



KÄYPÄ HOITO -SUOSITUKSEN IMPLEMENTOINTISUUNNITELMA: DEPRESSIO

13.2.2020

IMPLEMENTOINNIN TAVOITTEET

- 1. Masennuslääkehoidon hoitovasteen ja haittojen seuranta on tarkennettu.**
Hoitovastetta suositellaan seurattavaksi 12 viikkoon saakka, mikäli ensimmäisen 6–8 viikon aikana on havaittavissa osittainen hoitovaste (20–50 %:n lasku oirepisteissä). Ellei selvää hoitovastetta (oirepistemäärän > 50 %:n pieneneminen) saavuteta, tehoton lääke vaihdetaan toiseen 12. viikkoon mennessä (A).
Masennustilasta toipumisen jälkeen potilaan hoitoa ja seuranta jatketaan noin puolen vuoden ajan masennuksen suuren uusiutumisvaaran vuoksi.
 - 2. Masennuslääkkeiden pitoisuusmittauksia suositellaan käytettäväksi, mikäli potilaan kokemat haittavaikutukset ovat poikkeuksellisen voimakkaita, luonteeltaan epätyypillisiä tai ne tulevat jo hyvin pienellä annoksella.**
Pitoisuusmittauksia suositellaan käytettäväksi aina silloin, kun potilasta hoidetaan trisyklisellä masennuslääkkeellä (depressioindikaatiolla; kroonisen kivun matala-annosinen hoito trisyklisillä on eri asia)
 - 3. Farmakogeneettisen tiedon hyödyntämistä voidaan harkita ongelmatilanteissa.**
Jos potilaan kokemat haittavaikutukset ovat poikkeuksellisen voimakkaita tai luonteeltaan epätyypillisiä tai jos ne tulevat jo pienellä annoksella, voidaan harkita pitoisuusmittausten tai CYP2C19- tai CYP2D6-genotyyppijä koskevan tiedon hyödyntämistä hoitopäätösten tukena. Jos potilaan CYP2C19- tai CYP2D6-geenien testitulokset ovat tiedossa, ne on syytä huomioida tiettyjen lääkkeiden annostelussa. Laajamittaista genotyyppitystä ei kuitenkaan toistaiseksi vielä pidetä perusteltuna.
 - 4. Hyvin vaikeissa masennustiloissa voidaan harkita ketamiinin tai esketamiinin käyttöä.**
Psykiatrisessa sairaalassa voidaan nopeaan oirelievitykseen pyrittäessä esimerkiksi vaikea-asteiseen (ei-psykoottiseen) depressioon liittyvän itsemurhavaaran yhteydessä käyttää ketamiini-infuusiota (A). Hoidolla on merkittäviä sivuvaikutuksia, ja yhden hoitokerran vaikutus kestää vain muutamasta päivästä viikkoihin. Jos potilas selvästi hyötyy hoidosta, ketamiini-infuusioita voidaan antaa toistuvasti 1–2 kertaa viikossa muutaman viikon ajan, lopuksi hoitokertoja harventaen, korkeintaan 12 hoitokertaa.
- Suosituksessa mainitaan myös tammikuussa 2020 Suomessa käyttöön saatu nenäsuihkeena annosteltava esketamiini, joka on samalla tavalla nopeasti vaikuttava hoitomuoto kuin ketamiini-infuusiot.



5. Psykoterapioiden osalta hoitovalikkoo on selkeytetty:

- Nuorten ja iäkkäiden soveltuvat psykoterapiamuodot on nostettu esiin omiksi taulukoikseen. Erityisesti iäkkäiden psykoterapiat nousevat näin aiempaa vahvemmin tekstistä esiin.
- Hoitosuositus nostaa aiempaa vahvemmin esiin etäyhteyden käytön mahdollisena tapana toteuttaa psykoterapiaa.

SUOSITUKSEN SISÄLTÄMÄT IMPLEMENTOINNIN MATERIAALIT

- Taulukko 1. ICD-10:n mukaiset masennustilan (F32) oirekriteerit
- Montgomery–Åsbergin depressioasteikko (MADRS)
- Beckin depressioasteikko (BDI)
- PHQ-9 terveystarkastus depression seulontaan
- DEPS-seula
- EPDS-seula juuri synnyttäneille naisille
- GDS (geriatrinen depressioasteikko) 65-vuotiaille
- Vältä viisaasti -suositus: Kaksisuuntaisen mielialahäiriön diagnosointi aikuisella ja MDQ-seula
- Vältä viisaasti -suositus: Kyselylomakkeiden käyttö depression diagnosoinnissa
- Vältä viisaasti: Ketiapiinimonoterapia masennustilan hoidossa
- Vältä viisaasti -suositus: Nuoruusikäisen lievän ja keskivaikean masennuksen lääkehoito
- Taulukko 3. Masennuslääkkeet, niiden annostus ja haittavaikutukset
- Lisätietoartikkeli: Lääkkeiden haitta- ja yhteisvaikutukset, lääkeaineiden pitoisuusmittaukset ja CYP-genotyyppien määrittäminen
- Taulukko 4. Keskeiset psykoterapiamuodot depression hoidossa
- Taulukko 5. Keskeiset psykoterapiamuodot nuorten depression hoidossa
- Taulukko 6. Keskeiset psykoterapiamuodot iäkkäiden depression hoidossa

ERIKSEEN TOTEUTETTAVAT IMPLEMENTOINNIN MATERIAALIT

- Luentomateriaali
- Potilasversio



Suomalainen Lääkäriseura Duodecim
Käypä hoito

VIESTINTÄ JA NÄKYVYYS

Keskeiset viestit suurelle yleisölle

- Päivitetty hoitosuositus korostaa masennuslääkehoidon osalta entistä vahvemmin hoitovasteen ja lääkehaittojen systemaattisen seurannan tärkeyttä. Aiempaa enemmän suositellaan lääkepitoisuuksien määrittämistä verestä keinona selvittää ongelmatilanteita. Joissakin tilanteissa voidaan hyödyntää myös farmakogeneettistä, lääkeaineenvaihduntaa koskevaa tietoa.
- Psykoterapioita koskevaa tietoa on suosituksessa nostettu taulukointien avulla näkyvämmäksi. Näin varsinkin iäkkäiden henkilöiden psykoterapeuttisten hoitojen valikoima nousee vahvemmin esiin.
- Psykoterapioita voidaan toteuttaa paitsi kasvokkain, myös nettiterapioina ja etäyhteyden välityksellä. Tämä mahdollistaa paremman saatavuuden alueilla, joilla psykoterapeutteja on vähän.

Tiedottamiskanavat

- Päivitusuutinen julkaistaan Käyvän hoidon ja Duodecimin -kotisivuilla sekä Terveysportissa
- Duodecimin some-kanavat

KOULUTUKSET

Koulutuksen nimi, aika ja paikka

- Lääkäri 2020, Helsinki