



## KÄYPÄ HOITO -SUOSITUKSEN IMPLEMENTOINTISUUNNITELMA: AHDISTUNEISUUSHÄIRIÖT

21.1.2019

### IMPLEMENTOINNIN TAVOITTEET

<p><b>1. Ahdistuneisuushäiriöt ovat tavallisia, usein pitkäkestoisia ja elämänlaatua heikentäviä häiriöitä, joihin on olemassa tehokkaita hoitoja.</b></p>
<p><b>2. Hoito toteutetaan eri toimijoiden yhteistyönä.</b> Perusterveydenhuollossa ja työterveyshuollossa toteutetaan sellaisten lievien ja keskivaikkeiden, komplisoitumattomien ahdistuneisuushäiriöiden hoito, joihin ei liity vakavaa samanaikaissairastavuutta, vakavaa toimintakyvyn heikkenemää tai samanaikaista vakavaa itsetuhoisuutta. Psykiatrin konsultaatioon tai psykiatriseen erikoissairaanhoidon ohjataan – paikallisen käytännön mukaan. Nuorten ahdistuneisuushäiriöiden tunnistamisessa ja hoidossa myös koulu- ja opiskelijaterveydenhuollon merkitys on suuri. Hoidossa tehokkaiksi todetut psykoterapeuttiset ja lääkkeelliset hoidot eivät toteudu aina riittävän pitkäjänteisesti, mutta tätä voidaan hoidon koordinaatiolla parantaa.</p>
<p><b>3. Potilas tutkitaan huolellisesti, ja ahdistuneisuushäiriön diagnoosi perustuu kliiniseen psykiatriseen haastatteluun.</b> Haastattelussa olennaista on selvittää oireiden luonne, kesto, vaikeusaste ja niiden aiheuttama toiminnallinen haitta. Oirekartoitusmittareita on koottu suosituksen <a href="#">taulukkoon 4</a>. Suosituksessa on myös diagnoosia helpottava toimintamalli <a href="#">kaaviona</a>.</p>
<p><b>4. Psykoedukaatio on suositeltavaa ahdistuneisuushäiriöissä.</b> Psykoedukaatio on ilmeisesti tehokasta yleistyneessä ahdistuneisuushäiriössä (B).</p>
<p><b>5. Tunnistetaan ja hoidetaan myös muut ahdistuneisuushäiriöihin liittyvät psykiatriset häiriöt.</b> Ahdistuneisuushäiriöihin liittyy usein psykiatrista samanaikaissairastavuutta, kuten masennusta, muita ahdistuneisuushäiriöitä ja päihteiden käyttöä. Masennukseen liittyvät ahdistuneisuusoireet ovat myös yleisiä. Ahdistuneisuusoireet ovat tavallisia somaattisten sairauksien yhteydessä.</p>

### SUOSITUKSEN SISÄLTÄMÄT IMPLEMENTOINNIN MATERIAALIT

- Taulukko: Ahdistuneisuushäiriöiden oirekartoitusmittareita
- Kaavio: Toimintamalli ahdistuneisuushäiriötä epäiltäessä
- Kaavio: Toistuvan tai pitkäkestoisien ahdistuneisuushäiriön hoito
- Lisätietoartikkeli: Ahdistuneisuushäiriöt ja Kelan kuntoutukseen ohjaaminen
- Vältä viisaasti -suositus: Bentsodiatsepiinilääkehoidon aloitus ahdistuneisuushäiriöihin
- Lisätietoartikkeli: Bentsodiatsepiinien käyttöön liittyvät hoitokäytännöt



Suomalainen Lääkäriseura Duodecim  
Käypä hoito

## ERIKSEEN TOTEUTETTAVAT IMPLEMENTOINNIN MATERIAALIT

- Luentomateriaali: Ahdistuneisuushäiriöiden diagnostiikka ja hoito

## VIESTINTÄ JA NÄKYVYYS

Keskeiset viestit suurelle yleisölle

- Ahdistuneisuushäiriöt ovat tavallisia, usein pitkäkestoisia ja elämänlaatua heikentäviä häiriöitä, joihin on olemassa tehokkaita hoitoja.

Tiedottamiskanavat

- Tiedote julkaistaan Käyvän hoidon ja Duodecimin -kotisivuilla sekä Terveysportissa
- Some (Facebook, Twitter)

## KOULUTUKSET

- Ahdistuneisuushäiriöt - uusi Käypä hoito käytännössä, Lääkäri 2019 Helsinki, 11.1.2019
- Ahdistuneisuushäiriöt nyt. Uusi Käypä hoito -suositus Pohjolan Lääkäripäivät 20.2.2019
- Ahdistuneisuushäiriöiden Käypä hoito -suositus: ydinkohdat yleislääkärille -luento, Tampere 21.3.2019
- Psykiatripäivät 15.3.2019