

Uusia painotuksia ja malleja selän hoitoon

Neljällä viidestä suomalaisesta esiintyy selkävaivoja jossakin vaiheessa elämää. ”Uusin tutkimustieto on vahvistanut liikunnan merkitystä selkäkipujen ehkäisyssä ja hoidossa”, toteaa Helsingissä 3.11. pidetyn selkäasiantuntijakokouksen puheenjohtaja dosentti Olavi Airaksinen. ”Tärkeää on myös estää selkävun pitkittyminen mahdollisimman tehokkaalla kivunhoidolla heti alkuvaiheessa”, hän jatkaa.

Selkäasiantuntijakokouksen osallistujat olivat yhtä mieltä siitä, että selkävaivojen ennaltaehkäisyyn tulee panostaa entistä enemmän. Liikunnan merkitystä ei ole vielä kukaan oivallettu. Yksi syy tähän lienee selkävaivoihin vieläkin usein liittyvät väärät uskomukset, jotka tulee torjua. Lepo ei auta vaivojen hoidossa, ja vain hyvin harvoin selkävaivojen takana on pahanlaatuinen sairaus.

Eurooppalaiset selkäsuositukset ovat valmistuneet tänä vuonna sekä äkillisestä että pitkittyvästä selkävun ja selkäkipujen ennaltaehkäisystä. Suomessa on aiemmin tehty myös selän Käypä hoito –suositus äkillistä selkävun varten. Tästä huolimatta useilta alueilta puuttuvat suositusten pohjalta rakentuvat selkäpotilaiden hoitoketjut.

Kuopion Yliopistollisessa keskussairaalassa on toteutettu vuoden alusta uutta selkäpotilaiden hoitomallia. Entisen hajautetun toiminnan tilalle on syntynyt selkäkeskus, jossa käydään läpi kaikkien erikoissairaanhoidon läheteiden saaneiden selkäpotilaiden tilanne. Mallin myötä perusterveydenhuollon ja erikoisaloiden lääkäreiden työnjako on selkiytynyt ja toimintaa on voitu tehostaa. Leikkausjono on voitu purkaa ns. järjestelyjonoksi, jossa tarvittava leikkaus voidaan toteuttaa potilaan tilanteen huomioiden oikeaan aikaan. Uusi hoitoketjumalli antaa myös paremmat mahdollisuudet hoidon vaikuttavuuden arviointiin ja hoidon kehittämiseen. Asiantuntijakokous esittää, että vastaavat hoitoketjumallit tulisi luoda kaikkiin maamme sairaanhoitopiireihin.

Tule-sairaudet ja -vammat ovat aikuisväestön yleisin syy pitkään jatkuneeseen kipuun ja yleisin syy kääntyä lääkärin puoleen. Terveys 2000 tutkimuksen mukaan 10 prosentilla miehistä ja 11 prosentilla naisista on pitkäaikainen selkäoireyhtymä. Selkäsairaudet ovat johtava sairauspoissaolon syy miehillä ja toiseksi yleisin naisilla. Ne ovat toiseksi merkittävin työkyvyttömyyttä aiheuttava sairausryhmä Suomessa.

Helsingissä, Finlandia-talossa järjestetty asiantuntijakokous on osa Kansainvälisen tules-vuosikymmenen toimintoja vuonna 2005. Tules-liiga ohjaa vuosikymmenen viettoa ja Suomen Reumaliitto ry. vastaa käytännön toteutuksesta. Kokous toteutettiin yhteistyössä Suomen Selkäliitto ry:n ja Suomen Tule ry:n kanssa.

Lisätietoja: Olavi Airaksinen, fysiatrian dosentti, ylilääkäri, kivunhoidon ja kuntoutuksen erityispätevyys, 0400 673 842, olavi.airaksinen@kuh.fi

tules= tuki- ja liikuntaelinsairaus