttämä sairausloma ennakoii pienempää uupumustilaa 1–3 vuoden jälkeen. Lääkärit, jotka olivat hakeutuneet Norjassa luotta-

muslääkärin luokse, saaneet sairauslomaa ja terapiaa, olivat kaikki takaisin töissä vuoden kuluttua. Isaksson kertoi, että myös Norjassa lääkärin hakeutuvat avun pariin myöhään. Kolmen vuoden seuranta-jakson jälkeen työperäinen stressi sekä negatiiviset selviytymisstrategiat olivat pysyneet alentuneella tasolla verrattuna ensimmäiseen vuoteen. Norjassakin lääkärin kokevat työn ja vapaa-ajan tasapainon entistä tärkeämmäksi. Lääkäriliitto järjestää Norjassa viikon mittaisia hyvinvointikursseja Villa Sana -kurssikeskuksessa. Osalle kursseista on myös lääkärin puolison mahdollista osallistua. Yksilöllinen ohjaus on myös mahdollista. Norjassa on myös alueellista luottamuslääkäritoimintaa.

Iso-Britanniassa oma järjestelmä lääkäreille

Practitioner Health (<https://www.practitioner-health.nhs.uk/>) on ilmainen, luottamuksellinen NHS:n perusterveydenhuollon mielenterveyspalvelu. Se perustettiin vuonna 2008 alun perin lääkäreille ja hammaslääkäreille. Nykyään se on laajentunut kaikille yleislääkäreille Englannissa ja myös muille terveydenhuollon ammattiryhmille, jos erityinen luottamuksellisuus on tarpeen. Järjestelmä on julkisrahoitteinen ja käyttäjälle maksuton. Perusteena palvelun luomiselle oli huoli työvoiman riittävyydestä, jota voidaan tukea henkilöstön hyvinvointia parantamalla ja työkykyä tukemalla. Yleislääkärit ovat merkittävä osa terveydenhuoltojärjestelmää. Missionsa mukaan palvelu pyrkii edistämään yhteistyöhön perustuvaa ja myötätuntoista kulttuuria

terveydenhuollon ja sosiaalihuollon alalla. PHP tekee myös tutkimusta ja kehittämiss-hankkeita. Sen toimintaa on auditoitu ja arvioitu vaikuttavaksi.

Practitioner Health on itselähetteen palvelu, harvoin voi tulla myös organisaation lähettämänä. Hakeutuminen hoitoon itsenäisesti, omaehtoisesti ja luottamuk-sellisesti oman organisaation ulkopuolelle on tärkeää onnistuneelle hoidolle.

Practitioner Health tarjoaa kokonais-valtaisia arviointeja ja hoitoja monenlai-siin mielenterveys- ja riippuvuusongel-miin. Järjestelmästä voi saada lähetteen lyhytpsykoterapiaan, ryhmäterapiaan, reseptilääkkeisiin ja laitoskuntoutukseen. Etä vastaanotot ovat käytössä. PHP:n erikoisuus on terveydenhuollon ammat-tilaisten tarpeiden ymmärtäminen, ei pelkkä hoitopaikka. Se ei myöskään ole työterveyshuolto. PHP auttaa terveyden-huollon ammattilaisia töihin palaamisessa, mutta ei tee varsinaisia työterveyshuololle kuuluvia työkyky- tai työhönpaluuarvioin-teja (Britanniassa työterveyshuolto on eri tavoin järjestetty kuin Suomessa). PHP ei toimi second opinionin lähteenä valvonta-asioissa.

Kansallinen arviointi Iso-Britanniassa työn pohjana

Vuonna 2018 General Medical Council pyysi professori Michael Westiltä ja Dame Denise Coialta koko Yhdistyneen Kuningaskunnan laajuisen arvioinnin tekijöistä, jotka vaikuttavat lääketieteen opiskelijoi-den ja lääkäreiden mielenterveyteen ja hy-vinvointiin. Raportissa on lueteltu yksityis-kohtaisia käytännön ehdotuksia erityisesti terveydenhuollon johdolle.

