

Uusi tehokeino diabeteksen hoitoon otetaan käyttöön Pohjois-Savossa

Uusi tehokas tapa parantaa aikuisten diabeteksen hoitotuloksia tulee Pohjois-Savoon. Inspiroiviin keskustelukarttoihin perustuva menetelmä on Suomessa täysin uusi.

Diabetes Keskustelut –ryhmissä potilaat saavat tietoa ja vertaistukea sairauden vaatimiin elintapamuutoksiin. Diabetesliitto kouluttaa 18 hoitajaa Pohjois-Savon alueelta vetämään keskusteluryhmiä. Koulutus pidetään Kuopiossa keskiviikkona 15.4.2009. Lääketehtas Eli Lilly tukee koulutusten järjestämistä.

Aikuisiän diabetes eli tyypin 2 diabetes lisääntyy Suomessa nopeasti. Vaikka sairauden hoitoon on monia tehokkaita lääkkeitä, ne eivät yksin riitä. Tyypin 2 diabetes on perinnöllinen sairaus, mutta sitä voidaan tehokkaasti estää ja hoitaa liikuntaa lisäämällä ja ruokavaliota keventämällä. Suurin osa tyypin 2 diabetespotilaista on ylipainoisia, ja painonhallinnalla on tärkeä osuus hoidossa. Jokainen tietää, kuinka vaikeaa on muuttaa pysyvästi liikunta- tai ruokailutottumuksiaan. Diabetespotilaat eivät ole tässä mielessä poikkeus.

Pohjois-Savon alueella diabetesta esiintyy saman verran kuin Suomessa keskimäärin muuallakin. Hoitotilanne on alueella kohtuullinen. Sairauden seulonta on tehostunut muuan muassa DEHKO-hankkeen myötä. Sen seurauksena potilaita on enemmän hoidon piirissä myös Pohjois-Savossa, arvioi endokrinologian erikoislääkäri Ilkka Vauhkonen Kuopion yliopistollisesta keskussairaala.

– Aikuisiän diabeteksen hoidon kulmakivi on potilaiden ohjaaminen, jotta he pystyisivät tekemään pysyviä muutoksia elintavoissaan. Elintapahoito ei saisi missään sairauden vaiheessa jäädä taka-alalle. Yksilölliseen ohjaukseen ei ole tarpeeksi resursseja. Potilaan kannalta vertaistuki on erittäin tärkeä motivaatiota ylläpitävä tekijä, sillä tyypin 2 diabetekseen liittyy usein syyllisyyden tunnetta, epätietoisuutta ja ahdistusta. Näiden tunteiden käsittelyssä ryhmän tuki auttaa paljon. Vuorovaikutteinen ja keskusteleva ilmapiiri nostaa varmasti esille myös asioita, joita yksilöohjauksessa ei välttämättä tulisi ilmi. Terveystieteiden näkökulmasta menetelmä tehostaa resursseja ja ajankäyttöä, Vauhkonen sanoo.

Diabetes Keskustelut –ryhmässä voidaan hoitaa useampaa potilasta kerrallaan. Lisäksi ryhmäläiset jakavat kokemuksia sekä etsivät itse aktiivisesti hoitoratkaisuja, jolloin he tutkitusti sitoutuvat paremmin toteuttamaan suunnittelemaansa muutoksia.

Diabetesliiton koulutuspäällikkö Outi Himanen vetää kymmenen Diabetes Keskustelut –menetelmään valmistavaa koulutusta ympäri Suomea tämän kevään aikana.

– Diabeteksen hoito on haasteellista sekä potilaalle että ammattilaiselle. Diabetesta sairastava tarvitsee tietoa, ja häntä tulee auttaa löytämään itselle sopivimmat vaihtoehdot terveellisempään elämään. Kokemukseni mukaan ryhmätyöskentely ja sen tueksi laaditut keskusteluun kirvoittavat kuvalliset kartat ja muut lisätyökalut ovat motivoiva ja innostava tapa käsitellä asiaa, Himanen kuvailee.

Suomessa diabeetikkoja on noin puoli miljoonaa, joista noin 200 000 sairastaa diabetesta tietämättään. Valtaosalla heistä on tyypin 2 diabetes. Suomessa sairastuneiden määrän arvioidaan kaksinkertaistuvan 10TM5 vuoden aikana. Maailmanlaajuisesti diabetesta sairastavien määrän arvioidaan nousevan 350 miljoonaan vuoteen 2025 mennessä.

Diabetes Keskustelut

Diabetes Keskustelut on yhdysvaltalaisen Healthy Interactionin kehittämä ja Kansainvälisen diabetesliiton IDF:n Euroopan aluejärjestön tukema ohjattu ryhmätyömalli, jossa käytetään isoja pöydälle levitettäviä piirroksuvia eli keskustelukarttoja. Niiden pohjalta käytävää keskustelua ohjaa koulutettu diabeteshoitaja. Yhdessä keskustelussa voi olla mukana noin 5TM0 potilasta. Erilaisia keskustelukarttoja on yhteensä neljä. Diabetesliitto kouluttaa 400 hoitajaa ryhmäkeskustelujen ohjaajaksi kevään aikana. Lääketehtäjä Eli Lillyn tukemiin koulutuksiin osallistuminen on maksutonta. Diabetes Keskustelut on kansainvälinen ohjelma, joka toteutetaan yli 50 maassa ja yli 25 kielellä.

Lisätietoja:

Endokrinologian erikoislääkäri Ilkka Vauhkonen, Kuopion yliopistollinen keskussairaala, puh. 044 717 2549. Parhaiten tavoitettavissa puhelimitse ma ja ke klo 9TM4.

Koulutuspäällikkö Outi Himanen, Diabetesliitto, puh. 0400 723 664

Myynti- ja markkinointijohtaja Suvi-Maaria Ollila, Oy Eli Lilly Finland Ab, puh. 040 840 4903

Eli Lilly

Eli Lilly and Company (Lilly) on yksi johtavista kansainvälisistä lääkealan yrityksistä. Lilly kehittää ja valmistaa uusia ja innovatiivisia lääkkeitä soveltaen omien maailmanlaajuisten laboratoriodensa viimeisimpiä tutkimustietoja ja tekemällä yhteistyötä arvostettujen tieteellisten organisaatioiden kanssa. Tutkimukseen ja tuotekehitykseen käytetään vuosittain noin 20 % liikevaihdosta. Eri kehitys- ja tutkimusvaiheissa olevan tuotevalikoiman arvioidaan olevan yksi vahvimpia ja lupaavimpia lääketeollisuudessa. Tutkimustoiminta keskittyy diabeteksen, osteoporoosin, syövän, erektiohäiriöiden, keskushermostosairauksien sekä sydänsairauksien lääkehoitoon. Yhtiön palveluksessa on maailmanlaajuisesti yli 40 000 henkilöä ja liikevaihto oli noin 20,4 miljardia dollaria vuonna 2008. Yhtiön pääkonttori on Indianapolisissa Yhdysvalloissa. Suomessa toimivan tytäryhtiön palveluksessa Vantaalla työskentelee noin 62 henkilöä, ja vuoden 2008 myynti oli noin 62 miljoonaa euroa. Tärkeimmät ja tunnetuimmat tuotteet ovat Zyprexa, Cymbalta, Cialis, Gemzar, Alimta, Humalog, Actos ja Forsteo. Lisätietoja: www.lilly.fi