



AMMATTILAISEN DIGITAALINEN TUKIJÄRJESTELMÄ MIELENTERVEYSTALO.FI VERKKOPALVELUSSA

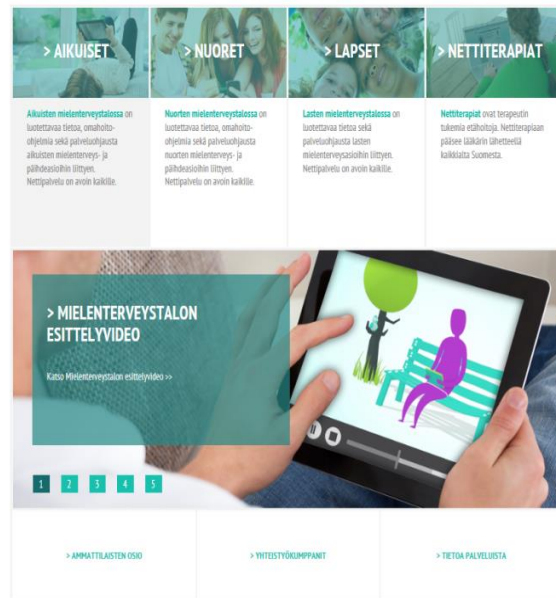
Kokemuksia käyttäjän kannalta

Merja Ålander
Projektikoordinaattori, ePsykiatria –projekti
Aluekoordinaattori, Mielenterveystalo.fi
Psykiatrian palveluyksikkö
Kuopion yliopistollinen sairaala

Sosiaali- ja terveydenhuollon ATK-päivät 23. – 24.5.17



- Valtakunnallinen nettipalvelu kaikille mielenterveys- ja päihdeasioista kiinnostuneille.
- Tieto mielenterveydestä ja päihdeongelmista sekä erilaisista hoitomuodoista avuntarvitsijalle, omaiselle tai läheiselle ja ammattilaiselle.
- Kaikki palvelut ovat käyttäjälle maksuttomia, nettiterapioita lukuun ottamatta.

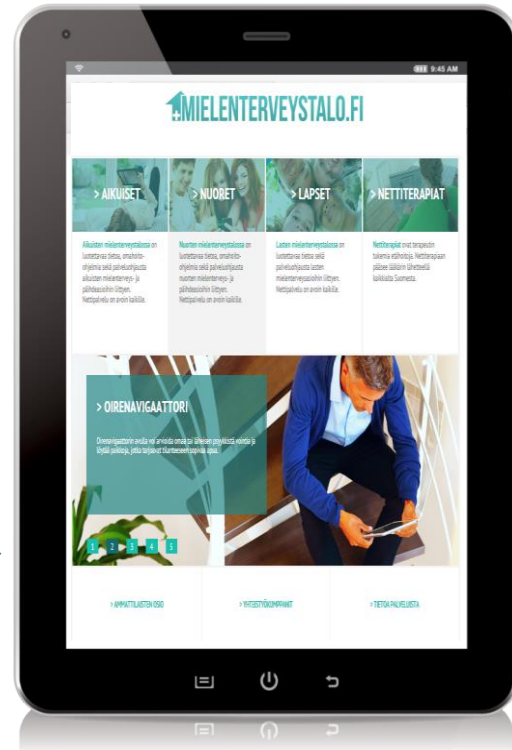




MIELENTERVEYSTALO.FI

- Käyttäjä löytää helposti tietoa ja palveluita.
- Käyttäjä on aktiivinen toimija.
- Käyttäjälle suositellaan oireiden/ongelmien vakavuusasteen perusteella sopivia hoito- ja palvelupaikkoja.
- Mielenterveystalo.fi sisältää:
 - 19 omahoito-ohjelmaa.
 - 13 eri opasta.
 - Lukuisia tietokokonaisuuksia.
 - Kokemusasiantuntijoiden kertomuksia videoklippeinä.

**Itsenäinen
hyödyntäminen**



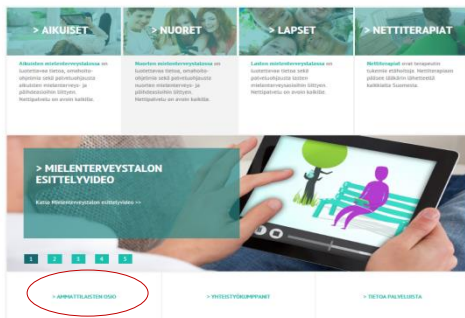


MIELENTERVEYSTALO.FI

Sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisille

- Sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisille sopivia tietosisältöjä sekä Mielenterveystalo.fi avoimelta puolella että ammattilaisten osiossa.
- Ammattihenkilö voi hyödyntää nettipalvelua työssään sekä itsenäisesti että yhdessä potilaan kanssa.

