

KIPUPSYKOLOGINEN HOITO TYÖTERVEYSHUOLLOSSA



Kuva: Frida Kahlo: Roots 1943

Kivun psykologian asiantuntijakoulutus 2012-2014

Lopputyö 27.3.2014

Outi Tammi, työpsykologi PsL

Psykologipalvelu Tammi

tammiouti1@gmail.com

TIIVISTELMÄ

Olen toiminut ammatinharjoittajatyöpsykologina eri työterveyshuolloissa vuodesta 1995. Opiskellessani kivun psykologiaa olen huomannut, miten vähän psykologille ohjautuu kipupotilaita tavoitteena kipuongelman tutkiminen. Tässä työssäni pohdin ja arvioin kipupotilaiden hoitoa työterveyshuollossa ja esitän perustelut kivun psykologisen asiantuntijan tarpeellisuudelle työterveyshuollossa.

Johdannossa esittelen lyhyesti näkemykseni kipupotilaiden hoidosta työterveyshuollossa. Vaikka siellä on käytettävissä usean eri alan ammattilaisia, työ on pääsääntöisesti yksilövastuista hoitotyötä kunkin erityisalan näkökulmasta toteutettuna. Tiimityö on vähäistä, jolloin ei osata kaivata sellaista osaamista, mitä totutusti ei ole koskaan käytettävissä ollutkaan. Työpsykologit hoitavat asiantuntijoina työterveyshuollon ammattilaisten tekemän arvion mukaan laajan kirjon asiakkaita, mutta asiantuntijan tarjoamaa kivun psykologista hoitoa on tarjolla hyvin vähän.

Aluksi pohdin yleisesti kivun olemusta ja erityisesti sen psykologisia komponentteja lähteinäni psykologi ja psykoterapeutti Ann-Mari Estlanderin suomalainen perusteos Kivun psykologia (2003) ja psykologian

professori Steven Lintonin uusin kirja kivusta ja sen hoidosta Att förstå patienter med smärta (2003). Sitten siirryn kuvaamaan kivun psykologian asiantuntijan roolia osana työterveyshuollon tiimiä ja potilaan hoitoprosessia pääasiallisina lähteinäni koulutuksen luento- ja artikkelimateriaalit. Esittelen mielestäni toimivan mallin niin yksilö- kuin ryhmätasonkin hoitoon ottaen huomioon Kelan asettamat käyntirajoitukset.

Yhdistelmä työ- ja kipupsykologi psykologian erityisosaamisen alueina on mielestäni toimiva. Koettu kipu ei ole alkuperältään vain fysiologista, vaan myös sielullista. Työpsykologin ammatissa kohtaa paljon asiakkaita, jotka ovat fyysisen kivun sijaan sielullisesti satutettuja. Siksi käsittelen työssäni myös tätä kipukokemusta, joka fysiologisesti toteutuu ainakin osittain samanlaisena kuin fyysisen kudosaaurion aiheuttama kipukokemus (Eisenberger 2012).

Lopuksi esitän pohdinnassa käytännön mahdollisuuksia toteuttaa omassa työssäni kivun psykologian asiantuntijuutta. Esittelen myös ne kysymyslomakkeet, joiden käyttö mielestäni nopeuttaa psykologisen kivunhoitoprosessin etenemistä. Työterveyshuollossa voidaan Kelan tuella tarjota psykologista neuvontaa / ohjausta vain akuutin tilanteen hoitamiseen 1-5 tapaamiskertaa, joten kivun hoidon tulee olla hyvin strukturoitua ja lomakkeet esitietoina nopeuttavat kulloisenkin potilaan kokonaistilanteen ymmärtämistä.