Raportin mukaan kaikki todisteet osoit-tavat, että organisaatiot, jotka asettavat etusijalle henkilöstön hyvinvoinnin ja hy-vän johtajuuden tarjoavat laadukkaampaa potilaiden hoitoa, saavuttavat korkeampaa potilastyytyväisyyttä ja pystyvät paremmin pitämään tarvitsemansa työvoiman. Viral-lisen johdon lisäksi vastuu on jokaisella yk-sittäisellä lääkärillä. Kyse ei ole vain rahasta;

kyse on käytöksestä ja teoista. Suosituksen tavoite on luoda työkuulttuuri ja ympäristö, jonka lääkärit ja potilaat ansaitsevat.

Keskeisiä kohtia Iso-Britannian raportista

Ensinnäkin potilasturvallisuus riippuu lää-käreistä. Lääketiede on kovaa työtä, mutta teemme siitä paljon vaikeampaa kuin sen pitäisi olla laiminlyönnellä yksinkertaiset keinot lääkäreiden hyvin-voinnista huo-lehtimisessa. Hyvinvointi on elintärkeää, koska liiallinen stressi terveydenhuollon organisaatioissa vaikut-

taa niin potilaiden hoidon laatuun kuin lääkäreiden omaan terveyteenkin. Kahdessa tutkimuksessa tutkijat havaitsivat, että pal-jon uupumisoireita omaavilla lääkäreillä oli 45–63 % suurempi todennä-köisyys tehdä merkittävä lääketieteellinen virhe seuraav-kolmen kuukauden aikana verrattuna niihin, joiden uupumustaso oli alhainen. Myös potilastyytyväisyys on parempi niis-sä organisaatioissa, joissa henkilökunta voi hyvin.

Hieman alle puolet erikoissairaanhoi-dossa työskentelevistä lääkäreistä har-kitsi eroamista organisaatioista, joissa he työskentelevät (2018 NHS Staff Kysely). Lähes joka viides harkitsi eroa NHS:stä. Sama ilmiö ovat nähtävissä kaikkialla Yh-distyneessä kuningaskunnassa. Kahdeksas Englannin kansallinen GP Worklife Survey, joka julkaistiin vuonna 2017, raportoi työ-tyytyväisyyden olevan vähäisintä yleislää-käreillä. Heidän stressitasonsa oli korkein v. 1998 jälkeen. 35 % yleislääkäreistä aikoi lopettaa potilastyön seuraavan viiden vuo-den kuluessa.

Yli kolmannes (37 %) erikoissairaanhoi-dossa työskentelevistä lääkäreistä Englan-nissa ilmoitti kokeneensa pahoinvointia työperäisen stressin seurauksena edellisellä vuonna. Lähes joka neljäs Britanniassa koulutuksessa oleva lääkäri ja joka viides kouluttaja sanoi tuntevansa uupumusta työssään paljon tai erittäin paljon. Lähes puolet eri koulutusvaiheissa olevista lää-käreistä ilmoitti tekevänsä ylitöitä. Joka

viidennellä heistä uni jäi puutteelliseksi.

Työolojen kohentaminen ja lääkäreiden tukeminen heidän työssään on terveyden-hoitopalvelujen perusta. Lääkärin koulutus maksaa puoli miljoonaa puntaa. Heidän työympäristönsä pitäisi tukea heitä anta-maan parasta mahdollista hoitoa.

Raportin pohjana on lääkäreiden perustarpeiden ABC:

Työhyvinvoinnin ja -motivaation varmista-miseksi sekä työstressin minimoimiseksi ihmisillä on kolme keskeistä tarvetta, ja kaikkien kolmen on täyttyttävä hyvässä työssä

- **Itsenäisyys/autonomia** – tarve hallita työtämme johdonmukaisesti arvojem-me mukaisesti.
- **Kuuluminen** – tarve olla yhteydessä toi-siin, huolehtia ja välittää muista ympä-rillämme ja tuntea olevansa arvostettu, arvostettu ja tuettu.
- **Kompetenssi** – tarve kokea osaamista työssä ja tuottaa arvostettuja tuloksia, kuten laadukasta hoitoa.

Luottamuslääkäri on sinua varten

Hyvinvoiva lääkäri on terveydenhuollon keskeinen voimavara. Jatkuva muutos yh-distettyinä tarkkuutta vaativaan ihmissuh-detyöhön kuormittaa lääkäreitä kaikkialla.

Luottamuslääkärijärjestelmä on liiton kädenojennus, kun Sinulla on terveyteen tai hyvinvointiin liittyvä ongelma ja haluat ohjausta ja tukea sopivan hoidon saami-seen.

Kirjallisuusluettelo edellisessä numerossa.