



Hoitoon hakeutuminen (alle 18-vuotiaat)

Tämän tekstin sisältö:

- Milloin pitää hakea ammatillista apua?
- Vastarinta ja motivointi
- Hoitavat tahot Varsinais-Suomessa ja Satakunnassa
- Muutama sana psykoterapiasta
- Mitä kaikkea syömishäiriöiden hoitoon voi ja tulisi sisältyä: Käypä hoito -suositus

Milloin pitää hakea ammatillista apua?

Yksi syömishäiriön keskeisistä oireista on **pakonomainen laihduttaminen**. Riippumatta siitä minkä kokoinen ihminen on ja tapahtuuko laihduttamisen aikana painon putoamista, laihduttamiseen liittyvä syömisen, ruuan ja painon kontrollointi on hyvin keskeinen elämän sisältö. Laihduttamisen ympärillä tapahtuva toiminta aiheuttaa ahdistusta, epätietoisuutta, pakonomaisuutta ja ehdottomuutta.

Sairastava muuttuu usein **ilottomaksi, vakavaksi eikä pysty joustamaan** yhä tiukemmaksi käyvistä säännöistä ja kielloista. Kontrolli ja säännöt alkavat myös haitata ihan normaalia arjen elämistä. Erilaiset menemiset ja tulemiset, ystävien ja sukulaisten tapaamiset muuttuvat latautuneiksi, koska pitää tietää mitä syödään, mihin aikaan, voiko luottaa etteivät muut yritä lihottaa tai muuten vaan suhtaudu negatiivisesti ja syytellen.

Usein sairastava ei halua, että hänen syömisiinsä tai muuhunkaan elämäänsä puututaan. Sairastava saattaa jäädä kiinni **valehtelusta, joka voidaan myös ajatella tarpeena antaa sellaisia vastauksia mitä kysyjä haluaa saada**.

Paino on huono mittari avun tarpeelle. Kaikki nuoruusiässä sairastuneet eivät sairasta anoreksiaa. Parempi mittari avun tarpeelle on miettiä kuinka paljon laihduttaminen, kontrolli ja kiellot rajoittavat normaalia elämää ja kuinka paljon ahdistusta, onnettomuutta tai häiriintynyttä käytöstä oireet aiheuttavat.

Vastarinta ja motivointi



Sairastava ei välttämättä halua hoitoa eikä apua. **Syömishäiriösairaus**, niin nurinkurista kuin se onkin, **tarjoaa ratkaisun** sairastavaa vaivaavaan stressiin, ahdistukseen, väsymykseen tai kelpaamattomuuden tunteeseen. Tästä syystä hoitoa tai apua vastustetaan; ratkaisukeinoa yritetään ottaa pois.

Hoitoon motivointia voi tehdä seuraavista näkökulmista:

- syömishäiriö on sairaus, josta voi toipua. Se ei ole elämäntapa tai kohtalo.
- syömishäiriösairaus on mielenterveydenongelma, joka saa ihmisen ajattelemaan olevansa arvoton, ruma, huono, lihava vaikei sitä oikeasti olekaan.
- sairastava on ihan samalla tavalla arvokas ja rakastettava kuin kaikki muutkin. Sairastava on avun, huomion ja huolenpidon arvoinen kuten me kaikki olemme.
- syömishäiriön ratkaisukeinojen sijaan on muita tapoja kohdata stressiä ja ahdistusta: voi puhua, ilmaista itseään piirtäen, tanssien, kirjoittaen, eikä tunteitaan tarvitse paeta.
- useat ihmiset ovat toipuneet syömishäiriöstä ja useimmat ovat tarvinneet ja saaneet sairauteensa hoitoa.
- syömishäiriösairaus on vakava sairaus, jolla voi olla vakavia fyysisiä seurauksia. Syömishäiriösairauksissa kuolleisuus on korkea.

Hoitavat tahot Varsinais-Suomessa ja Satakunnassa

Kouluterveydenhuolto

Alle 18-vuotiaiden hoito lähtee käyntiin useimmiten kouluterveydenhoitajan vastaanotolta, jossa toimii myös koululääkäri. Kouluterveydenhoitajan vastaanotolla kartoitetaan kokonaistilannetta. Terveystoimittajan lisäksi mukana auttavassa verkostossa voivat olla myös muut kouluissa toimivat tahot, esimerkiksi koulupsykologi, koulukuraattori, psykiatrinen sairaanhoitaja, koulun nuorisotyöntekijä jne.

