



## KÄYPÄ HOITO -SUOSITUKSEN IMPLEMENTOINTISUUNNITELMA: TRAUMAPERÄINEN STRESSIHÄIRIÖ

13.2.2020

### IMPLEMENTOINNIN TAVOITTEET

- |  |
|--|
| <p>1. <b>Poikkeuksellisen järkyttävän tapahtuman jälkeen alkuvaiheessa kaikenikäisille tarjotaan psykososiaalista tukea ja järjestää aktiivinen seuranta.</b><br/>Suurimmalle osalle poikkeuksellisen järkyttäviä tapahtumia kokeneista tämä riittää psyykkisen toipumisen tueksi.</p>   |
| <p>2. <b>Jos psyykkinen oireilu pitkittyy ja kehittyy traumaperäisen stressihäiriö (posttraumatic stress disorder, PTSD), ensisijaisena hoitona on psykoterapia,</b> keskeisesti traumakeskeiset kognitiiviset käyttäytymisterapiat (KKT) tai EMDR -terapia (silmänliikkeillä pois herkistäminen ja uudelleen prosessointi).</p> |
| <p>3. <b>Toissijaisena hoitona aikuisilla on lääkehoito SSRI-tyyppisillä masennuslääkkeillä tai psykoterapian ja lääkityksen yhdistelmä.</b><br/>SSRI-lääkkeistä sertraliinilla, fluoksetiinilla ja paroksetiinilla voidaan lievittää traumaperäisen stressihäiriön oireita lyhytaikaisesti (A)</p>                              |

### SUOSITUKSEN SISÄLTÄMÄT IMPLEMENTOINNIN MATERIAALIT

- Lisätietoa: Akuutin stressihäiriön diagnostiset kriteerit (DSM-5)
- Lisätietoa: Traumaperäisen stressihäiriön diagnostiset kriteerit (DSM-5)
- Psyykkisten traumaoireiden seulontakysely TSQ
- Perusterveydenhuollon traumaperäisen stressihäiriön seulakysely (DSM-5 mukaan)
- Lisätietoa: Lasten traumaperäisiä oireita seulova ja kartoittava lomake CRIES
- Taulukko 2. Traumaperäisen stressihäiriön psykoterapeuttiset ja täydentävät hoitomuodot aikuisilla
- Lisätietoa: Psykologisen ensiavun periaatteet katastrofien yhteydessä
- Kuva: Psykososiaalinen tuki ja palvelut

### ERIKSEEN TOTEUTETTAVAT IMPLEMENTOINNIN MATERIAALIT

- Potilasversio



Suomalainen Lääkäriseura Duodecim  
Käypä hoito

## VIESTINTÄ JA NÄKYVYYS

Keskeiset viestit suurelle yleisölle

- Päivityksen yhteydessä toiseksi isäntäyhdistykseksi Psykiatriyhdistyksen lisäksi lupautui Suomen Lastenpsykiatriyhdistys. Lasten ja nuorten osioon on kiinnitetty erityistä huomiota, mutta suositus on kokonaan päivitetty myös muilta osin. Psykkisesti traumatisoituneiden lasten auttaminen on ajankohtainen asia.

Tiedottamiskanavat

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

## KOULUTUKSET

- Psykiatriaan erikoistuvien lääkäreiden valtakunnallinen koulutus, 15.11.2019, Tampere
- Lääkäri 2020 -tapahtuma, 9.1.2020, Helsinki
- Psykiatriaan erikoistuvien lääkäreiden koulutus, 15.4.2020, Helsinki
- Ohjelmaehdotuksia alueellisille lääkäripäiville 2020