 MIELENTERVEYSTALO.FI



MIELENTERVEYSTALO.FI PÄHKINÄNKUORESSA

LUOTETTAVAA JA
AJANTASAISTA TIETOA



AIKUISILLE

PALVELUOHJAUSTA



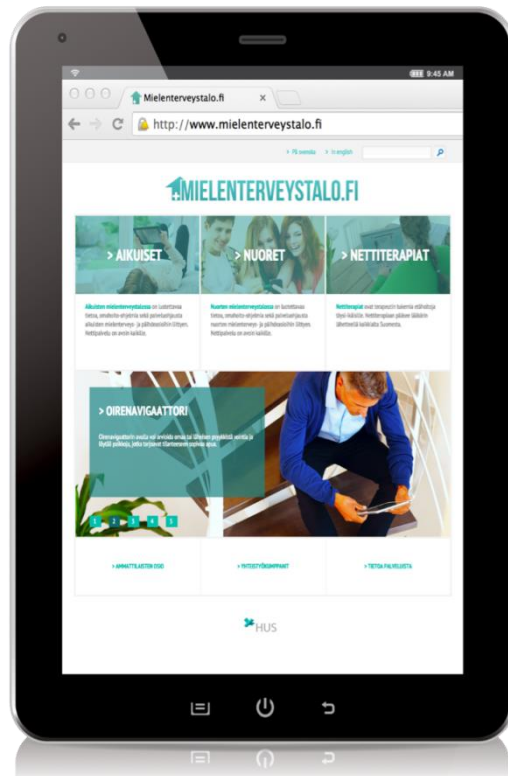
NUORILLE

OMAHOITO-OHJELMIA
JA OPPAITA



LAPSILLE

AMMATTILAISILLE





MILLOIN MIELENTERVEYSTALO.FI SISÄLTÖJÄ VOI HYÖDYNTÄÄ?

AVOHOITO

OSASTOHOITO

Työntekijä

Potilas

Läheinen

**Ennen
hoitoa**

Hoidon aikana

**Hoidon
jälkeen**

Lastenpsykiatria

Nuorisopsykiatria

Aikuispsykiatria

> AIKUISET

Aikuisten mielenterveystalossa on luotettavaa tietoa, omahoito-ohjelmia sekä palveluohjausta aikuisten mielenterveys- ja päihdeasioihin liittyen. Nettipalvelu on avoin kaikille.

> NUORET

Nuorten mielenterveystalossa on luotettavaa tietoa, omahoito-ohjelmia sekä palveluohjausta nuorten mielenterveys- ja päihdeasioihin liittyen. Nettipalvelu on avoin kaikille.

> LAPSET

Lasten mielenterveystalossa on luotettavaa tietoa sekä palveluohjausta lasten mielenterveysasioihin liittyen. Nettipalvelu on avoin kaikille.

> NETTITERAPIAT

Nettiterapiat ovat terapeutin tukemia etähoitoja. Nettiterapiaan pääsee lääkärin läheteellä kaikkialta Suomesta.

> MIELENTERVEYSTALON ESITTELYVIDEO

Katso Mielenterveystalon esittelyvideo >>

1

2

3

4

5

> AMMATTILAISTEN OSIO

> YHTEISTYÖKUMPPANIT

> TIETOA PALVELUISTA

[Aikuiset](#)

TERVETULOA AIKUISTEN MIELENTERVEYSTALOON!

Mielenterveystalo.fi on terveys- ja sosiaalialan ammattilaisten kehittämä valtakunnallinen nettipalvelu. Palvelua voi käyttää kuka tahansa ja apua voi löytää niin itselle kuin läheisilleenkin. Palvelusta hyötyvät myös ammattilaiset. Mielenterveystalo.fi on käytössäsi aina, kun sitä tarvitset!

Aikuisten mielenterveystalo on tarkoitettu kaikille täysi-ikäisten mielenterveys- ja päihdeasioista kiinnostuneille. Nuoruuskäisille on oma palvelunsa, [Nuorten mielenterveystalo](#).