Hoitoon voi hakeutua myös oman terveysaseman tai yksityisen lääkäriaseman kautta.

Useimmiten koulussa tulee ongelmia ruokailun ja syömisen kanssa. Koulun toimijoiden kanssa on hyvä keskustella miten ruokailuun ja syömiseen liittyviä ongelmia voitaisiin ratkoa. Samalla on hyvä keskustella miten sosiaalinen ympäristö voitaisiin tehdä turvallisemmaksi; onko koulussa kiusaamista, onko jotain sellaisia asioita, jotka luovat epävarmuutta, pelkoa tai ahdistusta.

Kouluterveydenhuollossa on mahdollista seurata sairastavan painon muutoksia ja nuoren psyykkistä vointia. Mikäli tilanne ei parane tai pahenee entisestään, on syytä siirtyä erikoissairaanhoidon piiriin. Kouluterveydenhoitajan tehtävänä on tunnistaa syömishäiriön oireet, tehdä arvio tilanteesta ja kirjoittaa tarvittaessa lähete joko koululääkärille tai erikoissairaanhoitoon.

Turku



Syömishäiriöpoliklinikka

Syömishäiriöpoliklinikka vastaa alle 20-vuotiaiden turkulaisten syömishäiriötä sairastavien avohoidosta. Syömishäiriötä sairastavan hoitamisesta vastaa usein moniammatillinen tiimi, johon voi kuulua lääkäri, psykologi, ravitsemusterapeutti, gynekologi, erikoishammaslääkäri sekä fysioterapeutti. Poliklinikalle tarvitaan aina lähete, jonka kirjoittaa tarvittaessa esimerkiksi koululääkäriltä tai terveystieteidenkeskustälääkäriltä. Lasten ja nuorten poliklinikalla erikoislääkäri arvioi kiireellisyyssasteen ja ohjaa oikealle vastaanotolle.

<https://www.turku.fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/terveyspalvelut/laakarier-ja-hoitajien-vastaanotot/lasten-ja-nuorten-1>

Syömishäiriöpoliklinikan yhteystiedot:

Itäinen Pitkätatu 30, 20700 Turku
puh. 02 266 1155

Syömishäiriöyksikkö

Syömishäiriöyksikössä hoidetaan yli 13-vuotiaita potilaita ilman yläikärajaa. Syömishäiriöt ilmenevät häiriönä suhteessa ruokaan, painoon ja kehonkuvaan tavalla, joka uhkaa potilaan terveyttä tai toimintakykyä.

Syömishäiriöyksikkö toimii päiväsairalana ja sen hoitajakset ovat lyhyitä. Intensiivinen hoito keskitetään erityisesti sairauden alkuvaiheessa oleville potilaille. Tavoitteena on syömishäiriön oireiden saaminen hallintaan, ravitsemustilan korjaaminen sekä jatkohoitosuunnitelman tekeminen.

Osoite

Eurocity, C-porras, 4. kerros
Joukahaisenkatu 1, Turku

Puhelin

050 597 2075

Osasto 716

Sairaalahoito tapahtuu TYKS:in Lasten ja nuorten psykiatrisella osastolla 716. Hoitopaikat ovat varattu pääasiassa vakavaa anoreksiaa sairastaville.

Osasto 716 yhteystiedot:

Kunnallissairaalantie 20, Rakennus 5, 20700 Turku
Puh. 02 313 1716 (kanslia)

Maariankatu 8 D 104
20100 TURKU

040 5958 542
040 1535399

✉ lounaissuomi@syliin.fi
www.syliin.fi

Y-tunnus 1021735-0



Osasto 716 on psykiatrinen, 10-paikkainen nuorten tutkimus- ja hoito-osasto, jonka tavoitteena on tarjota tukea nuorelle ja hänen perheelleen sellaisessa vaiheessa, jossa kodin, koulun ja avohoidon tuki ei ole riittävä. Osastolla toteutetaan tutkimusjaksoja (noin 6-8 viikkoa) sekä pidempiä hoitajaksoja. Iältään nuoret ovat 13-18 -vuotiaita. Nuoret saapuvat osastolle virka-aikana lääkärin läheteellä joko osastoarviointikäynnin kautta, tai osastosiirtona jatkohoitoon esimerkiksi osastolta 717.

Kaarina

Kaarinan nuorisopsykiatrian poliklinikka

Kaarinan nuorisopsykiatrisella poliklinikalla hoidetaan kaarinalaisia, paimiolaisia, piikkiöläisiä ja sauvolaisia 13-20 -vuotiaita nuoria. Poliklinikalle tullaan läheteellä, jonka on tehnyt esim. koulu- tai terveyskeskuslääkäri.

