



IMPLEMENTOINTISUUNNITELMA: KIPU

13.10.2015

IMPLEMENTOINNIN TAVOITTEET

Tähän kirjataan suositustyöryhmän tavoitteet toimintatapojen muutokselle. Kirjataan vähintään viisi asiaa, joissa kliinisen kokemuksen perusteella on epäsuhtaa suosituksen ja toiminnan välillä.

1. Pitkäaikaisen kivun hoitoa suunniteltaessa kartoitetaan yhdessä potilaan kanssa mitkä ovat soveltuvimmat lääkkeettömät hoitomuodot.

Lääkkeettömät hoidot ovat ensisijaisia, ja lääkehoito yhdistetään muihin hoitomenetelmiin. Keskeisiä lääkkeettömiä hoitoja ovat muun muassa

- liikunta
- terapeuttinen harjoittelu (suunnitelmallinen, systemaattinen ja ohjattu)
- kognitiivis-behavioraalinen terapia
- fysikaaliset hoidot
 - kylmä- ja lämpöhoito
 - TNS.

2. Kun hoidetaan pitkäaikaista kipua, potilaalle tarjotaan mahdollisuutta pysyvään hoitosuhteeseen.

Kivun hyvä hoito edellyttää hoitosuhteen jatkuvuutta

- Hoitosuunnitelma laaditaan yhdessä potilaan kanssa. Molemmat osapuolet sitoutuvat siihen.
- Potilaan aktiivisuutta, pystyvyyttä, vastuuta ja rauhallista suhtautumista kipuun tuetaan.

3. Pitkäaikaisen kivun hoidossa hyödynnetään moniammatillista osaamista potilaan tarpeiden ja hoitosuunnitelman mukaan.

Pitkäkestoisen kivun hoidossa ja kuntoutuksessa moniammatillinen lähestymistapa on tarpeen. Siihen voivat sisältyä esimerkiksi fysio- ja toimintaterapeuttinen ohjaus, psyykinen tuki ja hoitajan antama ohjaus. Potilasta ohjataan myös sosiaaliturvaan liittyvissä kysymyksissä.

4. Kipupotilaan arvioinnissa ja dokumentoinnissa käytetään tunnettua kipumittaria ja kipupiiirrosta.

Kivun hoidon alkuarvioinnilla ja -ajankohdalla on merkitystä

- Kipupotilas haastatellaan ja tutkitaan huolellisesti ja hänen kipunsa ja toimintakykynsä arvioidaan ja kirjataan jokaisella kivun vuoksi tapahtuneella vastaanottokäynnillä
- Kivun kesto, tyyppi ja sijainti arvioidaan esimerkiksi kipupiiirroksen avulla.
- Kivun voimakkuus arvioidaan jollakin yleisesti käytetyllä mittarilla, kuten kipujanalla.
- Lisäksi arvioidaan sensoriset, motoriset ja muut oireet.
- Lasten kivun syyt ja taustatekijät arvioidaan samoja periaatteita noudattaen kuin



aikuisilla.
<p>5. Hoidon tavoitteena on toimintakyvyn ylläpito tai parantaminen. Hoidon tavoitteet perustuvat toiminta- ja työkykyyn.</p> <ul style="list-style-type: none">• Hoidon tavoitteita ovat kivun lievittyminen, toimintakyvyn koheneminen ja elämänlaadun paraneminen.• Mahdollinen syyn mukainen kivun hoito toteutetaan viipymättä.• Pitkäkestoista kipua ei yleensä pystytä kokonaan poistamaan, mutta sitä voidaan lievittää ja potilaan selviytymistä voidaan tukea.
<p>6. Opioidihoito aloitetaan pitkäaikaisen kivun hoitoon vain perusteellisen harkinnan mukaan. Opioidien käyttö tulee olla hallittua</p> <ul style="list-style-type: none">• Ks. kirja Opioidit pitkäaikaisessa kivussa• Opioidilääkitys aloitetaan vain säännöllisessä pitkäaikaisessa hoitosuhteessa, ei ennestään tuntemattomalle potilaalle eikä päivystyksessä.• Työikäisellä potilaalla opioidilääkityksen aloittamisen harkinta olisi hyvä keskittää kivunhoitoon perehtyneihin yksiköihin.• Opioidilääkityksen harkitsematon aloitus ja käyttö pitkäaikaiseen kipuun voi altistaa potilaan pitkäaikaiskäytön haitoille, kuten toleranssin kehittymiselle, väärinkäytölle ja hormonaalisille vaikutuksille. Erityisesti aikaisempi päihde- tai lääkeaineriippuvuus altistaa potilaan opioidiriippuvuuden kehittymiselle.

SUOSITUKSEN SISÄLTÄMÄT IMPLEMENTOINNIN MATERIAALIT

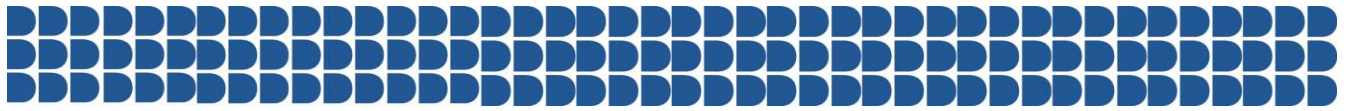
Tähän kirjataan suosituksen materiaalit, jotka esitetään nettisivuilla oikeassa palstassa kohdassa "Opi ja ota käyttöön". Linkki voidaan tehdä esimerkiksi kaavioihin, taulukoihin, kuviin ja erilaisiin lisämateriaaleihin, kuten potilasohjeet, kaavakkeet, videot.

- Interaktiivinen kaavio (kipulääkkeen valinta)
- Neuropaattisen kivun diagnostiset kriteerit ja diagnoosin varmuus, taulukko 1.
- Neuropaattisen kivun lääkkeitä, taulukko 2.
- Fibromyalgiakysely (Finn-FIQ) [Y1000]
- Lääkkeettömät kivun hoidot aikuisilla [Y2000]
- Kivun lääkehoidot aikuisilla [Y2001]
- Opioidien annossuositukset lapsipotilailla, taulukko 1 [Y1100].

ERIKSEEN TOTEUTETTAVAT IMPLEMENTOINNIN MATERIAALIT

Tähän kuvataan toteutettavat materiaalit, kuten luentomateriaali, mittarit, julisteet, videot, verkkokurssi tai perustelut, miksi materiaaleja ei toteuteta

- Luentomateriaali



Suomalainen Lääkäriseura Duodecim
Käypä hoito

VIESTINTÄ JA NÄKYVYYS

*Tähän kirjataan suunnitellut tiedottamiskanavat (tiedotustilaisuus, tiedote, päivitysuutinen, KH-
uutiskirje, some).*

- Tiedotustilaisuus 8.12.2015
- Tiedote, joka julkaistaan Käyvän hoidon ja Duodecimin -kotisivuilla ja Terveysportissa
- Some (Facebook ja Twitter)
- KH-uutiskirje

KOULUTUKSET

Tähän kirjataan tiedossa olevat suunnitellut koulutukset (Otsikko, paikka, aika).

- Kipu, Helsingin Lääkäripäivät, Messukeskus 13.1.2016
- Itä-Suomen Lääketiede - Kivun hoito sessio 2016