Mielenterveystalo.fi on osa valtiovarainministeriön koordinoimaa Sähköisen asioinnin ja demokratian vauhdittamisohjelmaa (SADe-ohjelma), joka tuo sähköisen asioinnin palvelut kansalaisten ja viranomaisten ulottuville; [www.vms.fi/sade](#)

Aikuisten mielenterveystalo sisältää:



[palveluohjausta](#)



[luotettavaa tietoa](#)



[omahoito-ohjelmia](#)



[oppaita](#)



[työkaluja itsearviointiin](#)

SUOSITTUA MIELENTERVEYSTALOSSA:



[OMAHOITO-OHJELMAAH](#) ➔



[OPPAASEEN](#) ➔



[OMAHOITO-OHJELMAAH](#) ➔



[OMAHOITO-OHJELMAAH](#) ➔

MIKÄ MUA VAIVAA JA MISTÄ SAAN APUA?

Määrittele ongelmasi tai oireesi vakavuusaste ja saat ehdotuksen palveluista jotka tarjoavat apua.

[KLIKKAU TÄSTÄ >](#)

1

2

3

4

5

6



TEE TESTI JA SELVITÄ

**MIKÄ MUA VAIVAA JA MISTÄ
SAAN APUA?**



KATSO JA LUE

MILLOIN TARVITSEN APUA?

[> APUA 24/7](#)

Tarvitsetko apua välittömästi?

HAE PALVELUITA

[> PAIKKAKUNTAHAKU](#)

Etsi apua paikkakuntasi perusteella

AJANKOHTAISTA

04.05.2017

15-vuotias Milla kyllästyi ulkonäköpaineisiin, ja vietti siksi kuukauden ilman meikkiä <https://t.co/bVzdj0DOSL> lähteestä @ylesummeri
[Lue artikkeli](#)

30.04.2017

Hyvää vappue!! ☐
[Lue artikkeli](#)

KAIKKI ARTIKKELIT

Nuorten
MIELENTERVEYSTALO

Nuorten mielen terveydestä on se osa mielen terveydestä, joka liittyy mielen ja kehon väliseen vuorovaikutukseen. Se on osa mielen terveydestä, joka liittyy mielen ja kehon väliseen vuorovaikutukseen. Se on osa mielen terveydestä, joka liittyy mielen ja kehon väliseen vuorovaikutukseen.

Hae neuvoja ja apua

Lapset



vanhemmille

Ammattilaisille

Miten pyydän apua?

Kenelle voin kertoa jos mieltäni painaa jokin asia?

Klikkaa tästä



HUOLINAVIGAATTORI



MITÄ ON MIELENTERVEYS?

1

2

3

> APUA 24/7

TARVITSETKO APUA VÄLITTÖMÄSTI?

HAE PALVELUITA

PAIKKAKUNTAHAKU >

ETSI APUA PAIKKAKUNTASI PERUSTEELLA

AJANKOHTAISTA

KAIKKI ARTIKKELIT

04.05.2017

HUS - Syömishäiriöisten lasten avohoidosta lupaavia tuloksia

<https://t.co/u3mH07ttLc>

Lue artikkeli

04.05.2017

Aistimusten ylitulvaan ei kieltäminen auta – levoton lapsi

tarvitsee liikettä <https://t.co/JYrNTUuvW>

Lue artikkeli



> AIKUISET

Aikuisten mielenterveystalossa on luotettavaa tietoa, omahoito-ohjelmia sekä palveluohjausta aikuisten mielenterveys- ja päihdeasioihin liittyen. Nettipalvelu on avoin kaikille.

> NUORET

Nuorten mielenterveystalossa on luotettavaa tietoa, omahoito-ohjelmia sekä palveluohjausta nuorten mielenterveys- ja päihdeasioihin liittyen. Nettipalvelu on avoin kaikille.

> LAPSET

Lasten mielenterveystalossa on luotettavaa tietoa sekä palveluohjausta lasten mielenterveysasioihin liittyen. Nettipalvelu on avoin kaikille.

> NETTITERAPIAT

Nettiterapiat ovat terapeutin tukemia etähoitoja. Nettiterapiaan pääsee lääkärin läheteellä kaikkialta Suomesta.