Yhteystiedot:

Kiesikatu 8, 2. krs

20780 Kaarina

Puh: 02 313 8130

<https://www.vsshp.fi/fi/toimipaikat/psykiatrian-toimipaikat/Sivut/nuorisopsykiatrian-poliklinikka-kaarina.aspx>

Lieto

Liedon nuorisopsykiatrian työryhmä

Vastaanotolle tullaan lääkärin läheteellä tai nuoren oman yhteydenoton perusteella. Liedon työryhmän palvelujen piiriin kuuluvat Lieto, Tarvasjoki, Aura, Marttila ja Koski Tl.

Yhteystiedot:

Hyvätylän tie 12

Puh: 02 314 5979

Raisio

Raision nuorisopsykiatrian poliklinikka



Poliklinikka vastaa 12 kunnan (Raisio, Naantali, Masku, Rusko, Vahto, Mynämäki, Askainen, Lemu, Nousiainen, Merimasku, Rymättylä, Velkua) alueella asuvien 13-17 -vuotiaiden nuorten psykiatrisesta tutkimuksesta ja avohoidosta. Poliklinikalle tullaan lääkärin läheteellä.

Yhteystiedot:

Raisiontori 1, 21200 Raisio

Puh: [02 313 8512](tel:023138512)

Salo

Salon nuorisopsykiatrian poliklinikka

Poliklinikalla tarjotaan psykiatrisia erikoissairaanhoidon palveluja 13 – 19-vuotiaille nuorille. Hoitoon voi tulla läheteellä tai nuori voi itse ottaa yhteyden poliklinikalle soittoaikana ma – to 11.30 – 12.00.

Yhteystiedot:

Turuntie 8 B, 24100 Salo

Puh: [02 314 5747](tel:023145747)

Uusikaupunki

Uudenkaupungin nuorisopsykiatrian poliklinikka

Uudenkaupungin nuorisopsykiatrian poliklinikka tarjoaa psykiatrisia avohoitopalveluja Kustavin, Laitilan, Pyhärannan, Uudenkaupungin, Taivassalon ja Vehmaan alueella asuville nuorille. Läheteitä otetaan vastaan 13-17-vuotiaista sekä koulua käyvistä 18-19 -vuotiaista nuorista. Aloitettua hoitoa voidaan jatkaa 20 ikävuoteen saakka.

Nuorisopsykiatrian poliklinikalle hakeudutaan lääkärin, kouluterveydenhoitajan tai muun terveydenhuollon ammattilaisen läheteellä. Lähetettä ei tarvita, mikäli nuori varaa itse ajan itselleen.

Yhteystiedot

Välskärintie 2 A, PL 12, 23501 Uusikaupunki

Puh. 02 314 2123


Satakunta

Erikoissairaanhoido Satakunta

Toimisto

Maariankatu 8 D 104

20100 TURKU

 040 5958 542

040 1535399

 lounaissuomi@syliin.fi

www.syliin.fi

Y-tunnus 1021735-0



Satakunnan alueella nuorisopsykiatrian poliklinikka vastaa sairaanhoitopiirin 13-22 -vuotiaiden nuorten psykiatrisesta tutkimuksesta ja hoidosta.

Poliklinikka on tarkoitettu nuorille ja heidän perheilleen, mm. kun nuori on ahdistunut, masentunut, itsetuhoinen, hänellä on syömiseen liittyviä ongelmia tai nuoren käyttäytyminen on poikkeavaa ja tarvitaan osastohoidon arviota.

Porin nuorisopsykiatrian osasto

Hansakatu 5, 28100 Pori
Osasto puh. 02 627 4771

Porin nuorisopsykiatrian poliklinikka

Antinkatu 15 A, 2. kerros
puh. 02 627 4760.

Poliklinikka avoinna ma – to klo 8.00 – 15.30, pe klo 8.00 – 15.00.
Muina aikoina voi tarvittaessa ottaa yhteyttä omaan terveyskeskukseen.

Hoitoon tullaan lääkärin läheteellä. Porilaiset nuoret pääsevät poliklinikalle vastaanottotyöryhmän kautta. Ajantilaus uusille porilaisille asiakkaille maanantaista perjantaihin klo 12 – 13 numerosta 02 – 641 4116.