> MIELENTERVEYSTALON ESITTELYVIDEO

Katso Mielenterveystalon esittelyvideo >>

1

2

3

4

5

> AMMATTILAISTEN OSIO

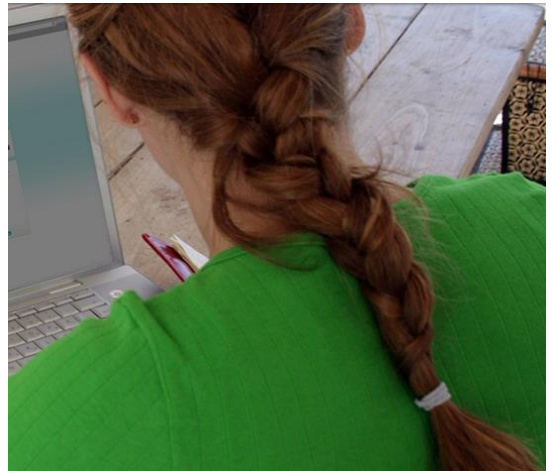
> YHTEISTYÖKUMPPANIT

> TIETOA PALVELUISTA



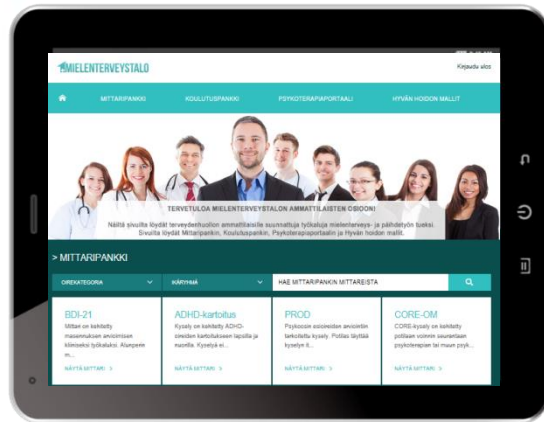
MIELENTERVEYSTALO.FI

Ammattilaiset osio



AMMATTILAISTEN OSIO

1. Mittaripankki
 2. Koulutuspankki
 3. Psykoterapiaportaali
 4. Hyvän hoidon mallit
- Valtakunnallinen palvelu, jonka sisältö on suunniteltu erityisesti sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisille.
 - Käyttö vaatii kirjautumisen palveluun.
 - HUSilaiset kirjautuvat HUS-sähköpostiosoitteellaan ja omalla salasanaan.
 - HUSin ulkopuoleliset käyttäjät kirjautuvat VRK-kortin avulla.
 - Vaatii rekisteröitymisen ja ensikirjautumisen VRK-kortilla. Sen jälkeen voi käyttää myös pankkitunnuksilla.




[MITTARIPANKKI](#)
[KOULUTUSPANKKI](#)
[PSYKOTERAPIAPORTAALI](#)
[HYVÄN HOIDON MALLIT](#)


TERVETULO A MIELENTERVEYSTALON AMMATILAISTEN OSIOON!

Näiltä sivuilta löydät terveydenhuollon ammattilaisille suunnattuja työkaluja mielenterveys- ja päihdetyön tueksi. Sivuilta löydät Mittaripankin, Koulutuspankin, Psykoterapiaportaalin ja Hyvän hoidon mallit.

> MITTARIPANKKI

OIREKATEGORIA



IKÄRYHMÄ



HAE MITTARIPANKIN MITTAREISTA



BDI-21

Mittari on kehitetty masennuksen arvioimisen kliiniseksi työkaluksi. Alunperin m...

[NÄYTÄ MITTARI >](#)

ADHD-kartoitus

Kysely on kehitetty ADHD-oireiden kartoitukseen lapsilla ja nuorilla. Kyselyä ei...

[NÄYTÄ MITTARI >](#)

PROD

Psykoosin esiöireiden arviointiin tarkoitettu kysely. Potilas täyttää kyselyn it...

[NÄYTÄ MITTARI >](#)

CORE-OM

CORE-kysely on kehitetty potilaan voinnin seurantaan psykoterapian tai muun psyk...

[NÄYTÄ MITTARI >](#)



- Laaja valikoima yleisesti käytettyjä ja luotettavaksi arvioituja psykiatriassa käytettäviä mittareita sekä kyselyitä.
 - Tällä hetkellä n. 100 mittaria ja sisältö täydentyy.
- Monesta mittarista saatavilla myös ruotsin- ja englanninkieliset versiot.
 - Osasta myös muita kieliä, kuten arabia, kurdi, somali ja venäjä.
- Kaikkien mittareiden yhteydessä ohjeistus pisteytykseen ja tulkintaan.
 - Suuri osa lomakkeista pisteyttää vastaukset automaattisesti, loppuihin lomakkeisiin tämä ominaisuus tulee vuoden 2017 aikana.



KOULUTUSPANKKI

KYS

- Auttaa kehittämään ammatillista osaamista sekä saamaan lisäkoulutusta mittarinpankin menetelmien käyttöön.
- Sisältää erilaisia koulutusvideoita, luentotallenteita ja kirjallista materiaalia.
- Koulutukset on jaettu koulutuksen tyypin mukaan.
 - Menetelmäkoulutukset, pisteytysavaimet, luennot/seminaarit ja muut koulutukset.
- Sisältää myös kokonaisuuden: **Ohjeet ja materiaalit**
 - Erilaisten teknisten työkalujen käyttöohjeita, kuten Lync.
 - Ohjeiden tarkoituksena on helpottaa erilaisten teknisten välineiden, kuten videoneuvottelulaitteiden, hyödyntämistä psykiatrisessa työssä.





PSYKOTERAPIAPORTAALI

- Tietoa eri psyykkisten häiriöiden psykoterapeuttisesta hoitamisesta.
- Sisältää tutkitusti tehokkaita, erilaisiin psykoterapiasuuntauksiin pohjautuvia hoitomalleja yleisimpien mielenterveyshäiriöiden hoitoon.
- Hoitomalleja viiteen eri oireeseen tai ongelmaan:
 - masennus, ahdistuneisuushäiriöt, traumat, persoonallisuushäiriöt ja psykosomaattinen oireilu.
- Hoitomallien kirjoittajat suomalaisia alan parhaita ammattilaisia.
- Kohderyhmänä erityisesti psykoterapeutit.
 - Myös muut psykiatrian ammattilaiset voivat hyötyä sisällöistä soveltuvien osien riittävän työnohjauksen turvin sekä käyttäen tarkkaa harkintaa, millaisten menetelmien käyttöön oma osaaminen riittää.





HYVÄN HOIDON MALLIT

- Hyvän hoidon malleista löytyy tietoa toimivista hoito- ja arviointikäytännöistä.
 - Hyödyllistä materiaalia niin lääkäreille, sairaanhoitajille, psykologeille, kuin muillekin ammattiryhmille.

DIAGNOOSIKOHTAISET HOITOMALLIT:

Masennus

- Lapset puheeksi
 - Yhteistyössä Suomen mielenterveysseuran kanssa

Persoonallisuushäiriöt

- Skeematerapiaan perustuva ryhmähoito
- Epävakaan potilaan kohtaaminen

MUUT HOITOMALLIT:

Somaattinen terveys

- Tupakoinnin lopettaminen
- eTerveystupa - Psykiatristen potilaiden fyysisen terveyden edistämisen paikka
- Vakavasti sairastuneen potilaan psykososiaalinen tuki

Muut

- Kulttuurien huomioiminen



MIELENTERVEYSTALO.FI

Ammattilaiset osio

- Käyttäjien kokemuksia





KETKÄ KÄYTTÄVÄT AMMATTILAISTEN OSIOTA?

- Käyttäjiä ympäri Suomea
 - Erikoissairaanhoido, perusterveydenhuolto, sosiaalitoimi, kouluterveydenhuolto, yksityiset palveluntuottajat, järjestöt
 - Lääkäreitä, psykologeja, hoitajia, sosiaalityöntekijöitä, kouluterveydenhoitajat, koulukuraattorit

KÄYTTÖTILASTOT



- **Vuonna 2016:**
 - 598 368 käyttäjää (v. 2015: 401 562)
 - 986 886 eri istuntoa (v. 2015: 602 563)
 - 3 613 166 sivujen katselua (v. 2015: 2 273 273)

- **Vuonna 2017:**
 - 1.1. - 30.4.2017 mielenterveystalon avoimella puolella
 - **289 295 käyttäjää**
 - Maaliskuussa 2017 → noin 87 000 käyttäjää.

- **Tavoite v. 2017 → Miljoona käyttäjää.**

- **Vuonna 2017:**
 - Ammattilaisten osiossa on ollut noin 3200 käyttäjää kuukaudessa.