Muut kuin porilaiset uudet asiakkaat ottavat yhteyttä numeroon 02 – 633 4420.

Nuorten vastaanottoryhmä (VOR)

Yrjönkatu 20, 3. krs
28100 Pori

Ajanvaraus ja tiedustelut 044 701 8296, ma-pe klo 12.00–13.30.
Ajanvaraukseton vastaanotto torstaisin klo 12.00–15.00 Nuorten vastaanotossa.
Työntekijöillä on puhelinaika arkisin klo 12.00 -12.30.

<https://www.pori.fi/sosiaali-ja-terveys/mielenterveys-ja-paihdeyto/nuorten-vastaanotto>

Rauman nuorisopsykiatrian poliklinikka

Steniuksenkatu 2, 26100 Rauma
Puh. [02 627 8741](tel:026278741)

avoinna ma – to klo 8.00 – 15.30, pe klo 8.00 – 15.00.
Muina aikoina voi tarvittaessa ottaa yhteyttä omaan terveyskeskukseen.

Harjavallan nuorisopsykiatrian poliklinikka

Käyntiosoite: Harjavallan sairaala, Sairaalantie 14, 29200 Harjavalta.
Puhelin 02 535 4570 tai 02 535 4571.



Huittisten nuorten työryhmä

Lauttakylänkatu 4, 32700 Huittinen

Puh. 02 – 627 4330

Kankaanpään nuorten työryhmä

Kankaanpään mielenterveyskeskus, Tapalankatu 20, 38700 Kankaanpää. Terveyskeskuksen 2. kerros.

Puhelin 02 627 4300

Harjavallan, Huittisten ja Kankaanpään nuorten työryhmät

avoinna ma – pe klo 8.00 – 15.30

Nuorisopsykiatrian osasto 21

Sairaalantie 14

29200 Harjavalta

Puh. 02 – 535 4911 (vaihde)

Puh. 02 – 535 4651

Muutama sana psykoterapiasta

Psykoterapia on usein yksi osa syömishäiriötä sairastavan hoitoa. Psykoterapiaan voi hakeutua joko omalla kustannuksellaan tai Kelan tukemana kuntoutusterapiana. Kela edellyttää vähintään 3 kuukautta kestävästä arviointi- ja hoitajaksoa, ennen kuin terapiatuen hakeminen on mahdollista. Kelan tukea varten psykiatri laatii B-lausunnon.

Nuorten sairastavien kohdalla on tarkoin harkittava milloin on hyvä aika aloittaa terapia. Terapia on kuormittava ja raskas prosessi, ja siitä voi olla joissakin tilanteissa enemmän haittaa kuin hyötyä. Jos terapiaa ei aloiteta, se ei tarkoita sitä, että mitään keskusteluapua ei voisi olla.

Terapiaan hakeutumisesta on hyvä ohjeistus Mielenterveystalon sivuilla:

https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/oppaat/psykoterapiaan_hakeutujan_opas/Pages/default.aspx

Mitä kaikkea syömishäiriöiden hoitoon voi ja tulisi sisältyä: Käypä hoito -suositus

Syömishäiriöiden Käypä hoito -suositus on vuodelta 2014 ja siinä on kattavasti ja yksityiskohtaisesti kuvattu eri sairauksien erityispiirteitä ja diagnostiset kriteerit. On hyvä muistaa, että kaikki kriteerit eivät täyty kaikilla kokonaan. Kriteerit ovat kuvaus ja luettelo, joka ei vastaa todellista elämää ihan kaikilla.

Käypä hoito -suosituksen loppupuolella on kerrottu miten syömishäiriötä sairastavaa tulisi hoitaa. Yleisellä tasolla voidaan sanoa, että mitä aikaisemmin nuoren tilanteeseen puututaan ja mitä kokonaisvaltaisemmin sairastava ja sairastavan läheiset kohdataan, sen parempi. Ongelmallinen

Toimisto

Maariankatu 8 D 104

20100 TURKU

040 5958 542

040 1535399

✉ lounaissuomi@syliin.fi

www.syliin.fi

Y-tunnus 1021735-0



tilanne voi korjaantua perusterveydenhuollon toimenpiteillä, eikä välttämättä erikoissairaanhoidoa tarvita.

Nuorten kohdalla on tärkeää, että läheiset ovat mukana hoidossa ja saavat tarvitsemaansa tietoa ja tukea.

Lue lisää Käypä hoito -suosituksesta tästä:

<https://www.kaypahoito.fi/hoi50101#readmore>