KOKEMUKSIA MIELENTERVEYSTALON AMMATTILAISET OSIESTA

KYS - Käyttäjien palaute

- Käyttäjien palaute koostettu Kuopion yliopistollisen sairaalan psykiatrian palveluyksikön työntekijöiltä.
 - Aikuis-, nuoriso- ja lastenpsykiatrialta.
- Kysely toteutettiin sähköpostin välityksellä kevään 2017 aikana.
 - Eniten ohjataan potilaita ja heidän läheisiään tutustumaan oppaisiin ja omahoito-ohjelmiin.
 - Suositellaan myös perehtymismateriaaliksi uusille työntekijöille sekä opiskelijoille.
 - Päivitetään omia tietoja.



TUKEA POTILASTYÖHÖN JA APUVÄLINEENÄ AMMATTILAISELLE

- Käytettävyys on hyvä ja ketterä.
- Paljon hyvää sisältöä ja tietokokonaisuuksia luettavassa muodossa.
 - Käyttäjäystävällisyys.
- Vanhempia ja läheisiä ohjataan perehtymään psykiatrisiin oireisiin esim. viiltely, masennus.
 - Epävarmaa, miten paljon vanhemmat ja läheiset hyödyntävät avoimen puolen tietosisältöjä.
 - Miten käyttöä voisi tukea:
 - Tapaamisen aikana käydään nettipalvelun tietosisältöjä läpi ja siten opastetaan palvelun käyttö.
- Verkostot ovat olleet kiinnostuneita palvelusta, mutta tietoisuus ja käyttö vielä satunnaista.



TUKEA POTILASTYÖHÖN JA APUVÄLINEENÄ AMMATTILAISELLE

- Ohjattu potilaita käymään sivuilla, koska sieltä saa tutkittua ja turvallista tietoa.
 - Moni on käynytkin ja antanut myönteistä palautetta.
 - Tärkeää, että opastetaan ja perehdytään palvelun käyttöön.
- Palvelussa myös paljon nuorille suunnattua tietoa, jota voi neuvoa katsomaan itsenäisesti eri oireryhmien kohdalla.
- Lasten mielenterveystalossa on hyödynnetty pelillisyyttä.
 - Erityisesti ”Tunne-etsivät -peli” koetaan hyvänä välineenä lasten kanssa työskentelyssä.
- Kaikkia psykiatrisia sairauksia tai pulmia ei ole avattu Nuorten ja Aikuisten mielenterveystaloissa
 - Mm. Kaksisuuntainen mielialahäiriötä ei löydy nuorten osiosta, jolloin hyödynnetään Aikuisten mielenterveystalon tietosisältöjä yhdessä terapiatunnin aikana.



TUKEA POTILASTYÖHÖN JA APUVÄLINEENÄ AMMATTILAISELLE

- Ryhmähoidossa hyödynnetään eri omahoito-ohjelmien harjoitteita sekä kokemusasiantuntijoiden kertomuksia, joita sitten yhdessä työstetään.
- Ammattilaisten osion mittaripankki on hyvä ja tarpeellinen.
 - Laaja valikoima oiremittareita käytössä. Plussaa on, että löytyy myös käyttöohjeet ja automaattinen pisteytys.
 - Erikieliset kyselylomakkeet mm. venäjä, kurdi, arabia, somalia.
- Ammattilaisten osio tarjoaa erittäin korkealaatuisen resurssiympäristön potilaiden hoitamiseksi ja hoitotyön rakenteellistamiseksi.
 - Hoidon tasalaatuisuus kansallisella tasolla.
- Psykoterapiamanuaali on todella hyödyllinen työkalu.
- Mielenterveystalo.fi koetaan hyvänä lisänä ammatillisen osaamisen työkalupakissa.

OSAKSI HOITOPROSESSEJA?



- Aktiivinen muistuttelu.
- Hyvien käyttökokemusten jakaminen luotettavan tiedon helposta saatavuudesta.
- Aikaa perehtymiseen ja eri tietokokonaisuuksien läpikäymiseen.
- Nettipalvelussa olevan materiaalin ja erilaisten oppaiden tulostusmahdollisuus.
- Konkreettisia esittelyitä nettipalvelusta.
- Käyttökelpoiset laitteet sekä potilaille että työntekijöille.
- Miinusta:
 - Ammattilaisten osion kirjautumisongelmat HUS-organisaation ulkopuolisten käyttäjien kohdalla.
 - Rekisteröinti/kirjautuminen tullaan muuttamaan ja muutos pyritään saamaan käyttöön jo alkukesän aikana.
- **Mielenterveystalon käytön vakioiminen osaksi hoitoprosessia.**

KIITOS MIELENKIINNOSTA!

 MIELENTERVEYSTALO



TERVETULOA TERVEYSKYLÄÄN